

仕事をお探しの方へ

求職者マイページのご案内

ハローワークインターネットサービス上に「求職者マイページ」を開設すると、ご自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンなどから、求人検索条件の保存などのサービスが利用でき、お仕事さがしがより便利になります。

「求職者マイページ」でできること

- 登録した求職情報を確認することや変更することができます。
- 求人の検索条件を保存したり、気に入った求人を保存することができます。
- ハローワークでご紹介した求人の内容や紹介状、応募履歴を確認することができます。
- ハローワークからおすすめの求人情報を受け取ることやオンラインで職業紹介(オンラインハローワーク紹介)を受けることができます。
- 求人に直接応募すること(オンライン自主応募)ができます。
- メッセージ機能により、応募した求人の担当者とやりとりできます。
※ メッセージをやりとりできるのは、求人事業所が「求人者マイページ」を開設している場合です。

「求職者マイページ」を開設するには

※「求職者マイページ」を開設するには、ハローワークへの求職登録が必要です。

ステップ1：ハローワークの窓口で、ログインアカウントとして使用するメールアドレスを登録

メールアドレス (控え)：

※メールの受信制限をしている場合は、パスワード登録手続きを行う前に system@mail.hellowork.mhlw.go.jp からの受信を許可してください。

ステップ2：ハローワーク内のパソコンのメニュー画面から「仕事をお探しの方へのサービスのご案内」をクリック、または、ご自宅のパソコンやスマートフォンから、ハローワークインターネットサービスにアクセスし、**求職者マイページ開設(パスワード登録)** ボタンをクリック

※ご自宅のパソコンやスマートフォンからアクセスする場合は、「ハローワークインターネットサービス」で検索、右記バーコードまたはホームページアドレス(https://www.hellowork.mhlw.go.jp/)を入力
※ハローワーク内のパソコンで手続きを行う場合は、登録したメールアドレスあてにメールが届きますので、その場で(ご自身のスマートフォンなどで)受信・確認できるようにご準備ください。



ステップ3：「プライバシーポリシー」と「利用規約」の内容を確認し、「同意します」にチェックして「次へ進む」ボタンをクリック

ステップ4：登録したメールアドレスと生年月日を入力し、「次へ進む」ボタンをクリック

ステップ5：入力したメールアドレスで「パスワード登録申込受付通知」メールを受信

しばらく経ってもメールが届かない場合は、メールアドレスが正しいかご確認ください。メール受信制限をしている方は、system@mail.hellowork.mhlw.go.jp からのメール受信を許可し、はじめからパスワード登録をやり直してください。

ステップ6：パスワードと認証キーを入力し、「完了」ボタンをクリック

- *パスワード：半角の数字、英字、記号を組み合わせて8桁以上32桁以内
- *認証キー：「パスワード登録申込受付通知」メール記載の認証キー(メール配信から50分以内有効)

マイページ開設完了。「ログイン画面へ進む」ボタンをクリックし、登録したメールアドレスとパスワードでログイン後、各種サービスをご利用ください。

【重要!】ハローワーク内のパソコンを利用する場合は、ご利用後に必ず「ログアウト」してください。

※マイページの開設方法は、上記によるほかハローワークインターネットサービスの求職申込み画面にアクセスし、アカウントの登録を行った上で、続けて求職申込みを行うことで開設する方法もあります。

ハローワーク長岡 サービスメニューのご案内



ハローワーク長岡

長岡公共職業安定所 〒940-8609 長岡市千歳1-3-88 長岡地方合同庁舎2階

お問い合わせ TEL.0258-32-1181 FAX.0258-34-4844

部門コード 給付11#・紹介41#・専門援助42#・学生相談43#

開庁日・時間 総合案内1#・部門コード案内9#

〈月・水・金〉 8:30~19:00 (雇用保険給付業務は17:15まで)
〈火・木〉 8:30~17:15
〈第1・第3土〉 10:00~17:00 (職業相談、職業紹介、求人情報検索のみ)

閉庁日

第2・第4・第5土曜、日曜・祝日・年末年始(原則：12月29日~1月3日)



ハローワークおぢや

長岡公共職業安定所 小千谷出張所 〒947-0028 小千谷市城内2-6-5

お問い合わせ TEL.0258-82-2441 FAX.0258-83-2836

開庁日・時間

〈月~金〉 8:30~17:15

閉庁日

土曜・日曜・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)



ハローワーク関係施設のご案内

ハローワークプラザ長岡

〒940-0062 長岡市大手通2-2-6 ながおか市民センター3階

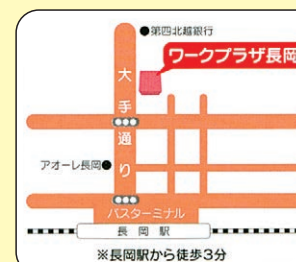
お問い合わせ TEL.0258-34-8010 FAX.0258-34-8821

開庁日・時間

〈月~金〉 9:30~18:00

閉庁日

土・日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)



