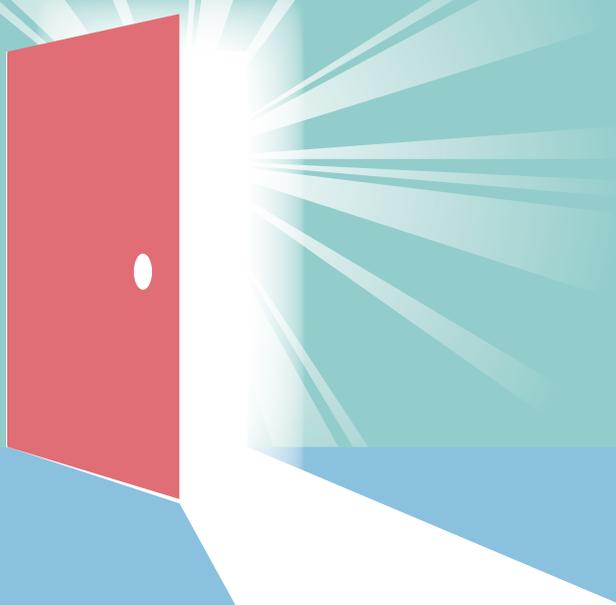


「就職氷河期世代」の
(※概ね35歳以上55歳以下)
活躍をサポートします！

with us

— 就職氷河期世代活躍支援ガイドブック —



みえ就職氷河期世代活躍支援プラットフォーム

スキルアップしたいけど
お金や時間がない

正社員になりたい
年齢も気になる

「就職氷河期世代」の活躍を

はじめに

就職氷河期世代とは？

社会的に就職難となった1990年～2000年代に学校卒業期を迎えた世代（概ね35歳以上～55歳以下）を就職氷河期世代と呼び、これらの世代は雇用環境が厳しい時期に就職活動を行った世代であり、その中には、一人一人の意思等によらず、未就職、不安定就労等を余儀なくされ、引き続きその影響を受けて、

- 不安定な就労状態にある方
- 長期間にわたり無業状態にある方
- 社会参加に向けた支援を必要とする方

など、様々な課題に直面している方がいます。

就職氷河期世代の 活躍の場を広げるために

就職氷河期世代の就職・正社員化や社会参加の実現等に向けた取組を官民一体となって推進するため、

- 三重県内ハローワーク(就職氷河期世代支援窓口)
- ポリテクセンター三重・伊勢
- 三重県立津高等技術学校
- 三重県内地域若者サポートステーション(サポステ・プラス)
- おしごと広場みえ(マイチャレ三重)
- 三重県ひきこもり地域支援センター

等の地域基盤を活用し、民間支援機関等との連携を図りながら、地域一体となって支援を行います。

就職氷河期世代の方、ご家族、就職氷河期世代に関わるすべての方々に、身近にある支援内容をぜひ知っていただきたい。そして、次の一步を踏み出すきっかけになることを願っています。

働きたいけど
自信がない

ご自身やご家族の
ひきこもりのことで悩んでいる

サポートします！

活躍支援のご案内

就職氷河期世代の方／ご家族

就職支援

社会参加

職業訓練

職場体験

事業主の皆様

助成金等

- INDEX -

ハローワーク 就職氷河期世代支援窓口	04-05
ポリテクセンター三重・伊勢	06
三重県立津高等技術学校	07
地域若者サポートステーション(サポステ・プラス)	08-09
おしごと広場みえ(マイチャレ三重)	10-11
三重県ひきこもり地域支援センター(三重県こころの健康センター)	12-13
その他の取り組み 生活に困窮している方へ／ 就職氷河期世代の方々に向けたその他の情報／事業主の皆様へ／ みえ就職氷河期世代活躍支援プラットフォームについて	14-15

ハローワーク 就職氷河期世代支援窓口

令和2年4月1日より、ハローワーク四日市に「就職氷河期世代支援窓口」を開設し、下記の通り、支援を行っています。



詳細はこちら

支援メニュー

就職活動に関する 様々な相談

→担当者が一人ひとりの状況に合わせて、
きめ細かな職業相談を行う体制をとっています。



履歴書・職務経歴書 作成のアドバイス

→面接に進むためには応募書類の作成が
必要になります。作成にあたってのアドバイ
スなどをさせていただきます。



面接の受け方等の アドバイス

→面接で困っていることや不安なことに関してご相談いただけます。
また、希望される方には応募求人に応じた面接練習も行っています。



職業訓練の相談や 情報提供

→職業スキルを高めたいという方には、公的な職業訓練を
ご案内します。パソコンやIT関連の知識が学べる事務系
のコースから、介護職を目指すコースや、電気工事や製造
関連職種への就職を目指す物づくり系のコースまで様々な
訓練があります。

職業適性検査を活用した 自己理解支援

→希望される方には、職業適性診断を行いま
す。皆さんが自分自身の適性について理解
したり、職業についての様々な情報を集めたり、
今後の職業選択について考えるためのお手伝
いをします。

