

# ハローワーク 再就職支援セミナー

- 参加費用 : 無料です！資料も差し上げます。(受講手当等の支給は一切なし)  
対象 : ハローワークに求職申し込みをして仕事をお探しの方  
日程・会場 : 裏面のスケジュールを参照してください。

自分の「強み」を発見し、自らの可能性を一緒に考えてみましょう。

自らの「強み」を知ることにより、採用担当者の目にとまる書類を作成することができます。  
また、自己分析で知り得た自分の「強み」をより効果的にアピールするための、面接時の応答のポイントやマナーなども身につけましょう。

## ●セミナーⅠ（知識を得る）

### ○基本コース 2時間

- ・「就職活動って…？」就職活動の進め方、心構え
- ・応募書類の作成方法、面接につながる履歴書の書き方 など、再就職に必要な知識を習得できます。

## ●セミナーⅡ（演習で実践する）

### ○演習〔応募書類作成実践コース〕 3時間

- ・自己の振り返りから自らの強みを知り、その強みを応募書類で効果的にアピールする方法をお伝えします。  
★講師による応募書類の添削を受けられますので、履歴書・職務経歴書をご持参ください。  
※まだ作成する自信がない方はご持参いただかなくても差し支えありません。

### ○演習〔面接対策実践コース〕 3時間

- ・自分の強みを伝える準備と面接を演習で実践します。  
★作成した履歴書・職務経歴書があればご持参ください。

### ○演習〔中高年齢者対象コース〕 3時間

- ・概ね45歳以上の求職者を対象に、就職活動の留意点、応募書類の書き方、面接でのアピールポイントなどの説明、受講者によるグループワークを行います。

☆開催地のハローワークにお申込みください。

☆受付時間は平日（月曜日から金曜日まで祝日を除く）の8時30分～17時15分までです。

☆申込の際は下記4項目をお伺いします。

- |                    |                             |
|--------------------|-----------------------------|
| (1) 氏名（フルネーム、ふりがな） | (2) 求職番号（ハローワークカード（受付票）に記載） |
| (3) 電話番号（市外局番から）   | (4) 受講希望日と会場名               |

※受付は先着順とし、定員になり次第締め切ります。ご予約はお早めに！！

都合が悪くなった場合は、あらかじめ申し込まれたハローワークまでキャンセルの連絡を入れてください。

※参加は、セミナーⅠ、Ⅱともに1回のみとします。

申込方法

注意事項

- 持ち物 筆記用具、「ハローワークカード（受付票）」または、「雇用保険受給資格者証」
- 駐車場 他のイベント等の関係で利用できない場合もありますので、公共交通機関のご利用をお願いします。

