ableto 次世代のキャリア形成プログラム 2026 in 首都圏

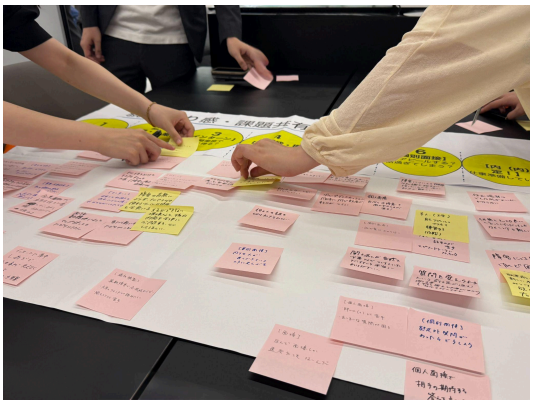
プログラムのご案内

ableto プロジェクト運営事務局
主催：特定非営利活動法人ディーセントワーク・ラボ
共催：京都大学DIIN Center
共催：アクセンチュア株式会社

1. 概要

特定非営利活動法人ディーセントワーク・ラボは、企業、大学・研究機関等と連携し、就活や働くことに不安のある学生、特性や障がいのある学生を含む「次世代のキャリア形成」を支えることを目的にした取り組みを推進しています。

このたび、首都圏エリアの大学生（既卒者）を対象に、就活の準備ができる合同プレキャリアイベント「ableto 次世代のキャリア形成プログラム 2026 in 首都圏」を2026年11月21日（土）に開催します。オンラインのプレセッション、アフターセッションを含めた計3日間のプログラムです。



2. プログラムの目的

働くことに不安があり、就活に着手できていない。学業や研究には取り組めているけれど、企業で働くイメージがまだ持てていない。自分に合う働き方が定まらない。体調、特性、困りごとを、仕事の場面でどう伝えたらいいのだろう。
そんな疑問のある学生・若年者に向けて、就活本番の前に、仕事と自分の相性を試しながら、企業と対話できるプレキャリアプログラムです。

企業で働く人たちとともに行う仕事体験を軸に、実際にコミュニケーションしながら、自身で工夫をしたり、配慮を申し出たり、自分の力や強みを発揮する工夫や、自分に適した働き方を体験しながら試すことができます。終了後は、気づきを整理し、キャリア準備の次の一歩を進めることを目

的としています。
　採否を気にする場ではないからこそ、質問してみる、配慮を伝えてみる、新しい役割に挑戦してみるなど、安心して試すことができることが特徴です。

＜イベント概要＞
タイトル：『ableto 次世代のキャリア形成プログラム　2026 in 首都圏』

日時：Day1プレセッション：2026年11月10日（火）17:30-19:10　　オンライン
　　Day2メインセッション：2026年11月21日（土）10:00-17:00　現地開催※
　　Day3アフターセッション：2026年11月27日（金）17:30-19:10　オンライン

場所：※Day2メインセッション：アクセンチュア・イノベーション・ハブ東京
　　（東京都港区三田1丁目4番1号 住友不動産麻布十番ビル）

3. プログラム内容について

Day1 プレセッション｜オンライン
2026年11月10日（火）17:30～19:10
　事前配布するWork　Profileシートに得意な場面・苦手な場面、あらかじめ想定される課題、試してみたいことを整理し、企業への伝達の準備をします。

Day2 メインセッション｜アクセンチュア・イノベーション・ハブ東京
2026年11月21日（土）10:00～17:00

　企業の仕事をもとにした少人数・実践型の体験プログラムを行います。
　話を聞くだけではなく、実際に考え、実行し、相談し、振り返ることで「働くとは何か」「配慮が必要な点について、企業ではどのようにとらえて伝えたり、工夫するといいか」を体感的に学ぶことができます。

Day3 アフターセッション｜オンライン
2026年11月27日（金）17:30～19:10
　体験を振り返り、企業や他の参加者の事例を知りながら、体験から学べたこと、次の一歩を整理します。

体験テーブル内容予定）：

ソリューション・エンジニア体験	ユーザーの声をもとに課題を見つけ、チームで改善策を考える体験です。エンジニアの仕事の進め方に触れながら、情報を整理して解決策を導くプロセスを体験します。
デザイナー体験	ポスターの「どこを直したら伝わるかな？」を考える体験です。デザイナーが行う情報整理や思考の手順を学べます。デザイン経験がなくても参加できます。
クリエイティブ（映像制作）体験	取材から撮影・編集までの一連の工程を体験します。スマートフォンで映像をつくりながら、「伝わる映像」のポイントやコミュニケーションの工夫を学びます。
顧客提案体験	お客さまのニーズを丁寧に汲み取り、一人ひとりに合った提案を考える体験です。ロールプレイングを通じて、接客の仕事とコミュニケーションのコツを学びます。
作業分解ワーク体験	業務を分解し、初めてでも対応できる状態にすることを目指します。「どう整理すれば分かりやすいか」の観点を学びます。業務の整理や配慮検討にも役立つ内容です。
インクルーシブ就活ワークショップ	学生と企業が一緒に、誰もが参加しやすい就職活動や働きやすい環境について考えるワークショップ。感じる不安や必要な配慮、対話のあり方を言葉にしていきます。

