2026

11月 イベントカレンダー

ハローワーク長岡



日	月	火	水	木	金	土
1	2 ジョブカード 活用セミナー 10:00～11:30①	3 文化の日	4 サポステ 出張相談 10:00～11:30① ジョブカフェ 自己理解セミナー 13:30～15:00①	5 再就職支援 セミナー(基本) 9:40～11:40外 介護就職デイ 13:00～16:00外	6	7
8	9 ＴＤＫラムダ（株） 求人説明会 14:00～14:40① 15:00～15:40①	10 職業訓練 説明会 9:30～10:50外 履歴書の書き方 セミナーin栃尾 10:00～11:00外 再就職支援 セミナー(書類) 13:30～16:30外	11 看護のお仕事 個別相談会 10:00～12:00医 サポステ 出張相談 10:00～11:30①	12 （株）鈴民精密工業所 求人説明会 10:00～10:40① 11:00～11:40①	13	14
15	16 ジョブカード 活用セミナー 10:00～11:30① 長岡東山福祉会 求人説明会 14:00～14:40① 15:00～15:40①	17 職業訓練 説明会 9:30～10:50外 求職者マイページ 活用セミナー 10:00～11:00① 小千谷介護の職場見学 バスツアー 小粟田の里・千谷島の家 12:15～16:30 生涯現役支援 セミナー 14:00～15:00①	18 サポステ 出張相談 10:00～11:30① 面接対策セミナー in栃尾 10:00～11:30外	19 面接マナー講座 13:00～15:00① 臨床心理士 カウンセリング 11:00～12:00医 再就職支援 セミナー(面接) 13:30～16:30外	20 合同企業説明会＆ おしごとプチ体験 13:00～15:40外 福祉のお仕事 セミナー 13:30～15:20① こころとからだの 健康相談 13:00～16:00医	21
22	23 勤労感謝の日	24 職業訓練 説明会 9:30～10:50外 シルバー人材 センター相談会 9:30～12:00① 履歴書の書き方 基本セミナー 10:00～11:00③ 「jobtag」 活用セミナー 14:00～15:00①	25 臨床心理士 カウンセリング 11:00～12:00医 医療法人 晴生会 職場見学会 葵の園・長岡 10:00～11:00外 生涯現役支援 セミナーin栃尾 10:00～11:00外	26	27 運輸業界 転職セミナー 14:00～15:30③	28
29	30 再就職支援 セミナー(中高年) 13:30～16:30外					

開催時間の後にある記号は会場です。
①･･･1階会議室　③･･･3階会議室
⑥･･･6階会議室①　医･･･6階医務室
⑦･･･7階会議室　外･･･外部会場

お申込・お問い合わせは

ハローワーク長岡　職業紹介部門
☎ 0258-32-1181（部門コード41＃）

※職業訓練説明会・シルバー人材センターによる就業相談は事前予約不要です。
※その他のセミナー・説明会等は、全て事前予約が必要です。

2026 11月 セミナー・相談会のご案内

セミナー・相談会に参加を希望される方は、ハローワークの求職登録が必要となります。また、事前予約は、窓口またはお電話にてお申し込みいただけます。

お問い合わせ
ハローワーク長岡　職業紹介部門
☎0258-32-1181（部門コード41#）

◆セミナー受講に関する注意点◆

多くの方にご参加頂ける様、**各セミナーの受講回数は原則１回**とさせて頂きます。
但し訓練説明会の様に日程によって内容が異なる物はこの限りではありません。
ご不明な点がありましたらハローワーク長岡までお問合せください。



セミナー・相談会の内容	日時	定員	会場
再就職支援セミナー 就職活動の進め方から履歴書の書き方・面接対策など、再就職に向けたポイント等を専門の講師がわかりやすく説明します。 『基本コース』、『応募書類作成実践コース』、『面接対策実践コース』、『中高年齢者対象コース』があります。	各コースの日時・会場等は〈 再就職支援セミナーのご案内 〉をご確認ください		
履歴書の書き方基本セミナー  履歴書の基本的な書き方についてわかりやすく解説します。 学歴や職歴、資格欄の基本的な記載方法について学びます。 基本的な書き方がわからない方、久しぶりに履歴書を書く方が対象です。	１１／１０（火） 10：00～11：00 （受付9：45～）	10名 要予約	栃尾おりなす 2階 第1会議室 （ワークセンター栃尾隣）
	１１／２４（火） 10：00～11：00 （受付9：45～）	４０名 要予約	長岡地方合同庁舎 ３階　会議室
面接マナー講座 面接等での基本的なビジネスマナーの座学、面接基本マナーの実演（ロールプレイ）を行います。 ※受講時はカジュアルな服装で結構です。 	１１／１８（水） 10：00～11：30 （受付９：45～）	6名 要予約	栃尾おりなす 2階 第1会議室 （ワークセンター栃尾隣）
	１１／１９（木） 13：00～15：00 （受付12：50～）	8名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
生涯現役支援セミナー　**６０歳以上限定** 「生涯現役とはなにか」、「６０歳以上の就職活動について」「職種、働き方の選択について」など、高齢者の就職活動に関することをお話しします。 	１１／１７（火） 14：00～15：00 （受付13：50～）	20名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
	１１／２５（水） 10：00～11：00 （受付9：45～）	6名 要予約	栃尾おりなす 2階 第1会議室 （ワークセンター栃尾隣）
ジョブ・カード活用セミナー 「ジョブ・カードとは？」、「求職活動中におけるジョブ・カード利用のメリット」、「ジョブ・カード制度総合サイトの活用方法」について説明します。	１１／２（月） 10：00～11：30	10名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
	１１／１６（月） 10：00～11：30	10名 要予約	
「ｊｏｂｔａｇ」活用セミナー　**４５歳以下限定** 職業情報提供サイト『ｊｏｂｔａｇ』の適性検査体験、活用方法についての講義を行います。 ※スマートフォン、タブレット等のインターネットが利用できる電子機器を持参ください。	１１／２４（火） 14：00～15：00 （受付13：50～）	4名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
求職者マイページ活用セミナー 求職者マイページを開設したけど使い方がよく分からない･･･ハローワークの職員が使い方（基本）を説明します。求職者マイページには便利な機能がたくさん！機能を実際に体験し、お仕事探しに役立てましょう！	１１／１７（火） １０：00～１１：00	8名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
福祉のお仕事出張セミナー・個別相談会 福祉職の仕事内容や資格取得方法、就職活動の進め方など、福祉のお仕事（主に高齢者介護分野）に関することをお話しします。 ＊セミナー後には個別相談の時間があります（要予約） 	１１／２０（金） 13：30～15：20 ※詳細はチラシをご確認ください	10名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
看護職員 再就職支援相談会  「看護師として復職を考えている」、「看護師の資格を活かしたい」などのご相談に、新潟県ナースセンターの専門相談員がお応えします。	１１／１１（水） 10：00～12：00	4名 要予約	長岡地方合同庁舎 6階　医務室

