

ハローワークガイド あばしり ～仕事をお探しの方へ～



ハローワークインターネットサービス

<https://www.hellowork.mhlw.go.jp/>

検索



 **ハローワーク網走**

網走公共職業安定所

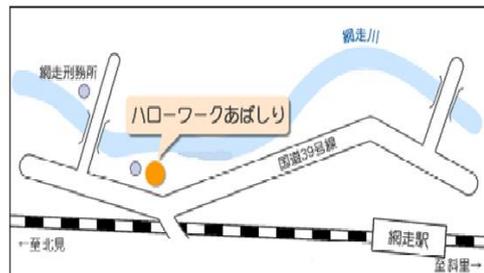
〒093-8609

網走市大曲1丁目1番3号

TEL 0152-44-6287

FAX 0152-44-6276

ハローワークあばしりのホームページ
https://jsite.mhlw.go.jp/hokkaido-hellowork/newpage_00074.html



開庁時間 8:30～17:15

(土・日・祝日・年末年始を除く)

※職業相談・紹介には一定の時間がかかること等から、9時～16時の利用をお勧めします。

求職申込み手続きのご案内

- 求職申込み手続きには、次の2つの方法があります。

1 ハローワークに出向いて手続きを行う方法	2 ご自宅のパソコンやタブレット、スマートフォン等から手続きを行う方法
<p>【求職情報の登録】 受付でお渡しする「求職申込書」を記入、または、ハローワーク内に設置されているパソコン（検索・登録用端末）で求職情報を登録して行います。</p> <p>【ハローワーク利用登録者】 窓口で、求職申込み手続き（ハローワーク職員が申込み内容や希望条件などを確認）を行い、求職情報の登録が完了すれば、「ハローワーク利用登録者」となります。</p>	<p>【求職情報の登録】 ハローワークインターネットサービスにアクセスし、「求職者マイページアカウント登録」を行います。</p>  <p>【オンライン登録者】 アカウント登録の完了後、14日以内に求職情報を登録し、「求職者マイページ」を開設し、求職情報の登録が完了すれば、「オンライン登録者」となります。</p>
<p>◎ ハローワーク利用登録者の方も、求職者マイページを開設することができます。</p> <p>◎ オンライン登録者の方は、ハローワークで職業相談を受けることによりハローワーク利用登録者に変更できます。</p>	

ハローワーク受付票

ハローワーク受付票（見本）

求職申込みの手続きが終わると、
「ハローワーク受付票」

を発行します。

受付票には、求人情報の検索の際に必要な求職番号が記載されています。また、この受付票で全国どのハローワークでもご利用いただけます。

ハローワークにお越しの際は必ずご持参ください。

ハローワーク受付票

受理年月日：令和6年5月18日

氏名：アシタ ユウキ 様

明日 勇気

希望就業形態：フルタイム

担当窓口：01

職種：263-01

求職番号：60000-12345678



<お願い>
 ハローワークをご利用されるときは、この受付票をご持参ください。
 この受付票で、どのハローワークでもご利用いただけます。
 また、電話等でのお問い合わせの際は下記の求職番号をお伝えください。

○○公共職業安定所 TEL 03-0000-8609

※求職者マイページを作成している場合、求職者マイページから表示することができます。

求職者マイページのご案内

サービス内容

ハローワークインターネットサービス上に「**求職者マイページ**」を開設すると、以下のサービスが利用でき、お仕事探しがより便利になります。

- ① 登録した求職情報を確認することができます。
- ② 求人検索条件や気になった求人を保存することができます。
- ③ 求職活動の状況（応募中の求人や選考が終わった求人等）を確認することができます。
- ④ ハローワークからおすすめ求人の情報を受け取ることができます。
- ⑤ ハローワークから職業紹介（オンラインハローワーク紹介）を受け取ることができます。
- ⑥ 求人に直接応募（オンライン自主応募）することができます。
- ⑦ メッセージ機能により、応募した求人の担当者とのやりとりができます。
※メッセージのやりとりができるのは、求人事業所が「求人者マイページ」を開設している場合に限られます。
- ⑧ 求職公開する場合は、求人者から直接連絡によるリクエスト（直接リクエスト）を受けられます。

オンライン登録者は①②③⑥⑦の機能が利用できます。

<留意事項>

- 求職者マイページは、ハローワークおよびハローワークインターネットサービスを利用して就職活動を行うことを希望する方を対象に、求人情報の検索・閲覧など仕事探しに必要なサービスを提供するものです。
- 「求職者マイページ」を開設するには、ハローワークへの求職登録が必要です。
- マイページを開設するには、ログインアカウントとして使用するメールアドレス（パソコン、スマートフォンなど）が必要です。また、利用規約およびプライバシーポリシーに同意いただく必要があります。
- 求職が無効となった場合、一部サービスが利用できなくなります。

