

# 就職ミニガイド

- (P 2) . . . 窓口のご案内
- (P 3) . . . 安定所平面図
- (P 4) . . . 安定所からのお願い

## 再就職へのワンポイントアドバイス

- (P 5) . . . 求人票の見方
- (P 6) . . . 応募書類の準備
- (P 7) . . . 面接の受け方
- (P 8) . . . 求人情報の提供

ハローワークとわだ

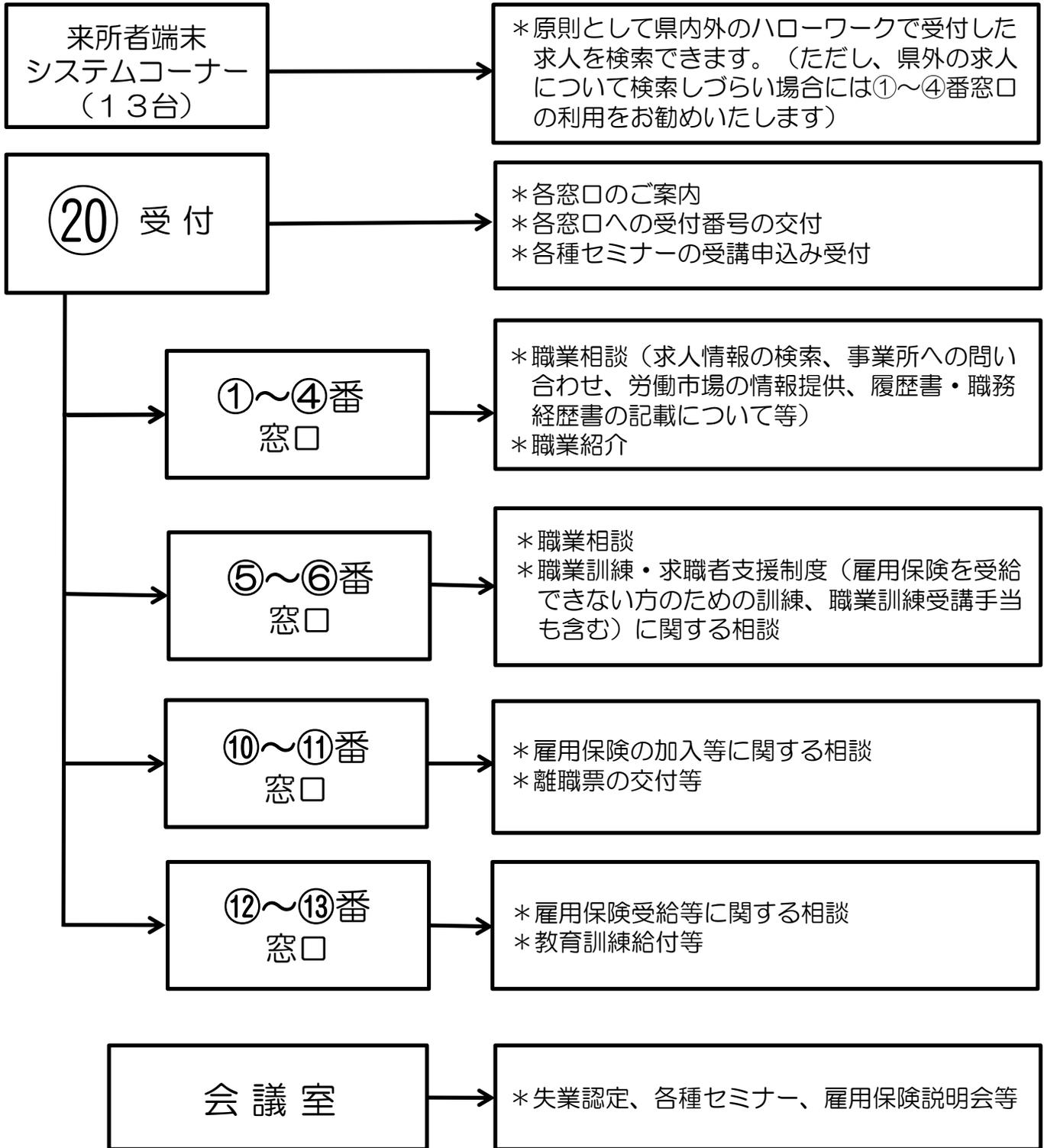
三沢公共職業安定所 十和田出張所  
〒034-0082

十和田市西二番町14-12  
十和田奥入瀬合同庁舎1階  
TEL.0176-23-5361

令和6年4月改訂版  
三 出 - 7

# 窓 口 の ご 案 内

安定所の窓口では、それぞれ次の業務を担当しております。  
ご相談・お問い合わせ等がありましたら、お気軽にお尋ね下さい。



# 《 安定所平面図 》

会議室  
(説明会・失業認定・セミナー等)