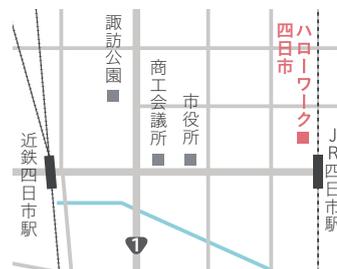


問い合わせ先

ハローワーク四日市【就職氷河期世代支援窓口】



〒510-0093 四日市市本町3-95
TEL 059-353-5566 (部門コード 41#)
【支援窓口の開庁時間】平日/8:30~17:15



アクセス
JR四日市駅より徒歩1分
近鉄四日市駅より徒歩15分

「就職氷河期世代支援窓口」担当者の声

就職氷河期世代支援窓口では書類作成サポートや個別の面接対策、他にも自己理解のためのセミナー等、就職氷河期世代の方を対象とした様々な支援を行っています。支援窓口を利用して就職された方の中には、「面接対策やセミナーが役に立った!」「企業の情報収集をはじめ、まずは行動してみることが大切だと感じた」とお話しいただく方もいらっしゃいました。「これから正社員での就職を目指したい!」「まだ具体的な求人はないけれど、相談したい」など…ぜひ一度、お気軽にご相談ください!



支援対象者

正社員での就職を希望する35歳以上55歳以下の方で、次の①②のいずれかにあてはまる方。

※正社員で在職中の方は対象となりません。

- ① 正社員としての雇用期間がおおむね通算1年以下の方。
- ② 臨時的・短期的な就労を繰り返すなど不安定就労の期間が長い方又は就労経験がない方。



各種セミナーや就職面接会等の実施

→就職氷河期世代向け各種セミナーや就職面接会、企業説明会の実施と、関係機関が実施する再就職セミナー等の情報を提供します。

専任の就職支援ナビゲーター等による担当者制予約相談

→専任の担当者が、あなたのお悩みや状況に応じて、あなたに合った就職に向けたプランを一緒に考えていきます。



職場定着支援

→就職後のさまざまな悩みや不安を解消できるようにサポートします。



氷河期世代限定・歓迎求人等の紹介

→就職氷河期世代の採用に積極的な求人「限定求人」・「歓迎求人」の情報提供を行います。

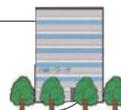


職場実習・体験

→ハローワークの職員が、ご本人の希望や職歴を伺った上で、実習期間や実習内容を調整。受け入れ先事業所では、業務に精通した従業員が担当になって業務指導を行います。実習期間中に職場環境などに不安を感じた場合、ハローワークの担当職員が、電話や事業所訪問などによりフォローします。



ご利用にはハローワークでの登録が必要です。
就職氷河期世代の方、ハローワーク四日市へお気軽にお越しください！



◀専門窓口を設置していないハローワークでも、一人ひとりの課題に応じて、正社員化の実現に向けたきめ細かい就職支援を実施しています。▶

三重県のハローワーク一覧

業務取扱時間／8:30～17:15 休日／土曜・日曜・祝日・年末年始

ハローワーク名	所在地	電話	管轄区域
四日市	〒510-0093 四日市市本町3-95	059-353-5566(41#)	四日市市、三重郡(朝日町を除く)
		※「ハローワーク四日市」は在職中の方を対象に、火・木曜日17:15～18:30、第2・4土曜日10:00～17:00(原則予約制)も開庁。開庁時間は変更する場合がありますので、HP等でご確認ください。	
桑名	〒511-0078 桑名市桑栄町1-2サンファーレ北館1階	0594(22)5141(41#)	桑名市、いなべ市、桑名郡、員弁郡、三重郡のうち朝日町
鈴鹿	〒513-8609 鈴鹿市神戸9-13-3	059(382)8609(41#)	鈴鹿市、亀山市
津	〒514-8521 津市島崎町327-1	059(228)9161(41#)	津市
松阪	〒515-8509 松阪市高町493-6松阪合同庁舎	0598(51)0860(41#)	松阪市、多気郡
伊勢	〒516-8543 伊勢市宮後1-1-35 MiralSE8階	0596(27)8609(41#)	伊勢市、鳥羽市、志摩市、度会郡(大紀町錦を除く)
伊賀	〒518-0823 伊賀市四十九町3074-2	0595(21)3221	伊賀市、名張市
尾鷲	〒519-3612 尾鷲市林町2-35	0597(22)0327	尾鷲市、北牟婁郡、度会郡のうち大紀町錦
熊野	〒519-4324 熊野市井戸町赤坂739-3	0597(89)5351	熊野市、南牟婁郡

ポリテクセンター三重・伊勢

ハローワークに求職申し込みをされた求職者の方を対象に、地域企業の人材ニーズに即した訓練カリキュラムによる「ものづくり分野」に関する専門的技能・知識を習得するための職業訓練(4~7ヶ月)を行っています。



