

# 日本找工作， 你应该知道和注意的事项

---

城西国际大学

千叶东金校区

职业发展与就业部（就业中心）

F栋1楼

电话：0475-55-8888

2026.4更新

# 关于在日本找工作， 你应该知道和注意的事项

- 1.了解日本求职的时间安排和规则。
- 2.我可以在哪里获取有关在日本找工作的信息？
- 3.关于日语能力，让我们来了解一下日本公司入学考试和在日本工作所需的商务技能和工作方式。
- 4.了解日本企业对国际学生的期望。  
学习求职所需的准备工作和心态。
- 5.工作签证，毕业后找工作  
让我们来了解一下签证要求。



# 1. 了解日本求职的时间安排和规则。

- ① 日本大学生**都在三月份毕业**，并于四月一日同时开始工作。  
**我将被录用**。（近年来，全年招聘逐渐增多，但主要请注意，这里指的是大规模就业制度。
- ② 要想在4月1日开始工作，**你必须在学生时期找到工作并被录用**。  
**你需要参加入学考试和面试**，并获得公司的录用通知。
- ③ **正式的求职活动从本科三年级结束时或研究生一年级开始**。  
**从3月1日开始，也就是毕业前13个月**。  
**这是因为政府目前正在提供指导意见**  
根据现行规定，日本各地大学生的就业情况如何？  
这是我们活动的基本日程安排。



然而，实际上，求职，包括实习，通常在毕业前18个月就开始了。有些人可能会惊讶地发现，如果你在四月份以大三本科生或大一研究生的身份来到日本，你将立即开始找工作。

#### ④ 主要求职网站（Mynavi、Rikunavi 等）

**Ritas** 等是一家极具影响力的媒体机构，服务于大型企业和中型企业。许多大型公司在招聘活动中都会使用这些方法。求职方法我们提供从实习和联合招聘会到职位发布和求职申请等全方位服务。我们提供的服务能够帮助学生有效地使用求职有必要。

#### ⑤ 四年制大学的学生应申请

如果你被聘为“综合员工”，你将在公司内部各个部门和分支机构之间调动，在整个组织内工作。你将学习业务知识，并在未来成为一名经理。在某种程度上，公司停止招聘应届毕业生担任“销售”或“会计”等特定职位。“技术岗位”和“专业岗位”往往被排除在通才岗位之外。

\*有关“通才职位”招聘的详细信息请参见



## 2.我可以在哪里获取有关在日本找工作的信息？

① 加入国际学生求职匹配公司，并积极寻找相关信息让我们收集并利用它们。**连接工作日本，亚洲链接，知名网站** 工作推荐、招聘会组织、简历撰写指导、面试练习。我们为像习近平这样的学生提供支持。日本学生可以使用这项服务。无法做到这一点的网站，所以它具有优势。



GlobalLeader



② 大多数日本学生都会注册并使用**Mynavi、Rikunavi 等软件。** 一些主要的求职网站，例如**CareerTas**。

这个网站之所以吸引人，是因为它提供了大量信息，而且也受到国际学生的欢迎。

マイナビ 2027



C+ キャリタス就活  
[career+]

上一页 ② 中提到的网站时需要注意的事项

**问：谁在使用“Mynavi 2027”网站？**

**A：指那些在 2027 年 3 月毕业并计划于 4 月开始工作的人。  
或者， 2026 年 8 月毕业的学生可以在毕业后继续寻找工作。  
如果你在**

计划于 2027 年 3 月毕业的学生可以成为“Mynavi 2028”的成员，并参加实习  
这种情况确实存在。在这种情况下，你永远不可能获得工作机会。  
嗯。（在日本，学生基本上在大四本科生或大二研究生时开始参加实习。）  
（无需额外付费。）请确保不要走错入口，以免浪费时间。

**网站②的会员之前，请务必查看您的毕业时间！即使在  
请务必确认这是否是招聘信息。**

我将于2026年8月毕业。所以，Mynavi 2027  
所以我只需要成为会员。要注册成为会员.....  
现在是2025年6月。我将于2026年8月毕业，  
之后一直找工作我们继续。  
我想毕业后尽快找到工作，但我刚毕业。似乎



