令和8年度　長野労働局主催

諏訪・岡谷

雇用保険を受給中の皆様へ

ハローワーク就職支援セミナー

～「現状を把握して自分の強みを知る」そして、再就職につなげる～

セミナー内容

基本コース（定員20名）

”就職活動の基本的知識を身に付けよう”

〇現在の労働環境を知る　〇求職活動の心構えと過程

〇求められるスキルを自分の強みに活かす　〇「書類」「面接」における自己PR強化

演習コース（定員10名）

”体験学習を通して、自信を持って就職活動に挑む”

①「効果的な自己分析の実現」ワークシートを用いて自分の強み・習得スキルを整理

②「実際に”書類作成”” 面接対策”を体験して自信を高める」本番で本来の力を発揮できるよう、「魅力的な書類作成のポイント」「自己PRのロールプレイ」を実施

令和8年12月

地域	コース	日程	時間	会場	住所
南信 諏訪・岡谷	基本コース	16日（水）	13：30～15：45	すわっチャオ （会議室4・5）	長野県諏訪市 諏訪1-6-1
	演習コース	24日（木）	13：30～16：45	ハローワーク諏訪 2階会議室	諏訪市上川 3-2503-1

運営：三松堂ホールディングス株式会社
東京都千代田区西神田3-2-1　住友不動産千代田ファーストビル南館14F



受講無料

■受講は、求職活動実績として申告できます（基本コース、演習コース、それぞれ1回）

■**当日は、筆記用具をご持参**のうえ、日時をお間違えなくご出席ください。

■お問合せ　　は、ハローワーク諏訪（0266-58-8609）までご連絡ください。

それぞれの二次元コードからお申し込みが可能です。

←16日(水)
基本コース

←24日(木)
演習コース