三重公式HP



伊勢公式HP

ポリテクセンターが就職に強い「3つの理由」

1 親身な就職支援

- 経験豊富な職業訓練指導員(テクノインストラクター)や就職支援アドバイザーにじっくり相談できます。
- 受講生の就職希望を冊子にして、登録企業約400社に送付しています。

2 スキルアップ

- 初心者でも安心、基礎から始めて、実践的な実習が中心のカリキュラムになっています。
- 専門技術をもった職業訓練指導員(テクノインストラクター)がしっかりサポートします。
- 訓練機器は、実際の職務で使用するものと同じものを使用します。

3 同じ目標をもつ仲間

- 同じ目標の仲間がいるから頑張れます。
- グループ作業でコミュニケーション力がUPします。



「ポリテクセンター三重」と「ポリテクセンター伊勢」の訓練コースと就職実績 (令和4年度)

分野	訓練コース名	就職実績	
		三重	伊勢
機械加工	テクニカルオペレーション科	82.1%	
	機械・CAD科		80.5%
	CAD/NC技術科(企業実習付)	93.3%	
金属加工	溶接技術科	90.9%	
	ものづくり溶接科		100.0%
電気工事・制御	電気設備技術科	85.4%	92.7%
	電気施工技術科(企業実習付)	90.0%	
	電気保全技術科	89.5%	
居住製造支援	住宅リフォーム技術科	77.8%	85.1%
	ものづくりアシスト科		84.6%

訓練概要

- 訓練期間** 6ヶ月(企業実習付コースについては7ヶ月)
- 訓練日時** 訓練日/平日(祝日及び年末年始等当センターが定める訓練休を除く月曜日から金曜日)
訓練時間/9:20~15:40(7時限がある日は16:35まで)
※なお、企業実習付コースの企業実習期間中等、訓練日、訓練時間が変更になることがあります。
- 費用** 受講料は無料です。
※ただし、科により異なりますが、教科書及び作業服等(既にお持ちの方は原則不要)の購入が必要となります。

担当講師からのメッセージ



電気施工技術科

電気工事には、工事をする対象に応じて様々な方法がありますが、当科では建物内の電気配線を施工する「内線工事」の基礎技術を習得していきます。最初はポリテクの実習場で課題に取り組み、基本的な技能・技術を習得していただきつつ、「より安全に・効率よく・疲れずに」作業をする探求心と習慣も身につけていただきます。訓練終盤では、ご自宅近くで約1か月の企業実習に取組んでいただきます。ここでは実際の仕事の進め方を体感するとともに、業界で働く上での疑問や不安を就職前に解消できること、自分の適性も見極められることが最大の特徴です。

問い合わせ先

ポリテクセンター三重／ポリテクセンター伊勢



TEL 059-320-2645
〒510-0943
四日市市西日野町4691

アクセス
四日市あすなろう鉄道 八王子線
西日野駅より徒歩10分



TEL 0596-37-3121
〒519-0501
伊勢市小俣町明野685

アクセス
近鉄明野駅より徒歩10分

三重県立津高等技術学校

就業に役立つ技術・技能の習得で卓越した技能士の育成をめざす職業能力開発校です。
 「ものづくり」に必要な理論と技能をバランスよく学び、「ものづくり」のおもしろさ・楽しさ・奥深さを
 実感しながら成長し、やりがいのある仕事を見つけることができます。



公式HP

本格的にものづくりが学べる！ 「津高等技術学校」の3つの魅力

1 高い就職率

技術・技能の習得だけでなく社会人として必要な人間形成をサポート。
 履歴書作成・面接などあなたに合った個別指導を行い、高い就職率を誇っています。

2 少人数制の教育体制

各科定員が10名から15名。一人ひとりをしっかりときめ細かくサポート。
 職種に関連する資格取得をめざすとともに、
 企業で必要とされる技術・技能を確実に習得します。

3 「実習重視のカリキュラム」と「充実した実習設備」

各企業で使われている最新の設備環境を備え、実技を重視した実践的なカリキュラム。
 短い期間で、さまざまな現場において即戦力として活躍できる技術・技能を身に
 付けることが可能です。



短期課程と委託訓練

● 短期課程 (課程：4～6か月、1年)

受講料：無料 ※ただし、教科書等は実費。

主なコース

ホームコーデ科、住宅サービス科、パソコンCAD科、
 オフィスビジネス科、金属成形科、マルチスキルワーク科、他

離転職者の方、外国籍の方、若年者の方、身体に障がいのある方を対象とした様々な科があり、実技を中心に短期集中で就職に必要な技能や知識を習得し、資格を取って就職をめざします。

※学校見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

【受講対象者】ハローワークに登録している離転職者で、職業に就くために必要な技能・技術の習得を必要としており、次のいずれかに該当する方。

- ① 雇用保険受給資格があり、公共職業安定所長の受講指示が得られる方。
- ② ①以外の方で、公共職業安定所長の受講推薦・支援指示が得られる方。



● 委託訓練 (コース：3か月、2年)

