



STEP 1 自己分析・労働条件の分析

- ・ 仕事内容がピンとこない。そもそもどんな仕事があるの？
[職業情報提供サイト（Job tag）](#)（裏面へGO!）で探しましょう。
- ・ 自分の好きなことや得意なことから、自分に合う仕事を考えてみましょう。
勤務地や休日、給与など、働くときに大切にしたいことも整理してみましょう。

STEP 2 労働条件の具体化

- ・ 希望職種・条件の選定。
- ・ STEP1で検討した「好きな事、やりたい事、できる事」「こだわりたい条件」について、優先順位を付けてみましょう。

STEP 3 求人の検索

- ・ 条件が決まったら「ハローワークインターネットサービス」で求人を探そう！
- ・ 適当な求人がない場合は、条件を再検討してみましょう。
- ・ 応募するために必要な技能や知識を身につけたい場合は、ハロートレーニング（職業訓練）※の受講などスキルアップも検討してみましょう。
※既卒者の場合。在学中の生徒・学生は原則対象となりません。

STEP 4 応募の準備

- ・ 応募には「履歴書」「エントリーシート」「職務経歴書」等の作成と面接準備が必要です。
- ・ 志望の動機＝なぜその仕事（会社）を選んだのか、自己PR＝自分のどんなところが、その会社で活かせるかを書いてみましょう。
- ・ 応募検討中の会社に関する情報収集も忘れずに！

STEP 5 応募・面接

- ・ 応募先が決まったら、ハローワークで「紹介状」の交付を受けましょう。
- ・ 面接で想定される質問には、「答え」を準備しておきましょう。
- ・ 求人票を再確認しておきましょう。

採用

- ・ 採用が決まったら、採用条件をしっかりと確認しましょう。
- ・ 採用条件については、書面で受け取るようにしましょう。
（雇用契約書、雇入通知書）

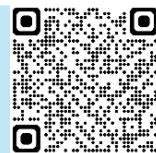


ハローワークプラザ長岡（学卒支援）メニュー



自分を知るために

職業の興味検査等ができます。どんな仕事が自分に合うのか分からないという方にお勧め。結果を基に、窓口でキャリアコンサルティング相談も受けられます。



jobtag

労働市場を知るために

あの仕事ってどんなことをするのか？給料は？お休みは？気になる職業や業界のことを「jobtag」で調べましょう。



jobtag

仕事を探す

ハローワークインターネットサービスで全国の仕事を探せます



ハローワークインターネットサービス

応募書類・エントリーシート等の添削支援

履歴書やエントリーシート等を添削します。志望動機が思い浮かばないときなどは是非ご相談ください。

模擬面接

面接に臨む心構えやマナー・採用側の視点に立ったアドバイスなど、面接対策を実施しています。

U・Iターン相談

U・Iターンを希望する学生への相談、情報提供。



U・Iターン情報ページ

定期相談実施日（予約も可能）

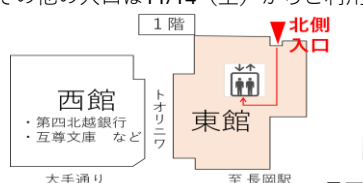
毎月第2・第4木曜日（祝日は除きます） 14時～16時
予約相談は、1回当たり最大30分になります。
※相談においては、予約いただいた方が優先になります。



予約フォーム

ハローワークプラザ長岡 所在地

11/13（金）まで「1階北側入口」または「3階連絡通路」をご利用ください。
その他の入口は11/14（土）からご利用いただけます。



長岡市大手通2丁目2番地14 米百俵ブレイス東館4階