ワークセンター栃尾

〒940-0233 長岡市栃尾宮沢1765番地(道の駅「R290とちお」隣) 産業交流センター「おりなす」2階

お問い合わせ TEL.0258-52-2333 FAX.0258-52-2409

開庁日・時間

〈月~金〉 9:00~16:30

閉庁日

土・日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)





ハローワーク長岡サービスメニュー



ハローワーク長岡では、就職までのステップに応じたサービスを提供しています。

就職サポートメニュー

1 職業相談・紹介

仕事探しに関する相談全般をお受けします。
求人内容や応募条件に関する確認や応募連絡、「紹介状」の発行を行います。
応募書類のアドバイスや添削も行っています。

2 求人情報の提供

求職の登録をされている方に対し、希望条件と応募条件を共に満たすと思われる求人情報を提供します。

3 再就職支援セミナー

就職活動を円滑に進めていただくために役立つ各種セミナーを毎月開催しています。
事前の予約が必要です。
・基本コース ・面接対策コース
・応募書類作成コース ・中高年齢者対象コース
この他にも長岡所独自のセミナーも開催しています。

4 職業適性検査

職業選択や進路選択に迷われている50歳未満の方を対象に、「職業興味検査」を実施しています。
事前の予約が必要です。

5 求人説明会・面接会

求人者による説明会や面接会を随時開催しています。
所内にあるリーフレット「ウィークリー求人情報」でご案内していますのでご確認ください。

6 職業訓練

再就職にあたり必要な知識・技能を身につけ、スキルアップを図りたい方のための職業訓練制度をご案内します。定員や募集期間がありますので、お気軽にご相談ください。

相談は平日の17時まで

7 担当者制による予約相談

早期の就職を希望される方を対象として、担当者制や予約相談により継続して就職活動をサポートします。
ご利用には要件がありますので、詳しくは相談窓口にて、お問い合わせください。

相談は平日の17時まで

8 キャリア・コンサルティング

就職活動に不安がある方に対し、職務経歴の棚卸しなどの自己分析のお手伝い、応募書類の作成・面接対策などについて個別にアドバイスします。
事前の予約が必要です。

相談は平日の17時まで

9 ジョブカードの作成

ジョブカードは、履歴書だけでは理解されにくい職業能力を証明する書類で、自己アピールに活用できます。
事前の予約が必要です。

相談は平日の17時まで

求人情報提供メニュー

ハローワークに申し込まれた求人は次の方法で公開しています。

A 求人公開システム

ハローワーク内に設置した求人検索機で、全国の各ハローワークの求人情報が、検索・印刷できます。

B ハローワークインターネットサービス

自宅のパソコンやスマートフォンなどで全国のハローワークが受理した求人を検索できます。(ただし、事業所がインターネットでの公開を許可した求人のみとなります)。
ハローワークカードの求職番号を入力すると、登録者のみに公開が許された求人情報がご覧になれます。
(登録日の翌日から利用可能ですが、登録が無効になるとご利用できません)。

ハローワークインターネットサービス で **検索**

C ウィークリー求人情報(1週間分の求人を掲載)

ハローワーク長岡・ハローワークおぢや、ともに、毎週木曜日16時発行です。
ハローワーク長岡(2F玄関前)、ハローワークプラザ長岡、ワークセンター栃尾、アオーレ長岡1階東棟、長岡市栃尾支所、長岡市立西地域図書館、長岡市役所川口支所
ハローワークおぢやのウィークリー求人情報配置場所
ハローワークおぢや、片貝総合センター、長岡市役所川口支所

「求人票と実際の内容が違う!」と思ったらハローワークへご一報を!
「ハローワーク求人ホットライン」もご利用ください。
TEL 03-6858-8609(年末年始を除く全日8:30~17:15)

START
就職までの
ステップ

ハローワークに登録!

ホップ 希望の職種や条件を具体化する

- 今までの経験した仕事や実績を振り返り、得意な分野や持っている知識・技能を整理して、これからやりたいことを検討しましょう。
- 今の情勢を考慮したうえで、仕事内容、賃金、休日など希望条件と優先順位を決めましょう。

就職サポートメニューを有効に利用しましょう!

1 3 4 7 8 9

ステップ 求人検索・情報収集・応募書類の準備

- 希望の条件が明確になったら、条件に合う求人の検索や情報を収集しましょう。
- 応募書類や面接に不安がありましたら相談窓口やセミナーを利用しましょう。
- 職業訓練でスキルを身に付けてから応募する選択肢もあります。

1 2 3 5 6 7 9

ジャンプ 応募!

- 労働条件について不明な点の確認や応募要件の緩和交渉を行います。
- 応募先が決まりましたら、ハローワークが応募方法に合わせて紹介状を交付します。
- 応募先に合わせた応募書類の作成をします。

1 5 7 9

GOAL
採用!

採用条件は書面(雇用契約書・雇入通知書)で受け取りましょう。