### ③使用

Hello Work是由日本厚生劳动省运营的职业介绍机构，在全国各都道府县均设有分支机构。

居住在日本的任何人都可以使用。Hello Work 上的招聘信息……

这主要适用于中小企业。全国各地的Hello Work办公室提供的信息都相同。因此，例如，您可以通过千叶县的Hello Work 办事处申请北海道的工作。你可以这样做。

使用 Hello Work 网络服务搜索工作。

你可以这样做，但仅限于与公司的咨询或面试。

要获得介绍信，您必须前往 Hello Work 办公室。

你得走了。



尤其是在东京四谷区，有一家名为“**东京外国就业**”(Tokyo Foreign Employment)的Hello Work**外国人就业服务中心**。

“**服务中心**”，配备会说外语的工作人员，为外国人提供工作方面的帮助。

我们为您的求职提供支持。我们还会为国际学生举办招聘会和其他活动。

是的，我们的地址是：13th Floor , Yotsuya Tower, Comore Yotsuya, 1-6-1 Yotsuya , Shinjuku-ku, Tokyo 。

Hello Work（公共就业服务）上的招聘信息从毕业前一年的6月开始发布（例如，2027年3月毕业对于这些人来说，介绍环节将于

## ④ 利用

我们的工作人员将对本手册中的信息进行更详细的解释。当然，我们也提供其他信息和支持。

### 个人支持

职业指导和就业安置咨询  
简历写作指导、面试练习  
工作签证信息

日本商务礼仪指南

为所有国际学生提供支持

实施就业指导和研讨会

校园招聘会和面试

校外招聘会信息传播

招聘信息



欢迎随时联系我们！

联系方式在最后一页。

### 3.关于日语能力，让我们来了解一下日本公司入学考试和在日本工作所需的商务技能和工作方式。

#### ① 首先，**简历必须用日语写。**

除了学术背景外，我们还会考虑您的  
你需要准备类似这样的材料。笔试、能力倾向测试（例如SPI）、  
**论文和面试都将使用日语。**请尽早准备，并与职业发展和就业安置中心的员工合作撰写简历和论文，并进行面试练习。好。



#### ② 在日本公司中，**内部沟通和客户沟通都使用日语。**

（外国公司除外）通常都是这样做的。因此，**商务礼仪，例如使用敬语，是必要的。**

你需要精通**贝尔**许多公司要求应聘者具备

③参加**实习**。从**本科三年级或研究生一年级的暑假**到三月份公司正式开始招聘活动这段时间是参加实习的好时机。你可以通过Mynavi等求职网站申请。与其他国家不同，日本的实习时间较短。通常包括1到5天的公司介绍会和参观活动。一日实习被称为“开放公司项目”。虽然时间短暂，但这却是向公司展示自己的宝贵机会。许多学生都想争取知名公司的实习机会，你可能无法获得，所以要尽早申请。

许多公司会进行岗前讨论和研讨会，以便员工了解行业、公司文化以及他们对员工的期望。

让我们学习一下

（如何用日语打电话，商务信函）

（写作风格等）日本的服装、化妆、发型等  
我们来看看它是否适合找工作。



## ⑤ 让我们来了解一下日本的工作方式，特别是

全职员工(终身雇佣)	通才职位	专业技术职位	搬迁是可能的。	可提供健康保险	额外奖励	签发工作签证
合同工(定期雇佣)	销售职位、普通办公室职位 销售职位	专业技术职位	禁止转让	可提供健康保险	奖金 低于普通岗位的 奖金。	签发工作签证
临时员工(定期合同工)	一般办公室工作、销售职位	专业技术职位	禁止转让	健康保险 、工作时间 更多	无奖金	关于 更多的
兼职工作(非正式就业) 具有其他居住身份的人每周最多可以工作28小时,但这些工作属于“超出其居住身份范围的活动”。			禁止转让	没有医疗保险	无奖金	工作签证 它不会 出来的。

