令和8年12月分　再就職支援メニュー

令和8年11月18日発行



★必ず**事前にお申込み**（職業相談窓口または電話）をお願いします。

先着順で定員になり次第締め切りといたしますのでご了承ください。また、キャンセルの場合は必ず連絡をお願いします。
※同じセミナーを2回以上受けることはできません（テーマが異なる講座は可）。

電話でお申込みの場合→　ハローワーク松本　0263－27－0111　メニュー番号④～⑨は部門コード41＃・　番号①②③は部門コード43＃

	支援メニュー	申込先	日　時	場　所	内　容
①	**就職支援セミナー（基本コース）** ★事前申込必要★ 定員　25名	各相談窓口まで	12月7日（月） 13:30～15:45	**勤労者福祉センター** （2-1会議室）	○現状の労働市場の情報提供と理解 ○求職活動の心構え・方法 ○行動特性アセスメントによる自己理解等 これから求職活動を始める方向けの基本セミナーです。演習コースの前に受講ください。（雇用保険受給者を対象としたセミナーです）
②	**就職支援セミナー（演習コース）** ★事前申込必要★ 定員10名	各相談窓口まで	12月14日（月） 13:30～16:45	ハローワーク 松本 2階会議室	○応募書類の重要性と作成のポイント ○自信を持って面接に望むための面接ロールプレイングなど 基本コースを受講した方向けのコースです。 （雇用保険受給者を対象としたセミナーです）
③	**マザーズ再就職準備セミナー** （子育て中のお母さん対象） ★事前申込必要★ 定員10名	マザーズコーナー	12月8日（火） 10:00～12:00	**ポリテクセンター松本** （松本市寿北）	【私の働き方】　＊子育て中のお母さん対象 ワークシートを使い、現在と数年後の自分について考え、今できることを見つけます。セミナー後、ポリテクセンターで開講される職業訓練「CADものづくり科」他コースを見学します。 ※託児はありませんのでお子さんは預けてご参加ください。
④	**わかもの再就職支援セミナー** （34歳以下の方対象） ★事前申込必要★ 定員20名	各相談窓口まで	12月15日（火） 14:00～16:00 （受付13:30～）	ハローワーク 松本 2階　会議室	**【応募書類対策】** 実際の採用理由、不採用理由にもふれながら、今までの経歴の棚卸しから自己理解を深め、自分の強みをより明確にし、志望動機や自己PRなど応募書類（履歴書・職務経歴書）作成のポイントを説明します。※会社による求人説明もあります。
④-1	**模擬面接** （59歳以下の方対象） ★事前申込必要★ 定員3名	各相談窓口まで	12月9日（水） 13:10～ 14:10～ 15:10～	ハローワーク 松本 2階　会議室	**【応募先、もしくは職種だけでも決まっている方が対象】** 面接に不安や苦手意識がある方、練習することで自己PRや志望動機が整理でき、自分の言葉で話せるようになります。自信を持って面接に臨めるよう強みを引き出し、実践的な模擬面接を行います。（1人50分）
⑤	**シニア向けセミナー ＋求人説明** （60歳以上の方対象） ★事前申込必要★ 定員　16名	生涯現役支援窓口	12月16日（水） 13:30～16:00	ハローワーク 松本 2階　会議室	**【シニア層 60歳以上の方が対象】** シニア世代を取り巻く労働市場（求人・求職）の状況や再就職のために知っておきたい基本的内容、面接のマナーや応募書類の作成方法などを説明します。参加者意見交換あり。シルバー人材センターの案内。プラス、会社による求人説明。
⑥	**スキルアップ準備セミナー** （職業訓練に関心のある方対象） ★事前申込必要★ 定員　20名	各相談窓口まで	12月7日（月） 14:00～16:00	**ポリテクセンター松本** （松本市寿北）	**【職業訓練を検討してみたい方が対象】** 複数の訓練施設より、職業訓練の内容や受講後の再就職状況等説明が聞けます。スキルアップで再就職の可能性を高めませんか？
⑦	**福祉ジョブセミナー【基礎編】** （福祉職に関心のある方対象） ★事前申込必要★ 定員　20名	人材確保・就職支援コーナー	12月22日（火） 14:00～16:00 （受付13:30～）	ハローワーク 松本 2階　会議室	**【福祉の職業経験のない方が対象】** 介護の職場の理解を深めていただくためのセミナーです。介護施設の種類・資格取得方法・介護の仕事内容・働き方の説明等を行います。
⑧	**運輸業界セミナー＆面談会** （運輸の仕事に関心のある方対象） ★事前申込必要★ 定員　20名	人材確保・就職支援コーナー	12月24日（木） 14:00～16:00 （受付13:30～）	ハローワーク 松本 2階　会議室	**【運輸の仕事に興味のある方が対象】** 運輸業に興味をお持ちの方、広く希望職種を探していらっしゃる方のための企画です。事業所から仕事内容・働き方の説明があり、希望者は面談もできます。
⑨	**ミドル世代再就職応援セミナー** （35～59歳の方対象） ★事前申込必要★ 定員　10名	各相談窓口まで	12月17日（木） 14:00～16:15 （受付13:30～）	ハローワーク 松本 2階　会議室	**【ミドル世代　35～59歳までの方が対象】** 応募の際に採用側が見るポイント、効果的な自己PR、応募書類の書き方、面接の臨み方などを説明します。また、今までの自分のキャリアの棚卸しを行い、「職務経歴書作成のためのマスターシート」を実際に作成していただきます。 ※作成済の履歴書または職歴メモ等をご持参下さい。



◆次回（R9．1月）の再就職支援メニューは、12月18日より配布・受付を開始する予定です。