受講料：無料 ※ただし、教科書等は実費。

主なコース

パソコン活用科、IT ビジネス科、介護福祉科、経理パソコン科、医療調剤事務科、他

離転職者等を対象として、県内の民間教育訓練施設における「IT、パソコン事務、介護福祉、医療事務等に関するノウハウ」を活用することで、効果的な職業能力開発の機会を提供します。

【受講対象者】ハローワークに求職申込みされている方で、訓練受講にあたっては公共職業安定所長の受講指示、受講推薦または支援指示が必要になります。



担当者からのメッセージ



本校では、在学中に仕事で活かされる技能・技術を実習作業を中心に訓練を行っています。その結果、修了生からは、「学んだことが就職先で役に立った」と回答が寄せられます。
 「急がば回れ」の例えのように、本校への入校を選択して良かったと実感される時がくると思います。急がば回れで、キャリアアップを図って就職に臨みませんか。

問い合わせ先

三重県立 津高等技術学校



TEL 059-234-2839
 〒514-0817
 津市高茶屋小森町1176-2

アクセス

近鉄名古屋線 久居駅東口より
 三重交通バス15分
 JR紀勢本線 高茶屋駅より徒歩15分

就職氷河期世代就労支援センター (厚生労働省委託事業/サポステ・プラス)



若年無業者の就労支援機関「若者就業サポートステーション・みえ」は、新たに40代の方の就労支援窓口を開設しました。

詳細はこちら

支援メニュー

就職への思いや、取り巻く環境は一人ひとり違います。
自分に合う「働き方」を一緒に見つけましょう。

- 働いたことがない
- 非正規や短期の仕事ばかりしている
- ブランクが長くて悩んでいる
- 最近、書類選考に通らなくなってきた
- 将来の生活に不安がある
- 自分に自信が持てない



※一つでも当てはまった方は、まずお電話ください。
出張相談(鈴鹿・亀山・松阪)も実施しています。

問い合わせ先

就職氷河期世代就労支援センター



〒514-0009 津市羽所町700アスト津3F
みえ県民交流センター
TEL 059-271-6600
E-mail hyougaki@mie-kinfukukyo.or.jp
月・木/13:00~16:00(受付は平日10:00~16:00)
49歳までの方(受付は平日9:00~18:00)
TEL 059-271-9333
E-mail saposute@mie-kinfukukyo.or.jp

私たちが サポートします!

- キャリアコンサルタント
- 公認心理師
- 教員免許
などの有資格者

アクセス

JR・近鉄津駅東口から徒歩1分

三重県内のサポステ・プラス案内

北勢地域若者サポートステーション

〒510-0086
四日市市諏訪栄町3-4星座ビル2F
TEL 059-359-7280
E-mail wakamono@hokusapo.com
火~土/9:30~18:00
アクセス
近鉄四日市駅より徒歩5分



いせ若者就業サポートステーション

〒516-0037
伊勢市岩渕1丁目2-29
TEL 0596-63-6603
E-mail spst@e-ise.net
9:00~18:00(※水・日・祝は除く)
アクセス
JR・近鉄伊勢市駅より徒歩6分

