

ハローワークの

無料

オンライン 職業相談

「仕事や子育てでハローワークに行く時間がない」

「自宅が遠いためハローワークに行くのが難しい」

「オンライン面接に慣れておきたい」という方、

オンライン職業相談を利用してみませんか？



対象者

※ 下記①～③ のすべてに該当する方

① ハローワークに求職登録をしている方。

- ▶ 初めてハローワークを利用する方や、最後のご利用から5年以上経過している方は、事前に求職登録が必要です。「ハローワークインターネットサービス」またはハローワークの職業相談窓口で求職登録を行ってください。（利用者登録を行う際に、「求職番号」の入力が必要になります。）

求職登録は
こちらから



② オンライン職業相談に必要な端末や環境を準備できる方。

③ 「オンライン・ハローワークシステム職業相談利用規約」に同意いただける方。

利用手順

step
1

利用者登録
をする
(初回のみ)

step
2

相談予約
をする
(10日前までに)

step
3

オンライン
職業相談

※相談実施日：月～金
(土日祝を除く)

ハローワーク高知

〒781-8560 高知市大津乙2536-6

開庁時間／平日8:30～17:15 休日／土日祝

TEL 088-878-5320

1. 利用者登録をする (※ 初回のみ)



「オンライン・ハローワークシステム
面談予約サービス」にアクセス

① 「新規登録」を選択

オンライン・ハローワークシステム
面談予約サービス

サービスをご利用の際は、「みなさまへのお知らせ」をご確認後、ご利用をお願いいたします。面談予約は画面中央部の「オンライン予約手続き」からお申し込みいただけます。「オンライン予約手続き」をクリックし

予約状況の確認

新規登録

② 利用規約を確認し、「同意する」を選択

利用者登録説明

利用規約

オンライン・ハローワークシステム利用規約
この規約は、管轄の公共職業安定所（以下「ハローワーク」という。）で行う雇用保険法（昭和49年法律第116号）第15条第2項に規定する失業の認定に係る手続きを、対象者がインターネットを通じてオンラインで行なため、オンライン・ハローワークシステムの失業認定機能（以下「本システム」といい）

同意する >

③ 必要情報を入力し、「登録する」を選択

利用者ID入力

利用者ID（メールアドレス）必須

利用者ID（確認用）必須

登録する >

④ 「メール送信完了」画面が表示

メール送信完了（利用者登録）

メールを送信しました。
受信したメールに記載されているURLに
アクセスして、残りの情報を入力してください。
利用者登録画面に進めるのはメールを
送信してから24時間以内です。

⑤ 「アカウント登録を
完了してください」の
メール受信後、
メール本文内URL
を選択

受信トレイ
ハローワーク
アカウント登録を完了してください
Info_online-hellowork.mhlw...

オンライン・ハローワークシステムサービス
ご利用者様へ
利用者登録画面へのURLをお届けします。
◆パソコン、ハードディスクはこちらから
https://onlinehellowork.mhlw.go.jp/onlinehewu/profile/inputUser_initDisplay?useId=hwkcS0120%40mail.co=123456783456&code=0&id=112233B21234=2

⑥ 必要情報を入力し、「確認へ進む」を選択

※
「パスワード」は、
英大文字、英小文字、
数字、記号 を必ず
使用してください。
(10~50文字)

利用者登録

パスワード 必須

パスワード（確認用） 必須

氏名（フリガナ） 必須

求職番号 必須

確認へ進む >

⑦ 内容を確認し、「登録する」を選択

利用者登録確認

以下の内容で登録してよろしいですか？

登録する >

⑧ 利用者登録完了

利用者：職安 太郎 さまを登録しました。
※申込は完了していません。
申込を行いたい方は、登録した利用者IDで
ログインし、申込を行ってください。

【参考】ログインする

① 「メニュー」から「ログイン」を選択

オンライン・ハローワークシステム
面談予約サービス

メニュー

ログイン >

予約手続き >

予約状況確認 >

② 必要情報を入力し、「ログイン」を選択

利用者ログイン

利用者ID（メールアドレス）

パスワード

ログイン >

③ メールアドレスに
送信された認証
コードを入力し、
「ログイン」を選択

認証コード入力

通知された認証コード 必須

ログイン >

2. 相談予約をする



「オンライン・ハローワークシステム面談予約サービス」にアクセスし、ログインを行う

① 予約手続きを探す

オンライン予約手続き

② キーワードで探す

相談 高知

キーワード検索

③ 手続き一覧

相談 高知 検索結果 〇件

[39010] ハローワーク高知（高知）
職業相談 面談予約
受付開始：202X年XX月XX日 15時00分
受付終了：随時

[39012] ハローワーク高知 香美出張所（高知） 職業相談 面談予約
受付開始：202X年XX月XX日 11時00分
受付終了：随時

④ 施設選択

✓: 選択中 ○: 預約可 ✗: 預約不可
予約したい日時の○または✗をクリックしてください。
※予約状況をクリックすると時間選択画面へ進みます。

施設名	予約枠名	202X年						
		1/10(日)	1/11(月)	1/12(火)	1/13(水)	1/14(木)	1/15(金)	1/16(土)
高知新卒応援+N	オンライン職業相談	-	-	○	○	○	○	-