マイページ開設手順

求職者マイページを開設するには、次の2つのいずれかの方法によりお申込みください。



1. ハローワークで求職登録した後に開設する方法



2. インターネット上でマイページ開設とともに求職登録する方法（ハローワークに求職申込みしていない方に限ります。）



※求職者マイページを開設しない場合でも、引き続きハローワークの窓口で職業相談、職業紹介、その他のサービスをご利用いただけます。

紹介状

応募したい求人が見つかった場合は、窓口で求人事業所に連絡し「紹介状」をお渡しします。紹介状は面接時に持参して求人事業所の担当者に提出してください。事前に応募書類を郵送する場合は応募書類に同封してください。

求人事業所への提出用（見本）

紹介コード 52010-52010-1061291 紹介日 令和6年5月25日

紹介状

株式会社 ハローワークア (法人番号: 00000000000000)

人事課 課長 橋本 様

日頃より、ハローワークをご利用いただきありがとうございます。貴事業所からいただいております求人につきまして、下記の方をご紹介します。採用に向けた選考を、よろしくお願いたします。

紹介対象求人の番号	職種	求人区分	雇用形態
01100-0000	介護福祉士	フルタイム	正社員

(フリガナ) カイゴ タロウ
求職者氏名: 介護 太郎

採用選考の結果につきましては、お手数ですが、求人者マイページでご登録いただくか、裏面の「採否結果通知」に必要事項をご記入の上、下記のハローワークまで、FAX、郵便等によりご連絡をお願いします。
また、応募者本人にも採否結果をご連絡いただくようお願いいたします。

お問い合わせ先
〇〇公共職業安定所
〒100-0007
〇〇市△△区〇〇町1-1-1
TEL: 00-8888-8809
FAX: 00-8888-4324
紹介担当 千代田 貴

表面

※ 個人情報が含まれています。FAX番号をお間違えのないようご注意ください。

選考結果通知

送達元: 株式会社 ハローワークア (紹介日 令和6年5月25日)
送達先: 千代田 貴 まで (紹介日 令和6年5月25日)
(TEL: 00-8888-8809) (FAX: 00-8888-4324)
求人番号: 01180-0000 (紹介職種: 86-07.31)

さきに紹介を受けた方(裏面の紹介状に記載の方)の選考結果を通知します。
また、この求人については、次の取扱いを希望します。
 引き続き紹介をしてほしい (本人) ※注 既に有効期限切れ等で無効となっている場合は、再度の申し込みが必要です。
 求人を取り消して欲しい

※ 裏面の紹介状で応募者氏名をご確認の上、ご記入ください。

採用した

採用(予定)日: 令和 年 月 日 内職度
氏名(読み、姓をまず) (日課・日給・時給職・有給)
求人番号との関連 (なし・あり) → 具体的な変更点・変更理由
採用条件との関連 (なし・あり) → 具体的な変更点・変更理由

相違「あり」の場合、
・労働契約締結前の変更する労働条件等の明示 (なし・あり)。
・変更する労働条件等の本人の同意 (なし・あり)。

採用した理由について、できるだけ詳しく教えてください。

採用しなかった

該当する事項に○を付けてください。(1-5のみ、6-11の中で複数選択可)

●選考の結果当方で採用しなかった場合	●左記以外の場合
1 業務内容が合わない	6 選考時に本人が断った
2 技能・経験・知識の不足	7 採用しようとしたが本人が断った
3 賃金が折り合わない	8 本人から応募辞退の連絡があった
4 就業時間が合わない	9 本人と連絡がつかない
5 1~4以外の理由	10 応募書類が届かない
	11 面接不参加

採用しなかった理由について、できるだけ詳しく教えてください。

裏面

本人控え（見本）

紹介状 (本人控え) 52010-52010-1061291
(必ずお手元保管してください。)

紹介内容 (紹介日 令和6年5月25日)
求職者氏名: 介護 太郎 (求職番号: 51010 2276783)
求人事業所名: 株式会社 ハローワークア
職種: 介護福祉士 (求人番号: 01180-0000)
選考方法: 面接
面接等予定日: 時 分
場 所: 東京都千代田区〇〇1-1-1
携 帯: ハローワーク紹介状 履歴書 (写真貼付) 職務経歴書
自己PR (職務がない方)
口書選考者: 送付先 同封する もの
採用担当連絡先: 人事課 課長 橋本 花子 (内線)
TEL: 99-9999-9876