お申込みは、開催地区の各ハローワークへ

その他のお問合せ 新潟労働局職業安定課 025-288-3507（職業紹介係）

受託事業者 MSアカデミー 株式会社

# 令和7年12月度 ハローワーク再就職支援セミナー開催スケジュール

お申し込みは、開催地区の各ハローワークへ

※ハローワーク新潟の開催セミナーお申込みは、開催日の前月20日からの受付開始となります。ご注意ください。

## I 基本コース

| 安定所名 | 日   | 曜日 | 開催時間<br>※時間帯が異なります。 | 定員  | 会場名                          | 室名        | 住所                 | 開催地区の<br>各ハローワーク電話番号       |
|------|-----|----|---------------------|-----|------------------------------|-----------|--------------------|----------------------------|
| 新潟   | 5日  | 金  | 13:30～15:30         | 40名 | 東区プラザ                        | 講座室2      | 新潟市東区下木戸1-4-1      | 025-280-8609<br>(部門コード41#) |
|      | 11日 | 木  | 9:30～11:30※         | 40名 | 新潟ユニゾンプラザ                    | 小研修室2     | 新潟市中央区上所2-2-2      |                            |
|      | 18日 | 木  | 13:30～15:30         | 40名 | 東区プラザ                        | 講座室2      | 新潟市東区下木戸1-4-1      |                            |
| 長岡   | 5日  | 金  | 9:40～11:40※         | 40名 | 長岡市中央公民館(さいわいプラザ)            | 3B教室      | 長岡市幸町2-1-1         | 0258-32-1181<br>(部門コード41#) |
| 小千谷  | 15日 | 月  | 13:30～15:30         | 20名 | 小千谷市総合産業会館サンプラザ              | 3ホール      | 小千谷市城内1丁目8-25      | 0258-82-2441               |
| 上越   | 12日 | 金  | 13:30～15:30         | 26名 | ワークバル上越                      | 第1サークルルーム | 上越市下門前477番地        | 025-523-6121<br>(部門コード41#) |
| 妙高   | 5日  | 金  | 13:00～15:00※        | 20名 | 新井ふれあい会館                     | 会議室A.B    | 妙高市上町9番2号          | 0255-73-7611               |
| 三条   | 9日  | 火  | 13:30～15:30         | 30名 | 燕三条地場産業振興センター<br>リサーチコア      | 研修室4      | 三条市須頃1-17          | 0256-38-5431               |
| 柏崎   | 8日  | 月  | 13:30～15:30         | 20名 | 柏崎市文化会館アルフォーレ                | 大会議室      | 柏崎市日石町4-32         | 0257-23-2140               |
| 新発田  | 2日  | 火  | 9:30～11:30※         | 30名 | 新発田市生涯学習センター                 | 研修室1      | 新発田市中央町5-8-47      | 0254-27-6677               |
|      | 17日 | 水  | 13:00～15:00※        | 30名 | 新発田市生涯学習センター                 | 研修室1      | 新発田市中央町5-8-47      |                            |
| 新津   | 2日  | 火  | 13:30～15:30         | 35名 | 新津地域学園                       | 306研修室    | 新潟市秋葉区新津東町2-5-6    | 0250-22-2233<br>(部門コード41#) |
| 十日町  | 5日  | 金  | 13:30～15:30         | 20名 | 十日町市総合福祉センター<br>(サンクロス十日町)   | 視聴覚室      | 十日町市本町六の一丁目320番地10 | 025-757-2407               |
| 糸魚川  | 1日  | 月  | 13:30～15:30         | 20名 | 糸魚川市ふれあいセンター<br>(ビーチホールまがたま) | 研修室5      | 糸魚川市寺町4-3-1        | 025-552-0333               |
| 巻    | 1日  | 月  | 13:30～15:30         | 30名 | 西蒲区巻ふれあい福祉センター               | 301号室     | 新潟市西蒲区巻甲4363       | 0256-72-3155               |
| 南魚沼  | 16日 | 火  | 13:30～15:30         | 20名 | 南魚沼市ふれあい支援センター<br>(サンライズ南魚沼) | 研修室       | 南魚沼市坂戸399-1        | 025-772-3157               |
| 小出   | 3日  | 水  | 13:00～15:00※        | 15名 | 魚沼市中央公民館(堀之内公民館)             | 実習室       | 魚沼市堀之内130          | 025-792-8609               |
| 佐渡   | 12日 | 金  | 13:30～15:30         | 15名 | 佐渡中央文化会館<br>(アミューズメント佐渡)     | 文化情報センター  | 佐渡市中原234番地1        | 0259-27-2248               |
| 村上   | 4日  | 木  | 13:30～15:30         | 25名 | 村上市生涯学習推進センター<br>(マナボーテ村上)   | 大会議室      | 村上市田端町4番1号         | 0254-53-4141               |

