

令和7年11月分 再就職支援メニュー

令和7年10月17日発行

★必ず事前申込み(職業相談窓口又は電話)をして下さい。先着順で定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承下さい。
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 番号④～⑨は部門コード41#・番号①②③は部門コード43#

	再就職支援メニュー	申込先	日 時	場 所	内 容
①	再就職支援セミナー(基本コース) ★事前申込必要★ 定員 25名	各相談窓口 まで	11月 6日(木) 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。(雇用保険受給者対象のコースです)
②	再就職支援セミナー(演習コース) ★事前申込必要★ 定員10名	各相談窓口 まで	11月20日(木) 13:30～16:45	ハローワーク 松本 2階会議室	○応募書類の重要性和作成のポイント ○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。 (雇用保険受給者対象のコースです)
③	マザーズオンライン再就職 支援セミナー (子育て中のお母さん対象) ★事前申込必要★ 定員 20名	長野労働局 HP	11月11日(火) 10:00～12:00	オンラインセミナー (各自ZOOMの機器 準備が必要)	【マザーズオンラインセミナー2025】 「自分らしく」働くために！これからの働く！を考えませんか？前向きな考え方に切り替える対処法についても学びましょう ※ 申込み開始は10/15～です。
③-1	マザーズ再就職支援セミナー (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	11月12日(水) 13:30～15:00	ハローワーク 松本 2階会議室	【求人票の見方】 ※子育て中のお母さん対象 実際の求人票を見ながら、具体的な求職活動の仕方や子育てと仕事の両立やスキルアップについて考えます。 * 託児施設はありません。この機会にお子さんを預けてみませんか
④	わかもの支援セミナー (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	11月13日(木) 14:00～15:30 (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。
④-1	わかもの支援模擬面接 (34歳以下の方対象) ★事前申込必要★ 定員 3名	各相談窓口 まで	11月5日(水) 13:10～ 14:10～ 15:10～	ハローワーク 松本 2階 会議室	【模擬面接】 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)
④-2	わかもの支援模擬面接 (34歳以下の方対象) ★事前申込必要★ 定員 3名	各相談窓口 まで	11月19日(水) 13:10～ 14:10～ 15:10～	ハローワーク 松本 2階 会議室	【模擬面接】 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	シニア再就職応援セミナー (65歳以上の方対象) ★事前申込必要★ 定員 10名	生涯現役 支援窓口	11月18日(火) 13:30～15:00	ハローワーク 松本 2階 会議室	【シニア層 65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にもふれながら、面接のマナーや応募書類の作成方法などを説明します。
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	11月11日(火) 14:00～16:00	ハローワーク 松本 2階 会議室	【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 (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	11月25日(火) 14:00～16:00 (受付13:40～)	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・働き方の説明やDVDの視聴を行います。 福祉の事業所からお話があります。
⑧	運輸業界セミナー (運輸分野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	11月27日(木) 14:00～16:00 (受付13:30～)	ハローワーク 松本 2階 会議室	【運輸分野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。仕事内容・働き方の説明やDVDの視聴を行います。
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	11月 6日(木) 14:00～16:00 (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(12月)の再就職支援メニューは、11月18日より配布・受付を開始する予定です。