上記の求人について紹介します。履歴書・職務経歴書の内容や面接等に不致がある場合は、ハローワーク窓口で相談をお受けしていますので、お気軽にご相談ください。
面接予定日に特別の事情により出席できなくなった場合には、上記採用担当者連絡先までご連絡の上、その後の対応についてご相談ください。

選考結果通知
ハローワーク お問い合わせ先
〇〇公共職業安定所
〒100-0007
〇〇市△△区〇〇町1-1-1
TEL: 00-8888-8809
FAX: 00-8888-4324
紹介担当 千代田 貴

↑ 選考結果が出るまで大切に保管してください。

職業訓練(ハロートレーニング)

- ◆ 職業訓練(愛称「ハロートレーニング」)は、「急がば学べ」をキャッチフレーズに訓練受講により技能・知識を習得し、速やかに再就職できることを目的として行われています。
 - ◆ 受講料は無料です。(ただしテキスト代等は自己負担) 網走管内ではパソコン、介護などの訓練が行われます。
 - ◆ 雇用保険受給中の方は、一定の要件を満たしていれば、職業訓練の受講期間中、基本手当、通所手当が支給されます。また、雇用保険を受給できない方も、一定の要件を満たせば、職業訓練受講給付金、通所手当が支給されます。
- ※ 受講開始時期や応募条件がありますので、職業訓練を希望される方は早めにご相談下さい。



就職活動の進め方

ハローワークでは就職までのステップに合わせて各種支援メニューを用意しています。
就職活動に関することは何でもご相談に応じます。**職業相談窓口**を積極的に活用しましょう。

step1 自己分析・労働市場分析

- * 仕事探しを上手に進めるには、まず自分自身を知ることが大切です。
 - 今までしてきたこと
 - 今できること
 - これからやりたいことなど、きちんとまとめておきましょう。
- * 興味を持っている仕事や経験がある仕事などについて、現在の状況を知りましょう。
 - 求人の数が多いか少ないか
 - どのような求人がどのくらいの条件で出ているかなど、ハローワークやハローワークインターネットサービスで実際に調べてみましょう。

ハローワークでは、仕事に関するいろいろなご相談をお受けしています。
どのような仕事を選べばよいか迷っている方には、ご自身の興味・関心や職業経験の振り返りなどの自己分析のお手伝いをしています。また、就職したい地域の状況を知りたい方には、地域の労働市場に関する情報を提供しています。

step2 条件決定

- * 就きたい仕事、働きたい条件を決めましょう。さらに希望条件を決めたらどの項目を優先するのかを決めます。
 - こだわる条件
 - 譲れる条件など、あらかじめ決めておくことで仕事選びがスムーズです。

ハローワークでは、ご希望と実際の求人状況を踏まえて、就職に近づく条件設定のお手伝いをしています。
技能・技術を身につけたい方には、公的職業訓練（ハロートレーニング）に関するご相談も行っています。

step3 求人を探す

- * 応募したい求人を決めましょう。見つからないときはstep1、step2に戻り、希望条件を再検討しましょう。

ハローワークでは、窓口で相談しながら希望条件に合った求人と一緒に探したり、ハローワーク内に設置されたパソコン（検索・登録用端末）でご自身で求人を探することができます。

また、求人の内容や応募要件等、希望する上で不明な点がある場合などには求人事業所に確認します。

step4 応募準備

- * 応募するには、**履歴書**が必要になります。また、最近では**職務経歴書**も必要な場合が多くなっています。提出する前にはしっかりチェックしておきましょう。
- * 準備ができれば、いよいよ**面接**です。きちんと受け答えができるよう準備しましょう。

ハローワークでは、履歴書・職務経歴書の書き方、面接の受け方などのセミナーを実施しています。
また、窓口でも個別の相談やアドバイスをを行っています。

step5 応募

- * 具体的に応募先が見つかったら、求人内容に合った履歴書・職務経歴書を作成し、面接の想定問答などを考えましょう。
- * 実際の応募では、応募先事業所の情報を収集し、ニーズを把握することが大切です。準備を整え、自信を持って臨むことが好印象を与えます。
- * 面接日時や書類の送付期限は厳守です。余裕を持って準備しましょう。
- * やる気、熱意を伝えるには、あいさつと身だしなみが基本です。

ハローワークでは、ご希望する求人の応募状況の確認や求人事業所の担当者に連絡をとり面接日程調整を行った上で紹介状を発行します。求人票だけではわからないことや直接質問しにくいことも、ハローワークの職員が代わって問い合わせます。