## II 演習(応募書類作成実践コース)

| 安定所名 | 日   | 曜日 | 開催時間<br>※時間帯が異なります。 | 定員  | 会場名                          | 室名     | 住所                 | 開催地区の<br>各ハローワーク電話番号       |
|------|-----|----|---------------------|-----|------------------------------|--------|--------------------|----------------------------|
| 新潟   | 4日  | 木  | 9:00～12:00※         | 20名 | 新潟ユニゾンプラザ                    | 小研修室3  | 新潟市中央区上所2-2-2      | 025-280-8609<br>(部門コード41#) |
|      | 23日 | 火  | 13:30～16:30         | 20名 | 東区プラザ                        | 講座室2   | 新潟市東区下木戸1-4-1      |                            |
| 長岡   | 8日  | 月  | 13:30～16:30         | 20名 | 長岡市中央公民館(さいわいプラザ)            | 3B教室   | 長岡市幸町2-1-1         | 0258-32-1181<br>(部門コード41#) |
| 三条   | 15日 | 月  | 13:30～16:30         | 15名 | 燕三条地場産業振興センター<br>リサーチコア      | 研修室4   | 三条市須頃1-17          | 0256-38-5431               |
| 新発田  | 8日  | 月  | 13:00～16:00※        | 10名 | ハローワーク新発田                    | 4階会議室  | 新発田市日渡96新発田地方合同庁舎内 | 0254-27-6677               |
| 新津   | 19日 | 金  | 13:30～16:30         | 15名 | 新津地域学園                       | 306研修室 | 新潟市秋葉区新津東町2-5-6    | 0250-22-2233<br>(部門コード41#) |
| 糸魚川  | 17日 | 水  | 13:30～16:30         | 15名 | 糸魚川市ふれあいセンター<br>(ビーチホールまがたま) | 研修室5   | 糸魚川市寺町4-3-1        | 025-552-0333               |
| 巻    | 9日  | 火  | 9:00～12:00※         | 15名 | 西蒲区巻ふれあい福祉センター               | 301号室  | 新潟市西蒲区巻甲4363       | 0256-72-3155               |

## II 演習(面接対策実践コース)

| 安定所名 | 日   | 曜日 | 開催時間<br>※時間帯が異なります。 | 定員  | 会場名                     | 室名    | 住所            | 開催地区の<br>各ハローワーク電話番号       |
|------|-----|----|---------------------|-----|-------------------------|-------|---------------|----------------------------|
| 新潟   | 9日  | 火  | 13:30～16:30         | 20名 | 東区プラザ                   | 講座室2  | 新潟市東区下木戸1-4-1 | 025-280-8609<br>(部門コード41#) |
| 長岡   | 23日 | 火  | 13:30～16:30         | 20名 | 長岡市中央公民館(さいわいプラザ)       | 3B教室  | 長岡市幸町2-1-1    | 0258-32-1181<br>(部門コード41#) |
| 三条   | 22日 | 月  | 13:30～16:30         | 15名 | 燕三条地場産業振興センター<br>リサーチコア | 研修室4  | 三条市須頃1-17     | 0256-38-5431               |
| 巻    | 18日 | 木  | 13:30～16:30         | 15名 | 西蒲区巻ふれあい福祉センター          | 301号室 | 新潟市西蒲区巻甲4363  | 0256-72-3155               |

## II 演習(中高年層者対象コース)

| 安定所名 | 日   | 曜日 | 開催時間<br>※時間帯が異なります。 | 定員  | 会場名                        | 室名    | 住所                 | 開催地区の<br>各ハローワーク電話番号       |
|------|-----|----|---------------------|-----|----------------------------|-------|--------------------|----------------------------|
| 新潟   | 16日 | 火  | 9:00～12:00※         | 20名 | 新潟ユニゾンプラザ                  | 小研修室3 | 新潟市中央区上所2-2-2      | 025-280-8609<br>(部門コード41#) |
| 長岡   | 22日 | 月  | 13:30～16:30         | 20名 | 長岡市中央公民館(さいわいプラザ)          | 3B教室  | 長岡市幸町2-1-1         | 0258-32-1181<br>(部門コード41#) |
| 柏崎   | 19日 | 金  | 13:30～16:30         | 20名 | 柏崎市文化会館アルフォーレ              | 大会議室  | 柏崎市日石町4-32         | 0257-23-2140               |
| 新発田  | 10日 | 水  | 13:00～16:00※        | 20名 | 新発田市生涯学習センター               | 研修室1  | 新発田市中央町5-8-47      | 0254-27-6677               |
| 十日町  | 12日 | 金  | 13:30～16:30         | 15名 | 十日町市総合福祉センター<br>(サンクロス十日町) | 視聴覚室  | 十日町市本町六の一丁目320番地10 | 025-757-2407               |
| 小出   | 10日 | 水  | 13:30～16:30         | 10名 | 魚沼市中央公民館(堀之内公民館)           | 実習室   | 魚沼市堀之内130          | 025-792-8609               |
| 村上   | 11日 | 木  | 13:30～16:30         | 15名 | 村上市生涯学習推進センター<br>(マナボーテ村上) | 中会議室  | 村上市田端町4番1号         | 0254-53-4141               |