



夜間や土曜も開庁していて便利です！
 仕事帰りにもしっかりと相談できます！

ハローワークジョブセンターほんまち

高知市本町4丁目3-41 高知地方合同庁舎1階

☎088-826-8870 (県民文化ホール東隣)

月・木 10:00~19:00 火・水・金 9:00~17:15

第2・第4土曜 10:00~17:00 (祝日の場合は休み)

高知県内で唯一！
土曜日に利用できる
ハローワークです！

オンラインでの
相談もできます！
(要予約)

ハローワーク高知 若者相談コーナー

高知市帯屋町2-1-35 片岡ビル3階

(帯屋町アーケード内 金高堂書店 斜め向かい)

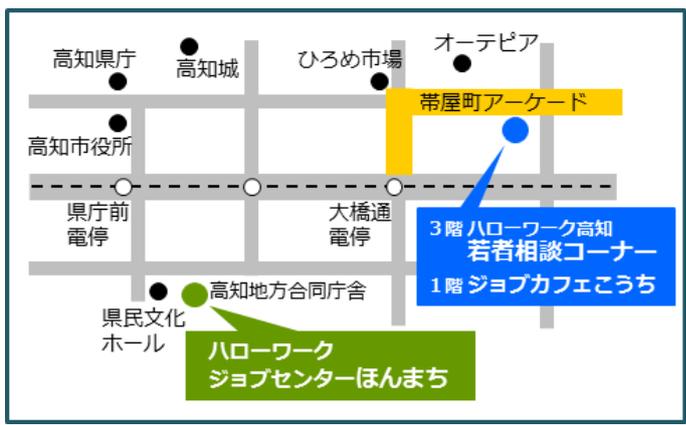
☎088-802-2076 月~金 10:00~18:00

『ジョブカフェこうち』
と連携して支援します！

年齢に関係なくどなたでも
ご利用いただけます！

◆ 両施設を利用される際の注意点について

- ・ご利用いただける駐車場はありません。
公共交通機関をご利用ください。
- ・ハローワークジョブセンターほんまちは、
建物南側に“駐輪場”があります。
- ・雇用保険の手続き等はできません。
住所を管轄するハローワークをご利用ください。
- ・高知県とハローワークが合同で運営しています。



皆さまの仕事探しに役立つ 支援メニューがあります

職業の相談・紹介

ほんまち

若者相談

ご自身のこれまでの仕事の経歴やスキル、希望条件をもとに、仕事探しの相談や紹介を行います。オンラインで相談もできます（予約制）。希望する求人情報をオンラインや電話にて提供しています。

職業訓練の案内

ほんまち

若者相談

再就職するために必要な知識や技能、資格等を身につけることができるハロートレーニング（職業訓練）をご案内します。

※ほんまちのみ『雇用保険が受給できない45歳未満の方』を対象に『求職者支援訓練』にかかる受講申込ができます。

応募書類・面接の助言

ほんまち

若者相談

履歴書や職務経歴書の基本的な書き方や、作成した書類の添削指導、ジョブ・カードの作成支援を行います。面接練習（予約制）を通じて、アピール度を高める答え方など、注意点や改善点をアドバイスします。

セミナーの開催

ほんまち

“ビジネスマナーの基本”

“応募書類の作成”

“ジョブ・カード作成”

“中高年の方の就職活動”

“面接対策”

“適職診断”

“自己PR対策”

など、仕事探しに役立つ様々なセミナーを行っています。

ジョブカフェこうちとの連携支援

若者相談

※ 同じビルの1階にあります！

『**適性診断**』…パソコンを使って、自分の能力や長所・短所、向いている職業などを気軽に診断できます。

『**職場体験**』…実際の職場を体験してみると、働くことへのイメージを高めて、就職後のミスマッチを防ぎます。

就職に関する悩み相談

ほんまち

「就職への不安」「自分に自信がもてない」などの悩みを、産業カウンセラー等の専門の担当者と個別相談できます（予約制）。

水曜 13:30~16:30 ☎088-826-8870

専門コーナーでの支援

ほんまち

高知家の 女性しごと応援室相談コーナー

働きたいすべての女性を応援しています。求職・キャリア・子育てと仕事の両立など、さまざまな相談ができます。

また、第2・3木曜日には、臨床心理士やキャリアコンサルタントによる“簡単な心理テストで自分の強みに気づくセミナー”などを開催しています。（予約優先）

木曜 10:00~16:00 ☎088-826-8870

初めてハローワークの窓口を利用される方は、インターネット上でマイページを開設して求職申込をしていただくことで、当日スムーズに手続きができます。

ハローワークインターネットサービスホームページアドレス

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



高知労働局
Instagram

高知労働局と高知県内のハローワークから様々な情報を発信しています！

