

就職 準備度 チェック

このチェック表は、あなたの「就職に対する準備」がどの程度整っているかを確認することができるリストです。

働くために必要な力が身についているか
今、あなたに必要とされている能力・支援は何か

これからの就職活動のために、自分で自分をチェックしてみましょう！

ハローワーク新発田 / TEL:0254-27-6677

	はい	いいえ	わからない (自信がない)
自分がやりたい仕事がイメージできている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
→ 「はい」と答えた方にお聞きます。			
その仕事に必要とされる知識、能力は何かわかる（調べ方を知っている）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
自分ができる（自信がある）事を理解している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
仕事の探し方を知っている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
就職までの流れを知っている（イメージできる）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
応募書類の書き方、送り方がわかる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
面接対策ができている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	合 計	個	個

	はい	いいえ	わからない (自信がない)
適切な声量やタイミングで、あいさつや返事ができる。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
報告・連絡・相談をすることができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
注意を受けたあと、素直に受け止め改善することができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
遅刻や早退をせず、時間を守り行動することができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
指示や会社の決まりを守ることができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
相手や場面に応じた言葉遣いができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
その場にふさわしい服装・身だしなみができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	合 計	個	個

	はい	いいえ	わからない (自信がない)
人とのコミュニケーションに不安がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
面接で自分のことをうまく表現できない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
わからないときや困っているときなどに、自分から助けを求めることが難しい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
不安なことについてじっくり相談できる場があれば利用してみたい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	合 計	個	個

チェックが終わったら、ぜひハローワーク担当者に結果をお見せください

内容を一緒に確認させていただくことで、あなたにぴったりのアドバイスや支援のご提案・ご案内をさせていただきます。

簡易自己採点は裏面をチェック！→

就職活動 レベル チェック

青のチェックリストでは、今のあなたの就職活動レベルがチェックできます！

✓「はい」が5個以上ついた方

就職活動の進め方がほぼ身についています！自信を持って活動してください。
「いいえ」や「わからない」にチェックがついた項目は、ぜひハローワークにご相談ください。
具体的な解決方法を提案させていただきます！

✓「いいえ」や「わからない（自信がない）」が3個以上ついた方

不安な項目について、ぜひ一度ハローワークに相談してください。ハローワークには、就活準備段階に応じた、さまざまな支援メニューやツールのご用意があります。
あなたが自信を持って就職活動ができるようにサポートさせていただきます！

社会人 準備度 チェック

黄のチェックリストでは、社会人としての能力や基本的な労働習慣が身についているかチェックできます！

✓「はい」が5個以上ついた方

社会人としての基本的な能力が身につけています！就職活動において欠かせないこれらの能力は、できて当たり前ですが、当たり前のようにできることは十分なアピールポイントです。
どんな風にアピールしたらよいか迷ったら、ぜひハローワークにご相談ください。

✓「いいえ」や「わからない（自信がない）」が3個以上ついた方

これらの能力は、就職する上で欠かせないポイントです。自信がない能力は、どうしたら身につくのか、どのように改善したらよいか、ハローワークと一緒に考えさせていただきますので、気軽に不安な気持ちをお伝えください！

就職 お困り度 チェック

緑のチェックリストは、不安なことや困っていることがなかなか言い出せないあなたに！

✓「はい」や「わからない（自信がない）」が1個でもついた方

不安なことについて、一度じっくり相談してみませんか？このチェック表をハローワーク新発田の窓口にお持ちください。あなたの不安解決のお手伝いをさせていただきます！