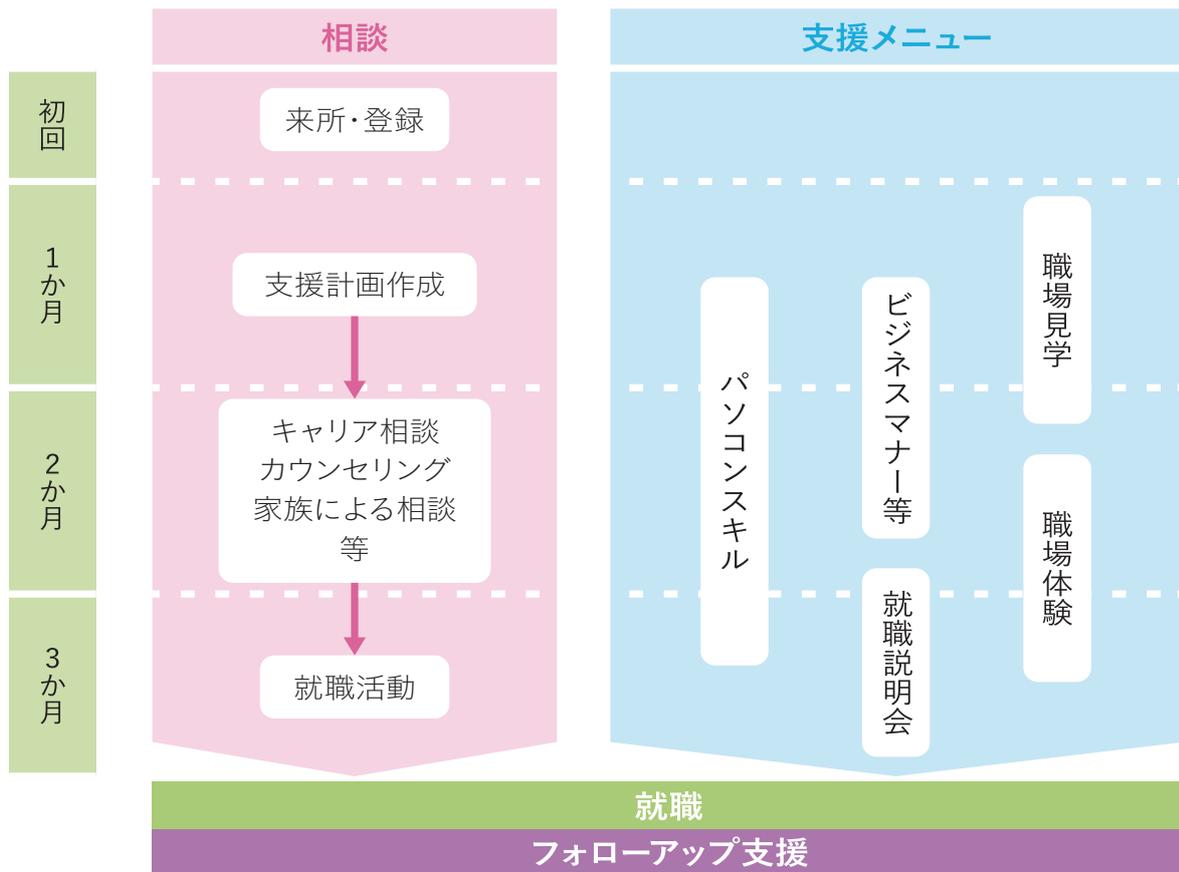


いが若者サポートステーション

〒518-0873
伊賀市上野丸之内500ハイトピア伊賀3F
TEL 0595-22-0039
E-mail iga-saposute@npo-en.or.jp
平日9:00~17:00
アクセス
伊賀鉄道上野市駅より徒歩3分



「若者就業サポートステーション・みえ」による支援例



「親と若者の就労支援セミナー」参加者の声

- サポステ・みえの取り組みについて、特に職場体験の効果の高さを知ることができたのは良かった。
- 自分自身に自己肯定感が持てない、どうしたらいいかわかりません。
- 就職が不安で二の足を踏んでいたが、まずは見学からやってみようと思えた。



利用者からのメッセージ

家族からも仕事に就くよう言われ、自分でもこのままじゃいけないと思ってはいたが、どのように動けば就職できるのか、具体的なイメージを描くことができなかった。何のキャリアもないまま、とくに40歳を過ぎた自分を雇ってくれる所なんてあるのだろうか…そんな折に知人から、就職氷河期世代に特化した就労支援が始まると聞き、電話してみた。不安でいっぱいだったが、カウンセラーに話を聞いてもらううちに、自分の中に何かやってみようという気持ちが出てきた。そして職場体験コーディネーターにフォローしてもらいながら1週間の職場体験、終了後「ここで働いてみたいか」と言ってもらった時の嬉しさは忘れない。今は毎日楽しく通えている。行くところがあるというのはありがたい。



仕事に就いても職場になじめず入社と退職を繰り返した。〇〇したいと思う夢も今は昔。

始めの頃は親と目をあわすと「先に言われるとやる気が失せる」と反抗していた。

「何とかしなければ…」気持ちばかりがあせり気が付けば40代。今更…

そう「誰かに背中を押してもらいたい」これが本音。

もちろん言葉じゃない。でも最初の一步、そして二歩も三歩も自力で進めるまで…押し続けて欲しい。

途中で息切れしてしまう弱気な自信。不安があるのに素直に認められない自分。

強がり言っても本心を見せたくない自分。

今度こそ中途半端に終わらせない。今度こそ気持ちと行動を一致させる。

不安を自信に、働くことを喜びにできそう。背中を押し、楽しさを教えてくれる存在がある。



おしごと広場みえ(マイチャレ三重)

津駅に隣接する「おしごと広場みえ」では、就職活動に役立つさまざまなセミナーや相談を行っています。

その中に、就職氷河期世代の方専用の相談窓口「マイチャレ三重」があります。

就職氷河期に卒業が重なり、就職活動に苦勞された世代の方々に、一人ひとりの状況や希望に合わせた支援を行います。



詳細はこちら

正社員から社会参加まで、あなたのチャレンジを応援します！

雇用・福祉・医療等の **支援機関と連携** し、

相談から就職 そして定着まで

切れ目なく支援 します。



相談者



相談無料



支援窓口



マイチャレ三重の支援メニュー

- 就職相談 (就活ミニ講座など)
- キャリアコンサルティング

※就職支援の充実に向けた取組

- ・ 就職先、職場体験先の開拓
- ・ 県内企業における就労環境や社内研修体制の整備支援

など

支援対象者(概ね37歳から52歳の方、およびその家族)

不本意ながら非正規雇用で働かれている方



正社員への就職を支援します

長期にわたり無業の状態にある方



就職、社会参加を支援します

問い合わせ先

おしごと広場みえ(マイチャレ三重)