通常会选择**综合性职位**。正如第4页所述，综合性职位面向**管理人才**。这类职位通常涉及**调动和异地调动**，使员工有机会学习公司内部的各种工作。这些职位基本上属于终身雇佣制，员工可以长期**工作而无需担心合同期限**，并且享有

“通才型招聘”是指对**缺乏技能和经验的应届毕业生**进行长期培训，使其熟悉公司独特的业务流程，并最终成为**忠诚的员工**。这可以说是日本“**会员制雇佣**”商业文化的核心。因此，在这种模式下，“**潜力**”比学生目前拥有的技能和资格更为重要。

另一方面，在其他国家，“**以工作为导向的雇佣**”很常见，人们会被招聘从事特定的**工作或职位**，例如**销售或会计**。在日本，跳槽者也具备技能，因此他们可以被聘用从事特定工作并成为正式员工。

毕业后你仍然可以找工作，但对于**没有特定技能的人来说**，只有在**学生时期才有机会被聘为全职员工或担任综合性职位**。

## 4.了解日本企业对国际学生的期望。 学习求职所需的准备工作和心态。

### 企业在国际学生身上看重什么？

性格和沟通能力

具备商务级别的日语能力

我们重视团队合作

我申请的公司所属行业及职位描述如下

此外，还要知道你想在公司做什么。

长期工作并了解公司的运营情况

潜力（语言技能、关于本国的信息、海外客户的风俗习惯和需求等）



### 国际学生对工作的期望

为一家全球知名的公司工作

比我祖国的薪水

我对这家公司和这份工作了解不多，但我只想被录用

在日本积累了2-3年的工作经验后，我想利用这些经验在我的祖国找到一份更好的工作。获得。



# 国际学生应该如何避免匹配错误

## ① 研究公司和行业。

（参加公司信息宣讲会，研究公司网站，公司设有门店

如果它们存在，就去了解一下，研究一下竞争对手公司，并了解一下该公司的产品。

不妨试一试。了解一下你想去的公司对新员工有哪些要求。这很重要。



## ② 了解自己。

（我的优势、需要改进的地方、我学习过的东西、我一生中最努力的事情。）

您拥有哪些资格证书和执照？您如何利用这些资格证书和执照为公司做出贡献？（鲁卡。）

能够说一门外语，拥有四年制大学或研究生院学历，单凭这一点不足以成为公司想要聘用你的理由。



你的专业以及你与祖国的联系将是选拔过程中的关键因素。

# 动机陈述示例

①我是越南人。贵公司在越南设有分公司并开展国际业务，所以我希望加入贵公司，运用我的越南语和日语技能。

② 贵公司是一家专注于亚克力树脂产品的全球性企业，在全球市场占有很高的份额。我听说贵公司在我的祖国越南设有分公司，并且未来有机会在越南分公司工作，我认为这是一个非常好的机会，因此我提交了申请。亚克力树脂比玻璃更透明、更易于加工，广泛应用于各种展示品中。它也比其他材料更容易回收利用，更加环保。亚洲经济正在蓬勃发展，但同时也需要避免环境破坏，因此我希望能够进一步将贵公司的产品推广到亚洲，为人们的美好生活做出贡献。我具有强烈的挑战精神。在贵公司，我可以在销售、质量控制、业务规划等各种岗位上挑战自我，因此我相信我能够迅速掌握在越南担任管理职位所需的技能。

你可以看出哪份声明出自既了解公司又了解自己的人口。这正是公司正在寻找的人才。

## 5.工作签证, 毕业后找工作让我们来了解一下签证要求。

### 有几种类型的

#### ① “工程师/人文/国际服务专家”签证

许多想在日本工作的外国人都会申请这种签证。

- **技术类**工作 → 利用科学和工程技能的工作( IT编程、机械工程、土木工程、游做(等等)的人。

- **人文知识**→ 国际商务中的市场营销、会计和咨询。

从事公共关系、销售等工作的人员

- **国际商务**→ 利用外国人的语言、文化和思维方式的工作(翻译、口译、航空旅客服务等)