⑤ 時間選択

オンライン職業相談	
10:00	○
11:00	○
12:00	○
13:00	○
14:00	○
15:00	○
16:00	○

予約する >

手続き説明

<利用規約>

オンライン・ハローワークシステム利用規約
この規約は、管轄の公共職業安定所（以下「ハローワーク」という。）で行う雇用保険法（昭和49年法律第116号）第15条第2項に規定する失業の認定に係る手続きを、対象者がインターネットを通じてオンラインで行うため、オンライン・ハローワークシステムの失業認定機能（以下「システム」とい）

同意する >

- ⑥ 利用規約を確認し、「同意する」を選択

予約

氏名を入力してください。必須

氏： 職安
名： 太郎

ご相談内容について、該当する項目の□にチェックを入れてください
(複数選択可)

- 職業相談
 面接練習
 履歴書、職務経歴書の添削
 その他

確認へ進む >

- ⑦ 入力内容を確認し、相談内容の該当項目にチェックを入れ、「確認へ進む」を選択

予約確認

まだ予約は完了していません。
※下記内容でよろしければ「申込む」ボタンを、修正する場合は「入力へ戻る」ボタンを押してください。

[39010] ハローワーク高知（高知）

申込む >

- ⑧ 予約内容を確認し、「申込む」を選択

予約完了

予約が完了しました。
下記の予約番号を記載したメールを送信しました。

受信トレイ
ハローワーク: 予約を確定しました
Info_online-hellowork.mhlw...
オンライン・ハローワークシステム面談予約サービス
予約番号 : 20260123-00XX

- ⑨ 予約完了

- ⑩ 予約確定メールを受信する

※ 予約内容についての確認のため、職業相談当日までに、ハローワークからご連絡させていただく場合があります。

3. オンライン職業相談をする

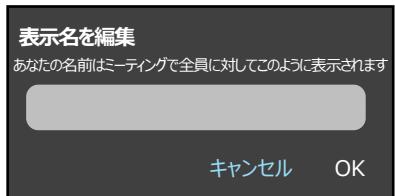
方法1 受信メールのURLから参加

受信トレイ

ハローワーク: 予約を確定しました
Info_online-hellowork.mhlw....

オンライン・ハローワークシステム面談予約サービス
当日はZoomミーティングにて以下のURLより、ご参加ください。
Web会議URL
<https://zoom.us/987654321?pwd=HkwoC123oteRtyuiAsdf65GHJZxC3.Nmb>

「予約を確定しました」のメール本文内にあるURLを選択するとZoomが起動する



④ 表示名を入力し、「OK」を選択

方法2 面談予約サービスから参加

オンライン・ハローワークシステム
面談予約サービス

サービスをご利用の際は、「みなさまへのお知らせ」をご確認後、ご利用をお願いいたします。面談予約は画面中央部の「オンライン

予約状況の確認

新規登録

① 「オンライン・ハローワークシステム面談予約サービス」にアクセスし、ログイン後、「予約状況の確認」を選択



⑤ 「参加」を選択

予約一覧

予約番号

検索 >

② 予約一覧の中から該当する予約の「詳細」を選択

※
予約修正・取下げも
「詳細」から行える



⑥ 「ミュート解除」を選択するとマイクがオンになる
「ビデオをオンにする」を選択すると自分の姿が表示される

③ 会議情報のURLを選択するとZoomが起動する



※ お困りごとや不明点はお問合せください。

ヘルプデスク 0570-02-0609 (有料)

受付可能時間／平日8:00～18:00
(土日祝・年末年始は除く)

高知県内 ハローワーク一覧

- ・ハローワーク高知
 - ・ハローワークジョブセンターほんまち
 - ・ハローワーク高知 若者相談コーナー
 - ・ハローワーク高知 香美出張所
 - ・ハローワーク須崎
 - ・ハローワーク四万十
 - ・ハローワーク安芸

- 高知市大津乙2536-6
高知市本町4-3-41 高知地
高知市堀屋町2-1-35 ジョブ
香美市土佐山田町旭町1-4
須崎市西糺町4-3
四万十市右山五月町3-12
安芸市矢ノ丸4-4-4
高知郡いの町桂川1043-1

TEL 088-878-5320
TEL 088-826-8870
TEL 088-802-2076
TEL 0887-53-4171
TEL 0889-42-2566
TEL 0880-34-1155
TEL 0887-34-2111
TEL 088-802-1225