※内容は若干変更になる可能性があります。

体験テーブルの選択について：
1日で2種類（各2時間程度）の体験プログラムを選択して参加できる構成としています。事前に参加希望をお伺いし、可能な限り希望を踏まえて編成します。

※ 特定職種への採用説明会ではありません。
※　専門職インターンや高度な専門知識を前提にした内容ではなく、企業の担当者とコミュのケーションを取ったり、仕事の考え方や進め方を体験するプログラムです。

4.参加対象

対象：
- 就活に不安や難しさを感じており、事前準備をしたい学生・若年者
- 特性や障がいのある学生・若年者

※学年（学部・修士・博士）は問いません。
※大学、大学以外の高等教育機関在籍の方、既卒で就活中の方がご参加可能です。
※障がい者手帳の有無は問いません。
※本プログラムは、Day1・Day2・Day3の3日間を通じて完結する設計です。授業・実習・研究活動等により一部日程への参加が難しい場合は、事前に運営までご相談ください。代替の参加方法や事前・事後フォローについて、個別に調整いたします。

人数：30名　（※先着順とさせていただきます）

たとえば、以下のような方におすすめです。
- 就職活動に不安がある
- 既存の就活イベントに参加しづらい
- 本格的な就活前に企業の視点を知りたい
- 社会人との接点が少なく、仕事のイメージを持ちたい
- 自分の特性、体調、困りごと、必要な工夫を整理したい

- 手帳取得や進路選択に迷いがある
- 配慮を受けながら仕事をする働き方を体感してみたい
- アルバイトや実習等でつまずいた経験があり、次に活かして挽回したい
- 安心できる場所でコミュニケーションや協働を試してみたい
- 自己理解や配慮整理が進みつつあり、企業との仕事で試してみたい

お申込み〆切：11月6日（金）18:00
※定員に達し次第、早期に締め切る場合がございます。

申し込みについて
※お申込みに際し、ご質問・ご懸念・相談事項がある方は、申し込み前に事務局宛にお気軽に個別にご相談ください。個別事情を鑑みて参加しやすい方法をご一緒に検討させていただきます。

運営事務局　特定非営利活動法人ディーセントワーク・ラボ
email：ableto@decentwork-lab.org

5. お申し込み～参加の流れ

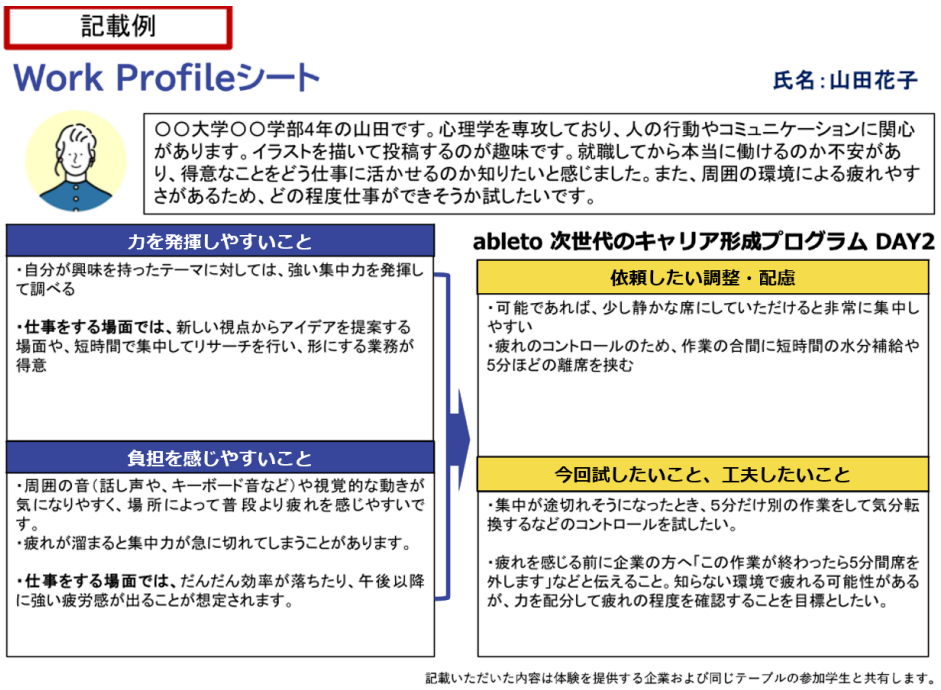
申込方法：QRコードおよびリンクから申し込みフォームにてお申込みください。

https://peatix.com/event/5185085

※Peatix経由でお申し込みを頂いております。アカウントがない場合は、先にログインまたは新規登録が必要です（登録料や手数料は無料です）。Peatixに登録いただいたメールアドレス宛に、事前課題（Work Profileシート）、開催要項等をお送りしています。