平日/9:00~18:00 第1・第3土曜日/11:00~17:00
※年末年始、祝日除く

TEL 059-222-3309(平日/9:00~18:00)

080-7175-4360(第1・第3土曜日/11:00~17:00)

※年末年始、祝日除く

E-mail h-challenge@mie-kinfukukyo.or.jp

〒514-0009 津市羽所町700 アスト津3階

JR・近鉄津駅東口直結

24時間いつでも予約可能！

※相談のご予約は
マイチャレ三重公式ホームページから



マイチャレ三重ホームページ

おしごと広場みえ(マイチャレ三重)はこんなあなたを応援します

- 正社員を目指したいが、何から始めていいかわからない
- 非正規で満足はしているが、将来に不安を感じている
- 正社員就職への自信がない
- 人との関わりが苦手
- 生活の不安や悩みを聞いてほしい
- 無業の状態が長い家族がいる
- 就業と失業を繰り返している
- 安定した収入を得たい
- 働いた経験がない
- 社会生活に不安がある

※その他の内容についてもご相談ください。

相談のイメージ



① 過去

就職氷河期世代として苦労したことを
しっかりお聞きします。



② 現在

今困っていることを
お聞かせください。



③ 未来

過去、現在をふまえて、
あなたに合った仕事を一緒に考えます。

よくあるご質問

Q. 個別支援はどんなことをするのですか？

- A. 一例として、
- ・ 求職活動の方向性の相談
 - ・ 具体的な求職活動の進め方
 - ・ 適職診断(キャリアインサイト)や面接対策など、一人ひとりの状況や希望に合わせた支援を行います。

Q. 自己PRを一緒に考えてくれる支援はありますか？

- A. はい、ございます。
書く内容やエピソードをどうしたら良いかわからない方のサポート、添削セミナーのご紹介など一人ひとりに合った個別の支援をご用意しています。

Q. どのような相談方法があるのでしょうか？

- A. 対面、電話、Zoom(チャットのみも可)、メールなど、幅広く
ご用意しています。ご相談しやすい方法をお選びください。

Q. 何回でも相談してもよいのでしょうか？

- A. はい、何回でもご相談いただけます。
1回ではお話できる内容も限られていると思います。一人ひとりのことをよく知り、一緒に一歩ずつ歩んでいきます。
お気軽にご相談ください。

利用者の声

- ・ 1人で悩んでいることに寄り添ってくれる言葉やアドバイスを頂けました。
- ・ 気になることについて一つひとつ丁寧に対応してもらえました。
- ・ どのように対策すればよいかを知ることができてよかった。

SNSでの情報発信

マイチャレ三重での具体的なサポートの内容やセミナー・イベント情報、就職氷河期世代の採用や職場体験受入等に積極的な企業の情報などを発信しています。

X(旧Twitter)



担当者からのメッセージ

今までのご苦労や、もやもやしていることを、まずしっかりお聴きします。
悩みを一緒に整理して少しずつ進んでみませんか。 就職氷河期世代支援専門員

あなたの経験を理解していただける事業所が増えていきます。
まずは気楽に事業所の見学・体験もいいのでは。 事業所開拓連携専門員



三重県ひきこもり地域支援センター (三重県こころの健康センター)



詳細はこちら

「三重県こころの健康センター」は、精神保健福祉活動を支援する機関です。
平成25年、センター内に「三重県ひきこもり地域支援センター」を開設しました。

ひきこもりとは…

- さまざまな理由から、学校への登校、アルバイトや仕事などの人との交流を避け、長期にわたって家庭にとどまり続けている状態です。
- 他者と交わらない外出(買い物、ドライブなど)は可能なこともあります。



「三重県ひきこもり地域支援センター」の事業内容

- 来所相談・電話相談の実施
来所相談(予約制)、ひきこもり専門電話相談、多職種連携チーム
- ひきこもりに関する講演会の開催
- ひきこもり支援者スキルアップ研修会(支援機関対象)の開催
- ひきこもり支援ネットワーク会議の開催
- ひきこもり家族教室の開催
- こころのケアガイドブック(こころの健康センターホームページ内)による関係機関に関する情報発信
- メールマガジンの配信



相談案内

- 〈対象者〉 ひきこもり状態にある本人や家族等
(年齢はおおむね15歳以上)
- 〈相談方法〉 まずは下記の専用電話にお電話ください。
- 〈相談時間〉 月～金曜日 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)
- 〈問い合わせ先〉 「ひきこもり専門電話相談」専用電話
TEL 059-253-7826

三重県ひきこもり地域支援センター (三重県こころの健康センター)

〒514-8567
津市桜橋3-446-34 三重県津庁舎保健所棟2F
TEL 059-223-5243



相談員からのメッセージ

「どうしていいかわからない」と感じているご本人やご家族のみなさん、一人で、ご家族だけで悩まずに、まずは相談するところから始めてみませんか。支援機関への相談は、ご本人やそのご家族が社会に向かって踏み出した大きな一歩。ご本人が、今後外に出て活動するのか、家の中にとどまるのか、それはご本人が決めることです。どのように生きるのかというテーマとも重なります。