会議室入口

駐車場出入口

出入口

雇用保険窓口

適用窓口

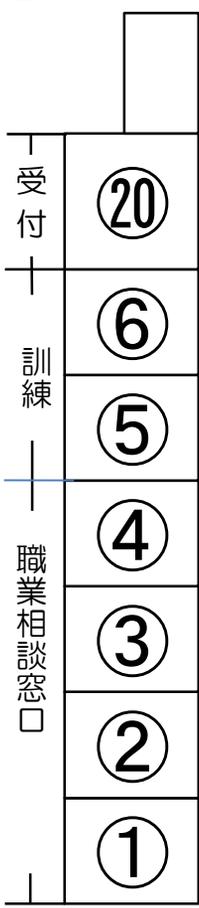
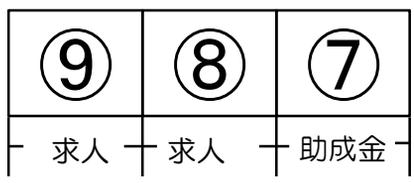
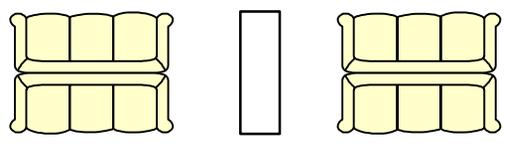
給付窓口



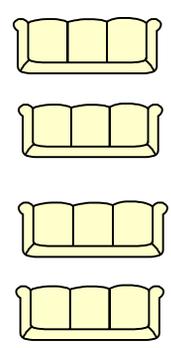
お客様の声

最新求人情報

県外求人リーフレット

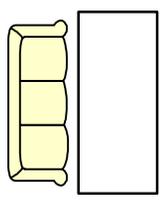


記入台



来所者端末

トミテフリー



# 安定所からのお願い

1. 仕事の相談・紹介を希望する際は「ハローワーク受付票」を持参して下さい。

安定所に来所し求職申込し求職登録された方には「ハローワーク受付票」を交付しています。仕事の相談・紹介を希望される時は「ハローワーク受付票」を総合受付に提示して下さい。また、最新の応募状況を提供出来ますので、お気軽に相談窓口をご利用下さい。

※求職者マイページを開設している方は、ご自身のスマートフォンやタブレットから「ハローワーク受付票」を表示することができます。

2. 応募の際は「紹介状」が必要です。

安定所で公開している求人に応募しても、事業主から「安定所を通して面接に来て下さい」と言われることがあります。公開されている求人に応募する際には、事前に安定所の窓口で相談し「紹介状」の交付を受けて下さい。

3. 窓口相談時間について

安定所での相談時間は平日8：30～17：15となっております。

仕事の相談・紹介を希望される方は、上記の時間内になるべく早くご来所下さるようお願いいたします。

4. ハローワーク求人ホットラインについて

安定所で公開・紹介している求人が実際と違っている場合、安定所の窓口、または「ハローワーク求人ホットライン」（03-6858-8609）（受付時間 平日8：30～17：15）へ連絡をお願いします。

事実を確認の上、事業所に対して是正指導を行います。



# 再就職へのワンポイントアドバイス

## その1

### ～～応募書類の準備～～

#### ① 履歴書の書き方

- 履歴書はすぐに面接を受けられるように、写真を貼った履歴書を前もって準備しておきましょう。（日付だけは書類を送付する直前に同じペンで記入しましょう）
- 黒ボールペンを使用し、一字一字丁寧に、誤字・脱字の無いよう、はっきりと直筆で記入しましょう。（書き方を間違った場合は書き直し!）
- 資格は、珠算・簿記・英検等は3級以上、書道は初段以上を記入するのが一般的です。また、技能講習などを受講されている場合も記載をしましょう。
- 趣味は、興味を持ち実際に行っているもの、特技は自信をもっている技能を記入しましょう。
- 職歴は、単に会社名だけを記入のではなく、どんな仕事を何年経験したかを記入することで効果を発揮する場合があります。（書類選考の場合は特に!）
- 高年齢の方は、体力がものをいう場合がありますので『毎朝、ジョギングをしています』等の記入は効果的です。（もちろん実践をしている場合に限りです。）
- 安定所では履歴書の書き方についてのアドバイスやセミナーも行っておりますのでご相談ください。