応募にあたって実際に使用する履歴書・職務経歴書や面接への対策に関する直前のアドバイス等も行っています。

step6 採用

- * 採用が決まったら、まず労働条件を確認しましょう。労働基準法では、主要な労働条件を書面（雇用契約書や労働条件通知書など）で明示することとされています。また、体調を崩さないよう注意して、初出勤に備えましょう。

ハローワークでは、採用が決まった後もご相談をお受けします。労働条件について疑問がある場合はそのままにせず、早めにハローワークにご相談ください。

不採用となってしまった場合でも、希望職種や条件の再検討、応募書類の見直しなどについてご相談ください。

ハローワーク網走のサービスメニュー

ハローワークでは、みなさまの就職活動を支援するため、次のサービスを行っています。

職業相談

◆ 求職活動を全面的にバックアップします。

求職活動の進め方、求人情報の入手方法や検索方法、応募書類の添削指導など、あなたの仕事への興味・関心、経験・能力に合った仕事探しを支援します。

◆ 求人情報を提供します。

ハローワーク職員が一緒になって希望条件に合う求人を探して提供し、きめ細かな職業相談を行っています。

◆ 求人票の条件を確認します。

希望する職種に応じて、学歴や経験、資格等の募集条件について確認します。場合によっては、求人条件を緩和・拡充することを求人事業所に提案しています。

◆ 応募する求人事業所にご紹介します。

応募したい求人が決まれば窓口で「紹介状」をお渡しします。ハローワーク職員が求人事業所に連絡して応募方法、面接日時や場所をご案内します。



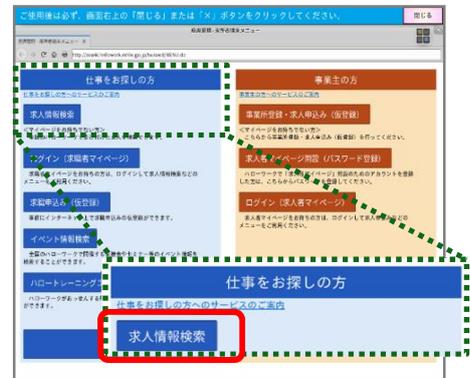
求人検索・登録用パソコン

◆ 全国のハローワークで受け付けた求人を検索できます。

ハローワーク内に3台のパソコンを設置しています。ご利用の際は受付にお申し出ください。

◆ 検索した求人情報をすぐに印刷できます。

◆ 求職情報の登録、求職者マイページの開設、確認ができます。



求人公開コーナー

◆ 求人公開ファイル

ハローワーク網走管内の「求人早見シート」を閲覧できます。

◆ ホット求人コーナー

新着求人「求人早見シート」を閲覧できます。

気になる求人は、受付や職業相談窓口にお申し出いただければ、求人票を印刷することができます。



週刊ハローワーク求人情報

◆毎週水曜日に発行しています。

発行日の前の週の1週間(月～金)に就業場所がハローワーク網走管内で、発行時点で有効中のものを一覧にまとめています。

ご覧になった時点で、すでに取消(変更)され、応募できない場合もありますので、ご注意ください。

求人番号	事業所名 所在地	職種名	仕事の内容	年齢	賃金	就業時間	求人数
01180-		食肉製造		不問	147,500	8:00～17:00	5人
2021/8/30					～	8:00～17:00	
01180-		塾講師		18歳以上	170,000		1人
2021/8/30					～	18:00～21:00	
01180-		総合職		30歳以上	189,858	8:00～17:00	1人
2021/8/30					～	8:00～17:00	
01180-		販売業務		不問	151,600	8:00～17:00	1人
2021/8/31					～	18:00	
01180-		工場作業		不問	235,000	8:00～17:00	1人
2021/8/31					～	8:00～17:00	
01180-					162,500	7:00～	1人
2021/8/31					～	18:00	
01180-					302,400	8:00～17:00	1人
2021/8/31					～	8:00～17:00	
01180-					162,500	8:00～17:00	1人
2021/8/31					～	8:00～17:00	
01180-					302,400	8:00～17:00	1人
2021/8/31					～	8:00～17:00	

◆主な設置場所

- ・ハローワーク網走玄関前
- ・オホーツク総合振興局
- ・網走市役所
- ・各町役場
- ・子育て支援センター「ひまわり」「どんぐり」
- ・網走市保健センター
- ・ソレイユ網走
- ・エコセンター
- ・まちなかぷらざ
- ・シティ網走店

