

就活のヒント、職業適性検査で見つけよう！

長岡サポステ出張相談会

in ハローワーク長岡

「応募の職種に悩んでいる方」や「就職について相談したい方」など、ぜひご利用ください！

内 容 一般職業適性検査（GATB）

対 象 15～49歳の現在無業で就職を希望する方

場 所 ハローワーク長岡 1階 会議室

時 間 10:00～11:30（開場 9:45）

実施日は裏面のカレンダーをご覧ください

- 一般職業適性検査は無料・予約制です。雇用保険受給中の職業相談になります。事前にハローワーク長岡または長岡サポステまでご予約ください。
- 長岡サポステの登録が必要です。検査当日にご登録できます。
- 検査時間は約45分間です。結果は後日、長岡サポステにてご説明いたします。詳しくは、長岡サポステまでお問い合わせください。

一般職業適性検査（GATB）とは

仕事を遂行するうえで必要とされる代表的な7つの能力を測定することにより、能力面からみた適職領域を探ります。興味や関心を調べる検査ではありません。

測定される能力

- ①知的能力（一般的な学習能力、判断力）
- ②言語能力（言葉の理解力、言葉を使う能力）
- ③数理能力（数の処理能力）
- ④書記的知覚（文字・数字等をすばやく知覚する能力）
- ⑤空間判断力
（立体形の理解力、平面図から立体形をイメージする能力）
- ⑥形態知覚（図形を見比べて細かな違いを見分ける能力）
- ⑦運動共応（目で見て手の動きをコントロールする能力）

やりたい仕事があるが
本当にやれるか心配

自分の能力に合う
職業は何？

職業選択に
迷いがある

自分の可能性を
広げたい

こんな方におすすめ！

2026年度 ハローワーク長岡 出張相談会 実施日

4月							5月							6月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4						1	2			1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	
26	27	28	29	30			24/31	25	26	27	28	29	30	28	29	30					

7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23/31	24/31	25	26	27	28	29	27	28	29	30			

10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		

1月							2月							3月								
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土		
					1	2			1	2	3	4	5	6			1	2	3	4	5	6
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13		
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20		
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27		
24/31	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31					

○ 一般職業適性検査 10:00-11:30 (開場 9:45)

長岡地域若者サポートステーションとは

長岡地域若者サポートステーション（長岡サポステ）は厚生労働省委託事業です。
 働くことに踏み出したい無業の若者（15～49歳）とじっくり向き合い、本人や家族の方だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し「職場定着するまで」を全面的にバックアップする就職のための支援機関です。

主な支援内容

- 就職相談 1回 50分 無料 予約制
- プログラム 就活セミナー、職場見学など

長岡地域若者サポートステーション (平日 10:00～17:00)

〒940-0033 長岡市今朝白 1-10-12 2階 ☎ 0258-86-7730