#### ② 職務経歴書の書き方

- 事業所の選考方法として、書類選考が増えてきております。書類選考で、合格しなければ、面接まで到達しません。
- 履歴書と違い、所定の様式はなく、パソコン・手書きいずれでも差支えありませんが、A4版1枚から2枚程度にまとめるのがよいでしょう。（パソコン作成の方が望ましい）
- 企業は、中途採用者には実務能力を求めており、自分自身の職務の具体的な経歴を訴えることができます。
- 作成する過程で、自分自身の経験の整理ができ、求職活動に役立つとも言われています。（作成することで自分の経験を振り返り確認することで面接などで仕事の経験を聞かれた際に答えやすくなります）
- 安定所では職務経歴書の書き方についてアドバイスやセミナーも行っておりますのでご相談ください。

#### ③ 応募書類の送付状について

- 応募書類を郵送する場合は、添え状を作成しましょう。

# 再就職へのワンポイントアドバイス

## その2

### ～～面接の受け方～～

- 入社試験の方法は、時とともに変わってきていますが、面接試験は必ず行われます。筆記試験などでは知ることができない人間像を、対話によって確かめようとするのが「面接」の狙いであり、ほとんどが「面接」で最終的な採否が決定されます。

#### ① 面接に行く前のチェックポイント

- 職歴および志望動機をいつでも説明できるよう準備してください。
- 前職の退職理由では、前の会社を批判せず、前向きに再就職先で、ご自分の力を最大限発揮したい旨を訴えましょう
- 華美な服装や化粧はなるべく避け、応募している職場にふさわしい服装や化粧で臨んでください。
- 履歴書や紹介状、印鑑等の必要なものを忘れないように気を付けてください。
- 指定された時間に遅れたり、時間ぎりぎりにならないように時間に余裕を持って面接に行きましょう。
- 指定された日時に都合が悪くなった場合は、必ず事業所へご自身で連絡してください。

#### ② 面接を受けているときのチェックポイント

- 面接者に対しては、堂々とした態度ではっきりと受け答え、声が低すぎたり早口になるなど、不明瞭にならないようにしましょう。また、姿勢が崩れないように注意しましょう。
- 企業の為に自分がどういう形で役立つと思うのか強調してください。
- 新たに学習しなければならないことには、進んでその意欲を示すことが必要です。
- 面接者が最も知りたがっているあなたの技能・知識についての説明は、具体的に（例えば、使用する機械名など）、専門用語を用いて行うと効果的です。
- 面接の最後には「ありがとうございました。」というだけでなく、「ぜひともよろしく願います。」などといった意欲のある言葉を付け足すことも忘れずに。

# 求人情報の提供

- 最新の求人情報を掲載した「週刊求人情報」などがありますのでご利用下さい。  
《屋外設置場所（夜間・休日用）に用意してあります。》

## 週刊求人情報

原則として週1回、毎週水曜日に発行

## ピックアップ求人情報

原則として月1回、第二金曜日に発行

## 医療・福祉関係求人情報

原則として奇数月、最終月曜日に発行

## 建設関係求人情報

原則として偶数月、最終月曜日に発行

※ 掲載の求人は既に取消又は内容変更している場合がありますのでご了承ください。

- ハローワークインターネットサービス (<https://www.hellowork.mhlw.go.jp/>)  
自宅のパソコンで、安定所で受理した求人情報が閲覧いただけます。  
※ 求人内容に関するお問い合わせは、整理番号をお控えの上、ご連絡下さい。  
(事業所名、所在地、連絡先が非公開の求人については、電話ではお答え出来ません。)

### 〈関係機関等一覧〉

名称	所在地	電話番号	業務内容
三沢公共職業安定所	〒033-0031 三沢市桜町3-1-22	0176-53-4178	雇用保険受給手続き、職業相談、職業紹介など
八戸公共職業安定所	〒031-0071 八戸市沼館四丁目7-120	0178-22-8609	雇用保険受給手続き、職業相談、職業紹介など
八戸年金事務所	〒031-8567 八戸城下4-10-20	0178-44-1742	厚生年金・国民年金の相談
(社)十和田市シルバー 人材センター	〒034-0083 十和田市西三番町1-3 7 3F (旧上下水道庁舎)	0176-25-0222	おおむね60歳以上の方で、働きがい・生きがいのための短期的・臨時的などの就労機会を探している方 会員制
十和田労働基準監督署	〒034-0062 十和田市西二番町14-12 3F	0176-23-2780	労働条件の確保(賃金不払い、解雇の事件)、労働災害、通勤災害の補償についての相談