応募書類の作成支援・面接トレーニング

◆応募書類の作成や面接に向けた準備への支援を行います。

ご希望に応じて、履歴書や職務経歴書といった応募書類の添削指導や、面接のマナー・心構えについてアドバイスします。また、実際の場面を想定した模擬面接(予約制)を行っています。



◆就職支援セミナーを開催しています。

「Zoom」を利用したオンラインによる就職支援セミナーを毎月開催しています。お手持ちのパソコンやスマートフォンからご参加いただけます。

参加には事前予約が必要です。

※参加時にかかる通信費等は参加者の負担となります。

担当者制による就職支援

◆3か月間、継続して同じ相談員が担当します。

- ・予約制による職業相談、職業紹介
- ・Zoomを利用したオンライン職業相談
- ・電話、郵送、求職者マイページによる求人情報の提供
- ・応募書類の書き方アドバイス、応募書類の添削
- ・面接の受け方アドバイス、面接トレーニング
- ・職業適性検査、職業興味検査(おおむね35歳未満の方)
- ・求職者マイページの開設支援、利用方法の案内

◆担当者制による支援をおすすめする方

- ・早期再就職(おおむね3か月以内)をめざし、短期間に集中した支援を希望する方
- ・求人へ応募しているがなかなか決まらないなど、就職活動に対する悩みや不安があり、継続的な支援を希望する方 など

担当者制による就職支援サービスのご案内

ハローワークでは、専任の相談員によるマンツーマンの個別支援で早期再就職を希望するみなさまの就職活動をサポートします。

支援期間は3か月/継続して同じ相談員が担当します

担当者制による支援をおすすめする方

- ・希望の再就職(おおむね3か月以内)をめざし、短期間に集中した支援を希望する方
- ・求人へ応募しているがなかなか決まらないなど、就職活動に対する悩みや不安があり、継続的な支援を希望する方 など

就職支援サービスメニュー

- ★予約制による職業相談、職業紹介
- ★Zoomを利用したオンライン職業相談
- ★電話、郵送、求職者マイページによる求人情報の提供
- ★職業適性検査の職業アドバイス
- ★応募書類(履歴書や職務経歴書)の添削
- ★面接の受け方アドバイス、面接トレーニング
- ★職業興味検査、職業適性検査(おおむね35歳未満の方)
- ★求職者マイページの開設支援、利用方法の案内
- ★就職支援セミナーの案内・予約受付
- ★Zoomを利用したオンラインセミナー(毎月開催)

申込みは、ハローワーク網走の受付(下記)または「就職支援センター」を窓口としてください。電話やメールでもお問い合わせいただけます。

☎ハローワーク網走 職業相談部門

〒103-9630 網走市東1丁目1-3 TEL. 0152-44-6597

[担当者制申込書]		申込日	受付日	受付時間
氏名				
連絡先				
希望するサービス				
備考				

※担当者制による支援を希望しない場合でも、各種支援メニューは利用できますので、職業相談窓口にお申し出ください。

関係機関のご案内

■ 高齢者の補助的、短期的な仕事に関する相談

網走市シルバー人材センター

〒093-0041 網走市桂町2丁目1番3号

TEL0152-43-6688

■ 労働条件、労働問題に関する相談

北見労働基準監督署

〒090-8540 北見市青葉町6-8 北見地方合同庁舎

(労働条件・解雇・賃金) TEL0157-88-3983

(総合労働相談コーナー) TEL0157-88-3982

■ 年金に関する相談

日本年金機構 北見年金事務所

〒090-8585 北見市高砂町2-2-1

TEL0157-25-8703

■ 国民健康保険に関する相談

居住地の市町村役場

job tag (職業情報提供サイト (日本版 O-NET))

job tagは
こんなサイト！

約5000の職業の解説(動画コンテンツを含む)、求められる知識やスキル、どんな人に向いているかなどを、「数値データ」で見える化！就職・転職活動で重要な、「市場分析」、「自己分析」、面接などでのアピールポイントの確認や、企業の採用活動での詳しい求人(=応募が集まりやすい求人)の作成、採用基準の明確化など、さまざまな場面で活躍するサイトです。

PC・スマホから
サイトへGO!

職業情報

検索



●自分に合ったものを探してみよう！

使ってみよう！

ココから！



「job tag」トップページ

ハローワーク網走では、人と仕事を結ぶための総合機関として、就職に関する様々な相談やサービスを提供させていただいております。

このガイドブックは、ハローワーク網走のサービス内容をまとめたものです。
仕事をお探しの方は、是非ハローワークをご利用下さい。