タイミング	実施すること
申込時	応募フォームに入力し、申し込みをお願いします。
参加確定	後日、運営からメールにて連絡する参加準備方法を確認し『**Work Profile**　シート』（仕事体験をよりよくするための準備シート）を事

	前記入してDay1をお待ちください。
Day1 プレセッション	『**Work Profile** シート』をもとに事前準備。当日試したいことや企業に伝えたいことの整理と、シートの事前提出を完了します。
Day2 メインセッション	会場で2種類の体験プログラムに参加し、企業からフィードバックを受けます。
Day3 アフターセッション	体験からの学びや気づいたことを整理し、今後の一歩を考えます。



6. よくある質問

Q.プログラムに参加するとどんな効果が得られますか？
このプログラムでは、仕事体験を通じて、配慮を受けたり自身で工夫をしながら自分の力や強みを発揮すること、その働き方を体験できます。

参加を通じて、次のようなことを整理できるため、自信をもってキャリアを次のステップに進める

きっかけになります。

- どんな働き方を選択したいか（一般就活・障がい枠等を含む選択）
- 自分が取り組みやすい仕事の進め方
- 他者と一緒に働く感覚・そのときの自己戦略
- 企業でどう相談・調整すればよいか
- 仕事の場面で必要となる具体的工夫
- 企業の考え方や顧客視点
- 就活前に取り組みたい次の一歩　　など

Q. 学部・学科、文系・理系は関係ありますか。

A. 学部・学科は問いません。
仕事体験や対話を通じて、自分の得意・苦手を把握し、働く場面への影響を体感したり、どのような環境で力を発揮しやすいかを試すことを目的としているため、文系・理系・芸術系・専門職系・大学院生を含め、幅広い学生を対象としています。
　専門性の高い学生にとっては、専門知識そのものを試す場ではなく、自分の専門性や強みを、企業の文脈でどう伝え、他者と協働し、価値に変えていくかを考える機会として活用できます。

Q. 仕事体験の難易度はどのくらいですか。

A. 一般の就活プログラムや企業ワークショップでも使われるような、実務に近いテーマを予定しています（専門職インターンや大学院生の専門性を前提とした高度な職業体験ではありません）。
課題を簡単にするのではなく、企業水準の考え方や成果物に触れながら、どのような工夫や配慮があれば、自分が力を発揮しやすいかを試すことを大切にします。
また、事前相談や当日サポートを活用できることも利点です。

Q. 参画企業に応募することはできますか。採用選考に影響することはありますか。

A.プログラム内で、企業から直接的な勧誘や選考を行うことはありません。
また、すべての参画企業が求人募集を行っているとは限りません。参加した企業に応募したい場合は、後日、大学支援者や運営にご相談ください。本人の希望を確認したうえで、可能な範囲で次の接点を検討します。
なお、本プログラムへの参加有無や当日の様子が、そのまま採用選考の評価になることはありません。採用選考に進む場合は、各企業の正式な応募手続きに沿って行われます。

Q. 事前準備の**Work Profile** シートを一人で完成させられるか不安です。自分の特徴をまとめたり、企業にどのようなことを伝えるべきか分かりません。相談することはできますか。

A.はい。個別にご相談いただくことが可能です。
このプログラムは一人では検討しにくい得意や苦手、対処方法・企業への伝え方を、DAY1-3を通じて整理しながら検討できるものです。エントリーシート等とは異なり、現時点で正しい内容を記載して提出することを目的としたものではなく、仮説を立てて3日間で試していくものとお考え下さい。DAY1では書き方のコツをお伝えします。
さらにご希望の方はイベント前後に、個別サポート面談を受けることができます。特性や障がいのある方の就活・企業内での活躍について支援経験が豊富なソーシャルワーカー

に相談しながら、一緒に記載を進めることができます。ぜひご検討ください。
また、すでに大学等で支援者へ定期相談をされている方は、いちどイベント前に相談しながらまとめてみることもお勧めいたします。

「**ableto**（エブルト）」について
「ableto（エブルト）」はこれから社会へと踏み出す障がいのある学生と、障がい者雇用に取り組もうとする企業の双方に対して、学生と企業の対話を通じて相互理解を深め、ともに"できる"を育てるプログラムです。
abletoは、「できる」を意味する "able to" に由来し、学生と企業がそれぞれの立場で「できる」を増やしていくことを目指して名付けました。

お問い合わせ
運営事務局／NPO法人ディーセントワーク・ラボ内
email：ableto@decentwork-lab.org
HP：https://decentwork-lab.org/ableto/

（2026年9月24日公開）
（2026年10月5日　体験テーブル内容更新）