

自宅などから「オンライン」で職業相談を受けることができます

お持ちのスマートフォンなどを利用して、ご自宅や外出先などからハローワークによる職業相談を、オンライン（Zoom）で受けることができます。

ご利用に当たっては、**オンラインハローワークシステムから予約する方法となっております。**
電話または窓口から予約を希望する場合は、お問い合わせください。

相談日時

金曜日 15:00～15:30

ご予約はこちらから



（予約状況、業務等の都合により、ご希望日時に添いかねる場合があります。）

オンライン職業相談チェックリスト

- オンライン職業相談の利用対象者は以下に該当されている方となります。
 - ①ハローワークに求職登録をしている方
 - ②スマートフォン・タブレット・パソコン等の通信可能なWEBカメラ付き端末を利用できる方
 - ③利用規約に同意いただける方
- オンライン職業相談にかかる費用（電気代や通信費等）は求職者のご負担となります。
- ご利用のスマートフォン等の端末の推奨環境等は満たす必要があります。

推奨・動作環境		
OS	Android5.0以降、iOS11.0以降	推奨
ブラウザ	Google Chrome、Safari	推奨
	Firefox68	動作可能

- オンライン・ハローワークシステム（以下「システム」といいます。）からのメールを受信できるようにしてください。ドメイン指定をされている方は「@onlinehellowork.mhlw.go.jp」から受信できるように変更してください。
- システムの利用に当たっては、あらかじめ利用規約への同意が必要になります。
- システムの操作に当たっては、操作方法に関する動画と操作マニュアルをご覧ください。また、操作方法に関するご不明点は、ヘルプデスクにお問い合わせください。

オンライン・ハローワークシステムから予約する方法

※ 求職番号をお持ちでない方は、ハローワークへの求職登録が必要です。

求職登録は
こちらから



利用者登録 (初回のみ)

オンライン・ハローワークシステムの利用者登録をお願いします。

1. 二次元バーコードからシステムにアクセスし、画面右上の①「メニュー」を選択後、②「利用者登録」を選択してください。

2. 面談予約は③「予約手続き」を選択してください。

※ 2回目以降は、利用者登録不要です。

③「予約手続き」を選択して、面談予約に進んでください。

オンライン・ハローワークシステム



※ 画像はスマートフォンの例です



面談予約

「予約手続き」画面から希望するオンライン職業相談の日時を選択してください。

予約日、予約時間を選択して、利用規約への同意、必要事項の入力をして申し込みます。

凡例 ☒ : 選択中 ☒ : 予約可 ☒ : 予約不可 - : 予約受付期間外
予約したい日付の ☒ 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	<3か月前	<1か月前	2025年														1か月前	3か月前
		<2週間前	06/08 (日)	06/09 (月)	06/10 (火)	06/11 (水)	06/12 (木)	06/13 (金)	06/14 (土)	06/15 (日)	06/16 (月)	06/17 (火)	06/18 (水)	06/19 (木)	06/20 (金)	06/21 (土)			
名張職業相談窓口(伊賀)	オンライン職業相	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
ハローワークプラザ名張	業相	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			

予約手続きは
こちらから



メールの受信

ご登録いただいたメールアドレスに案内メールが届きます。

オンライン職業相談 (Zoom) の実施

操作マニュアル等



お困りごとや不明点はお問い合わせください

ヘルプデスク 0570-02-8609 (有料)

受付可能時間：平日8:00～18:00 ※土・日・祝・年末年始は除く

登録商標又は商標

本リーフレットに記載されている以下の会社名、製品名は、各社の登録商標又は商標です。

Zoomは、Zoom Video Communications, Inc.の商標又は登録商標です。