

# オンラインによる職業相談を 利用しませんか

ハローワーク妙高では、オンラインで職業相談を実施しています

オンライン・ハローワークシステムを通じ、  
オンラインミーティングアプリ（Zoom）を  
使用して職業相談を行うものです。

相談相手の顔が見えるため、相談窓口と同様に  
安心して相談することができます。



## ハローワーク妙高のオンライン相談日

令和7年4月1日～

※ 土日祝およびハローワーク妙高の指定する日を除く

時間帯	日	月	火	水	木	金	土
10:30～ 11:30	/	/	○	○	○	/	/
14:00～ 16:00	/	/	○	○	○	/	/

利用者登録

予約手続き

受信メールからログイン

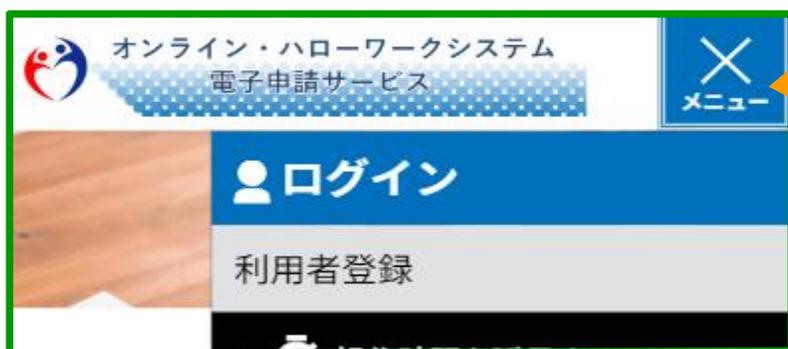
(初回) 利用者登録をする

(3日前まで) に面談予約

(当日) Zoomで面談

「オンライン職業相談について（ハローワーク妙高版）」もご覧ください。

登録・手続きは



<https://online-hellowork.mhlw.go.jp/onlinehw-u/>

システムのお困りごとや不明点は  
ヘルプデスク 0570-028-609