从事设计师、免税店销售等工作的人。

#### ★要点

“技术”签证颁发给主修科学或工程专业, 并在“专业”领域工作的个人。

如果选择人文相关领域的学生想从事“通才”工作, 则需要“人文知识”签证或“国际服务”签证。

你需要选择一家业务适合你的公司。关键在于该公司“出于积极的原因雇用海外应届毕业生”。这样的公司会妥善为你办理签证。

招聘启事上写着“欢迎国际学生申请”也是可以接受的, 但这可能表明该公司不熟悉签证事宜, 只是在寻找人手。他们有时会这么说。最好向公司确认一下“在这里工作需要什么类型的签证?”



**“工程师/人文/国际服务专家”签证适用于与你的大学专业或母语相关的工作。只有从事与文化相关工作的人才能获得这项福利。因此，如果不是这种情况……即使你申请了工作，公司也不一定会录用你。**

JIU，经常可以看到国际学生申请IT程序员职位却被拒绝。  
我求职失败了，因为这份工作的专业并非我的大学专业。（JIU是一所文理学院。）  
即使你获得了工作机会，移民局也可能不会给你颁发“技术、人文和国际服务”签证。  
发行的可能性极低。

**日本大学毕业（生）**：指从日本大学或研究生院毕业的人。

\*此签证也称为“

凭借我高超的日语水平、在日本作为国际学生的经历，以及我在日本大学获得的技能和知识，这种签证适用于从事各种工作的人员。它不符合“工程师/人文领域专家/国际服务”签证的要求。我可以胜任“一般性工作”。“一般性工作”包括零售、餐饮、酒店等行业的客户服务，以及工厂的生产制造。