セミナー・相談会の内容	日時	定員	会場
臨床心理士による巡回相談 お仕事探しにお悩みはありませんか？心の負担を少しでも軽減していただけるよう、臨床心理士との相談を個室で「１対１」で行います。 ※相談内容等の秘密は厳守しますので、ご安心ください。	１１／１１（水） １１／１９（金） １１／２５（水） 11：00～12：00	各１名 要予約	長岡地方合同庁舎 6階　医務室
こころとからだの健康相談 「不安で眠れない、眠りが浅い…」、「仕事がなかなか見つからず、先のことが心配で不安」など、気持ちを話すことで落ち着くことがあります。 求職者を対象に看護師が相談に応じます。	１１／２０（金） 13：00～16：00	3名 要予約	長岡地方合同庁舎 6階　医務室
シルバー人材センターによる就業相談・説明会 シルバー人材センターでは、シニア世代のニーズに合った就業の提供を行っています。 シルバー人材センターでの働き方やサークル・ボランティア活動による生きがい作りなどの相談を行います。 	１１／１０（火） １１／２４（火） 9：30～12：00 ※詳細はチラシをご確認ください	予約不要	ハローワーク長岡 1階　会議室
職業訓練説明会 職業訓練とは、就職に必要な知識や技能を習得し、再就職を目指す方のための制度です。例えば、事務職に就きたいがＰＣ操作ができない方などに有効です。 早期就職を目指す方のために、公共職業訓練・求職者支援訓練があります。 職業訓練を通じたスキルアップや、今後の進路の見直しに取り組んでみませんか？ 訓練校の担当者から訓練内容などの詳細説明があり、質問もできます。 ◎ **説明時間は30分間の入れ替え制で行います。** ＊入れ替え制とは、１コマ３0分として、同じ説明を３回行います。 **各回説明開始５分前までにご来場ください。** ハロートレーニング 急がば学べ	１１／１０（火） １１／１７（火） １１／２４（火） ◎説明時間　１回目　9:30 ～ 9:50 ２回目　9:50 ～ 10:20 ３回目　10:30 ～ 10:50	予約不要	ポリテクセンター新潟 ※詳細はチラシをご確認ください。
長岡サポステ出張相談会 一般職業適性検査（GATB）を実施しています。 「応募の職種に悩んでいる方」、「就職について相談したい方」など、ぜひご利用ください！ ＊**15～49歳の現在無業で、就職を希望する方が対象**です。 ★**一般職業適性検査は、無料・予約制です。** **事前に、長岡サポステまでご予約ください。**	１１／４（水） １１／１１（水） １１／１８（水） 10：00～11：30 （開場9：45）	要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
ジョブカフェ　自己理解セミナー 就職に関する様々な課題を応じたセミナーを毎月開催！ ジョブカフェの活用方法や就職した方の事例も紹介します！ ＊**概ね59歳までの求職者の方（学生除く）**が対象です。 ※就業中の方の参加いただけます。	１１／４（水） ※時間はチラシをご確認ください	6名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
求人説明会 求人を出している企業の担当者様から「事業内容・求人内容の詳細説明」や「求める人物像」を直接聞くことができます。「求人説明会」に参加し、企業への関心や理解を深めましょう！ ★１１月の参加企業 ①ＴＤＫラムダ 株式会社　②株式会社 鈴民精密工業所 ③社会福祉法人 長岡東山福祉会 ★１１月開催！その他のイベント ④介護就職デイ　⑤職場見学バスツアー（小栗田の里・千谷島の家） ⑥合同企業説明会＆お仕事プチ体験会 ⑦職場見学会（医療法人 晴生会 介護老人保健施設 葵の園・長岡） ★企業魅力発信会	① 11／ ９（月） ② 11／12（木） ③ 11／16（月）	各回14名 要予約	ハローワーク長岡 1階　会議室
	④11／5（木）	チラシをご確認ください	ハイブ長岡 大展示ホール
	⑤11／17（火）	10名 要予約	※集合場所 ハローワーク長岡 6階会議室
	⑥11／20（金）	要予約	ハイブ長岡
	⑦11／25（水）	詳細はチラシをご確認ください	
	⑧毎週火曜日・木曜日	日時や参加企業はチラシをご確認ください	