☆ご本人、ご家族、関係機関などからのご相談をお受けしております。
お気軽にご相談ください。

こんなことでお困りではありませんか？

ひきこもりという状態は同じであっても、背景や思いは一人ひとり違います。
それぞれの人への理解が大切です。

ご家族のお悩み

例えば…

- 親が元気なうちはいいけれど、将来が不安。

- 子どもが家にこもり、外出できない。どう接すればよいかわからない。

- 本人が仕事に行けなくなり、ずいぶん長くなった。

- 子どもを叱咤激励しているけど、話をしなくなった。顔も見れない。

ご本人のお悩み

例えば…

- 仕事に就きたいけど、体が動かない。

- 何かよくわからないけど生きづらい。

- 親が年を取っていくこともわかるし、こもっていいわけではないけど…。

- ひきこもる子どもが何を考えているかわからない。

- 自分の部屋以外に居場所がない。

- このままではいけないと思うけど、どうしていいかわからない。



ひきこもりと関係の深い精神障害

ひきこもりには、さまざまな精神障害が関与しているという報告がされています。
ひきこもりと関係の深い精神障害について知ることが、大切な一歩です。

自閉症スペクトラム障害 自閉症スペクトラム障害の特性の中には、こだわりなどの強迫症状や感覚過敏などがあります。社会生活をするうえで課題となるのが、対人恐怖、対人緊張、対人疲労(人と会うことに強い疲労を感じる)です。これは発達障害の特性だけではなく、二次障害による影響も強いと言われています。

不安障害 特定の状況(人前に出た時、人が集まる場所など)で不安感・恐怖感が強くなったり、身体的な状況(心臓がドキドキする、手の震えなど)で出現するもので、そのために社会に出づらくなる疾患です。

気分障害 「ゆううつである」「気分が沈む」などの感情により、自分の趣味などに興味がなくなること、「やる気が起こらない」「頭の働きが悪い」と感じて集中力が低下したり、体が疲れやすくなる疾患です。

強迫性障害 自分でも意味がないとわかっていても止められない行動や、一つの考えが繰り返し思い浮かび強い不安を感じる、などの症状が出現し、それにより日常生活がしづらくなる疾患です。

統合失調症 「常に他人から見られ悪口を言われている(妄想)」「人がいないのに、命令する声が聴こえる(幻聴)」、または話がまとまらず会話がしにくいなどの症状を特徴とした疾患です。

その他の取り組み

生活に困窮している方へ

[相談窓口はこちら](#)



相談窓口について

失業や借金など生活上の困りごとを抱えている方に対して、専門の支援員が相談を受け、相談者の個々の状態に合った支援プランを作成し、様々な制度・サービスの調整や、就労の支援を行うことで、相談者の問題の解決や自立に向けた支援を行います。

〈対象者〉 仕事や生活にお困りの方 〈相談窓口〉 お住まいの地域の相談窓口にご相談ください。
〈利用案内〉 相談は無料です。相談時間等の詳細は相談窓口までお問い合わせください。

就職氷河期世代の方々に向けたその他の情報

[詳細はこちら](#)



- 厚生労働省「就職氷河期世代活躍支援プラン」特設サイト
- 地域若者サポートステーション サポステネット
- 内閣官房 就職氷河期世代支援プログラム
- KHJ全国ひきこもり家族連合会
- 内閣府 地域就職氷河期世代支援加速化事業

事業主の皆様へ

[助成金のご案内はこちら](#)



就職氷河期世代の活躍支援のための、各種助成金などの制度がございます。ぜひ就職氷河期世代の方々の積極的な採用や人材育成をお願いします。まずはお近くのハローワークにご相談ください。

ご利用いただける助成金

トライアル雇用助成金 (一般トライアルコース)

常用雇用への移行のきっかけとなることを目的に、ハローワーク等の紹介により一定期間試用雇用した場合の企業への助成金

特定求職者雇用開発助成金 (就職氷河期世代安定雇用実現コース)

就職氷河期世代で、正社員経験のない方や少ない方を正社員で雇い、定着につなげた場合の企業への助成金

人材開発支援助成金(人材育成支援コース)

非正規雇用労働者を正規雇用労働者に転換することを目的として、雇用型訓練(有期実習型訓練)を実施する場合の企業への助成金

キャリアアップ助成金(正社員化コース)

企業内の非正規雇用労働者を正規雇用労働者等に転換等させた場合の企業への助成金



就職氷河期世代を対象とした求人募集が可能です

[求人募集の詳細はこちら](#)

労働者の募集・採用に当たっては、原則として年齢制限を設けることはできませんが、就職氷河期世代(35歳以上55歳以下)で正社員雇用の機会に恵まれなかった方を対象とする求人募集を可能としております。

ハローワークを通じた募集・採用に加え、ホームページでの直接募集や、求人広告、民間職業紹介事業者における求人募集も可能です(※ただし、ハローワークにも同じ内容の求人を出していただく必要があります)。