这包括建筑、护理等行业。

例如，在酒店行业，持有这种签证的人可以在餐厅服务部门工作。

你可以从事各种工作，包括婚礼策划、客房清洁和销售，但需要具备技术、人文和国际事务方面的技能。

持“工作”签证，你只能在前台工作。

持46号签证工作的人员还应负责管理外国雇员和外国技术实习生。

这是工作。

### ★要点

要申请此签证，您必须通过日语能力考试N1级或



### ③ 具体技能1

1.仅限于6个工业领域的工作。

① 护理服务 ② 楼宇清洁

③ 食品饮料制造 ④ 建筑业 ⑤ 造船及海洋设备 ⑥ 汽车维修

⑦ 航空(地面服务)⑧ 住宿 ⑨ 农业 ⑩ 渔业 ⑪ 制造业 ⑫ 餐饮服务

⑬ 汽车运输 ⑭ 林业 ⑮ 铁路 ⑯ 木材工业

#### 签证资格要求

18岁及以上的健康人群

日语能力考试 通过N4或以上 考试者

行业技能评估测试通过率



你不需要

工作内容与我大学所学专业无关也没关系。

你最多可以在日本工作5年。

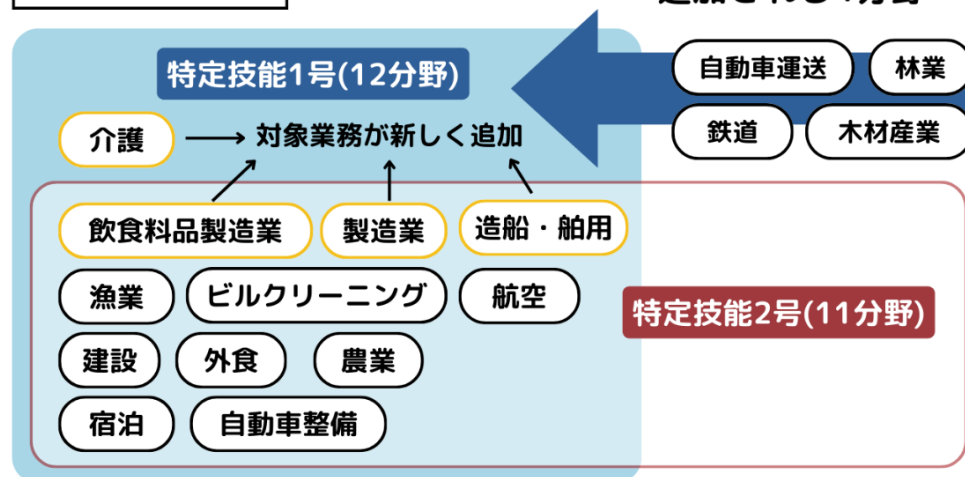
我无法和家人一起生活。

体力劳动型工作

你必须通过一家名为“特定技能就业机构”的招聘机构来寻找工作。

特定技能の現状

追加される4分野



## 毕业后求职签证 = 指定活动签证(求职)

① 大多数情况下，3月份毕业的国际学生会在那里待到6月份左右，8月份毕业的国际学生会在那里待到11月份左右。

通常情况下，学生签证还有剩余时间。但是，在此期间，你必须返回家乡。这是准备和变更居住身份的时期。

原则上，毕业后你必须立即返回祖国。

② 希望在毕业后继续从事毕业前所从事的求职活动的国际学生可以使用“特定活动循环”选项。

您可以申请“求职”（6个月）签证。JIU是移民服务机构。

我们将出具

③ 但是，在校期间没有积极从事求职活动的国际学生有资格获得“特定活动”补助。

你不能申请签证。

④ 换句话说，你毕业后不能立即开始找工作。

⑤ **“积极求职”的含义**是他们实际上与多家公司合作过。这意味着他们申请了该职位，通过了就业测试和面试，但没有获得工作机会。仅仅搜索招聘信息、参加公司宣讲会 and 提交简历并不足以确保获得工作机会。这不属于求职活动。Jiu**可以核实**我们有一条规定，如果您符合条件，我们将为您出具推荐信。

⑥ **交换生和参加特殊项目的学生没有资格申请指定活动签证。**

⑦ **一封推荐信可以开具两次。**  
**持指定活动签证**



⑧ **希望申请指定活动签证的国际学生应在毕业后立即联系**职业发展和就业中心。请过来。

⑨ **从申请到签发特殊活动签证可能需要 1 到 2 个月。**  
**在等待福利发放期间，您不能从事兼职工作。**

(签证签发要求可能因社会情况而异。)

# 找工作很难！所以，让我们让找工作变得简单些吧！（结论）

## ① 收集准确信息。

我不会使用

同学们！如果您有工作经验，请咨询就业中心，了解您应该使用哪种类型的（真迹。）

## ② 向欢迎国际学生的公司或雇用外国人的公司申请。

（最好选择那些不要求你做和日本求职者一样事情的公司，例如不进行SPI等考试或不要求手写简历的公司。许多这样的公司会参加面向国际学生的联合招聘会。）

## ③ 了解自己作为国际学生的优势。

（你能做哪些日本人做不到的事？如果你知道答案，你会选择在哪家公司工作？）你很快就会明白自己需要做什么。

## ④ 让我们想想你失败的原因。

（如果我们了解了原因，就能改进它。）

## ⑤ 不要独自担心。也和日本学生交流吧！

（有很多想支持你的人。不要只依赖本国的朋友。）



## 职业发展和就业中心提供的支持

- 职业咨询。
- 提供招聘会和职位空缺信息。
- 提供简历、文章等的校对服务。工作人员还会与您一起完善内容。
- 日语面试练习。



关于能力倾向测试、笔试、面试技巧等方面的书籍, 以及日本报纸(日经新闻、产经新闻)

你可以随时阅读。

- 我们将提供商务礼仪方面的指导。(包括着装、化妆、发型、如何用日语打电话等。)(例如, 如何撰写商务信函)
- 电脑和打印机随时可供使用。

### 托加内校区

职业发展和就业中心

千叶县东金市九名街1号F栋1楼

☎ 0475-55-8888

✉ shushoku@jiu.ac.jp

### 纪尾井町校区

职业发展和就业中心

东京都千代田区纪尾井町3-26 1号馆1楼

☎ 03-6238-1120

✉ kioicarri@jiu.ac.jp