就職氷河期世代限定求人、歓迎求人ハローワークにご提出いただくことによって、就職氷河期世代の方へ情報提供を行ったり、面接会への参加などより多くの方に求人を見えていただくことが可能になります。

まずはお近くのハローワークにご相談ください。

[ハローワークの職場実習・体験の受け入れの詳細はこちら](#)



職場実習・体験の受け入れにご協力ください

就職氷河期世代の方々に、就労体験を通じて業種・職種に対する理解を深めていただくことを目的に実施するものです。まずはお近くのハローワークにご相談ください。(地域若者サポートステーションでも募集しています)

みえ就職氷河期世代活躍支援プラットフォームについて

三重労働局と三重県、三重県内の就労等支援機関、経済団体、労働団体等は、就職氷河期世代の方々の就職・正社員化や社会参加の実現等に向けた取り組みを、関係機関が一体となって推進するため、「みえ就職氷河期世代活躍支援プラットフォーム」を令和2年3月に設置しました。

みえ就職氷河期世代活躍支援プラットフォーム構成員

経済団体

三重県経営者協会
三重県商工会議所連合会
三重県商工会連合会
三重県中小企業団体中央会

労働団体

日本労働組合総連合会 三重県連合会

支援機関

独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構 三重支部
若者就業サポートステーション・みえ
社会福祉法人 三重県社会福祉協議会
三重県ひきこもり地域支援センター(三重県こころの健康センター)

市町

三重県市長会
三重県町村会

行政

三重労働局
三重県医療保健部
三重県子ども・福祉部
三重県農林水産部
三重県雇用経済部



おもな就職氷河期世代の活躍支援機関の 問い合わせ先一覧

ハローワーク四日市【就職氷河期世代支援窓口】

〒510-0093 四日市市本町3-95 ☎059-353-5566 (41#)

ハローワーク桑名 (桑名市、いなべ市、桑名郡、員弁郡、三重郡のうち朝日町)

〒511-0078 桑名市桑栄町1-2サンファーレ北館1階 ☎0594-22-5141 (41#)

ハローワーク鈴鹿 (鈴鹿市、亀山市)

〒513-8609 鈴鹿市神戸9-13-3 ☎059-382-8609 (41#)

ハローワーク津 (津市)

〒514-8521 津市島崎町327-1 ☎059-228-9161 (41#)

ハローワーク松阪 (松阪市、多気郡)

〒515-8509 松阪市高町493-6 ☎0598-51-0860 (41#)

ハローワーク伊勢 (伊勢市、鳥羽市、志摩市、度会郡※大紀町錦を除く)

〒516-8543 伊勢市宮後1-1-35MiraiSE8階 ☎0596-27-8609 (41#)

ハローワーク伊賀 (伊賀市、名張市)

〒518-0823 伊賀市四十九町3074-2 ☎0595-21-3221

ハローワーク尾鷲 (尾鷲市、北牟婁郡、度会郡のうち大紀町錦)

〒519-3612 尾鷲市林町2-35 ☎0597-22-0327

ハローワーク熊野 (熊野市、南牟婁郡)

〒519-4324 熊野市井戸町赤坂739-3 ☎0597-89-5351



ポリテクセンター三重

〒510-0943 四日市市西日野町4691 ☎059-320-2645

ポリテクセンター伊勢

〒519-0501 伊勢市小俣町明野685 ☎0596-37-3121

三重県立津高等技術学校

〒514-0817 津市高茶屋小森町1176-2 ☎059-234-2839

就職氷河期世代就労支援センター(若者就業サポートステーション・みえ)

〒514-0009 津市羽所町700アスト津3F ☎059-271-6600

(月・木/13:00~16:00 ※受付は平日10:00~16:00)

北勢地域若者サポートステーション

〒510-0086 四日市市諏訪栄町3-4 星座ビル2F

☎059-359-7280 (火~土/9:30~18:00)

いせ若者就業サポートステーション

〒516-0037 伊勢市岩渕1-2-29 ☎0596-63-6603 (9:00~18:00 ※水・日・祝は除く)

いが若者サポートステーション

〒518-0873 伊賀市上野丸之内500ハイトピア伊賀3F

☎0595-22-0039 (平日/9:00~17:00)



おしごと広場みえ(マイチャレ三重)

〒514-0009 津市羽所町700 アスト津3F

☎059-222-3309 (平日/9:00~18:00) 080-7175-4360 (第1・第3土曜日/11:00~17:00)

※年末年始、祝日除く

三重県ひきこもり地域支援センター

〒514-8567 津市桜橋3-446-34 三重県津庁舎保健所棟2F

☎059-223-5243

「ひきこもり専門電話相談」専用電話

☎059-253-7826 (月~金/9:00~16:00 ※祝日・年末年始を除く)



発行元

三重労働局職業安定部訓練課

〒514-8524 津市島崎町327-2 津第二地方合同庁舎 ☎059-261-2941