

➤ 離職されたみなさまへ ◀

- ◆ このパンフレットは、離職されたみなさまに特に重要なことを記載しています。詳しくは、お近くのハローワークにお問い合わせください。また、あわせて「離職票-2」の裏面もお読みください。
- ◆ 離職票の交付を希望する旨を会社に伝えているにもかかわらず、会社が手続をせず、離職票がお手元に届かない場合は、みなさまの住所を管轄するハローワークにご相談ください。

※ **雇用保険の受給手続きには個人番号確認書類が必要です。次ページ④をご確認いただき、マイナンバーカードまたはその他個人番号及び身元（実在）確認書類を必ず持参してください。**

① 雇用保険の求職者給付とは

雇用保険の失業等給付には、失業された方が、安定した生活を送りつつ、1日も早く再就職できるよう求職活動を支援するための給付として、「求職者給付」があります。「求職者給付」には、一般被保険者に対する「基本手当」、高年齢被保険者※¹に対する「高年齢求職者給付金」、短期雇用特例被保険者※²に対する「特例一時金」などがあります。

以下、最も代表的な「基本手当」（いわゆる失業手当）を中心に、その内容や手続きを説明します。

※1 65歳以上の方であって短期雇用特例被保険者及び日雇労働被保険者以外の方

※2 季節的業務に期間を定めて雇用されている方、季節的に入・離職されている方

失業の状態ですぐに働ける方は
受給資格決定の手続きを

病気、出産、育児、不妊治療、負傷などで
すぐに働けない方は**受給期間延長**申請を

事業を開始等した方は
受給期間の特例申請を

②以降を参照してください

4ページの⑩を参照してください

5ページの⑪を参照してください

② 失業の状態ですぐに働ける方とは

離職（※）し、「就職したいという積極的な意思といつでも就職できる能力（健康状態・家庭環境など）があり積極的に求職活動を行っているにもかかわらず、職業に就いていない状態」にある方をいいます。

（※）この場合の離職には、契約の変更により労働時間が短くなった結果、雇用保険の資格を喪失した場合も含まれます。

厚生労働省 HP に雇用保険の Q&A を掲載しておりますので、ご覧ください。

【URL はこちら】 <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000139508.html>



③ 次のような方は、原則として求職者給付の支給を受けられません

求職者給付（基本手当ほか）は、再就職をめざす方を支援する制度です。

原則として次に該当する方には支給されませんが、その状態によって支給可能になる場合もありますので、**ハローワークにご相談ください。**

なお、会社から解雇されたものの、解雇無効として裁判等で争うため就職活動を行わない場合は、条件付で受給できる制度がありますので、**ハローワークにご相談ください。**

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. 家事に専念する方 2. 昼間学生、または昼間学生と同様の状態と認められる等、学業に専念する方 3. 家業に従事し職業に就くことができない方 4. 自営を開始、または自営準備に専念する方
（求職活動中に創業の準備・検討を行う方は支給可能な場合があります。） 5. 次の就職が決まっている方 6. 雇用保険の被保険者とならないような短時間就労のみを希望する方 | <ol style="list-style-type: none"> 7. 自分の名義で事業を営んでいる方 8. 会社の役員等に就任している方
（就任の予定や名義だけの役員も含みます。） 9. 就職・就労中の方（試用期間を含みます。） 10. パート、アルバイト中の方
（週あたりの労働時間が20時間未満の場合、就労した日、収入額の申告が必要となりますが、その他失業している日については基本手当の支給を受けることが可能な場合があります。） 11. 同一事業所で就職、離職を繰り返しており、再び同一事業所に就職の予定がある方 |
|---|--|

④ 求職者給付を受ける手続きは

雇用保険の求職者給付を受給するためには、みなさまの住所を管轄するハローワーク（12 ページ参照）へ、ご自身で求職申込み（10 ページ参照）などの手続きを行ってください。

なお、主として都道府県内の別のハローワークで求職活動を行う方は、最寄りのハローワークまでご相談ください。

受給手続きに必要なもの

1. 離職票－1 氏名や口座番号などを記入してください（下の記入例を参照）。ただし、個人番号欄はハローワークに来所してから、窓口でご本人様が記入してください。下記3の書類を必ず持参してください。
2. 離職票－2 ※社会保険等の手続きで離職票が必要な方は、あらかじめコピーを取ってください。
（ハローワークに提出後は、離職票を返却することができません。）

3. マイナンバーカード

マイナンバーカードをお持ちでない方は、次の①個人番号及び②身元（實在）確認書類をお持ちください。

- ① 個人番号確認書類（いずれか1種類）
通知カード、個人番号の記載のある住民票（住民票記載事項証明書）
- ② 身元（實在）確認書類（(1)のうちいずれか1種類。(1)の書類をお持ちでない方は、(2)のうち異なる2種類（コピー不可））
(1) 運転免許証、運転経歴証明書、官公署が発行した身分証明書・資格証明書（写真付き）など
(2) 公的医療保険の資格確認書、児童扶養手当証書など

記入例

4. 写真2枚
（6か月以内の写真、正面上三分身、タテ3.0 cm×ヨコ2.4 cm。
1枚は離職票－2の下部にある写真貼付欄に貼付してください。）
※ 本手続及びこれに続き今後行う支給申請ごとにマイナンバーカードを提示する場合には顔写真を省略することが可能です。
5. 本人名義の預金通帳またはキャッシュカード
（一部の金融機関を除く）
6. 船員であった方は
船員保険失業保険証及び船員手帳

求職者給付等払渡希望金融機関指定届					
届出者	フリガナ	ロウドウ タロウ			
	1 氏 名	労働 太郎			
届出者	2 住所又は居所	東京都千代田区霞ヶ関1の2の2			
	フリガナ	〇×ギンコウ △◇シデン	金融機関コード	店舗コード	
払渡希望 金融機関	3 名 称	〇×銀行 △◇支店	9	8	7
	4 銀行等 (ゆうちょ銀行以外)	口座番号	6	5	4
	5 ゆうちょ銀行	記号番号	3	2	1
		1234567			

◆ 船員であった方が、離職後、引き続き船員での就職を希望される場合は、地方運輸局での求職申込み手続きをお願いします。

⑤ 求職者給付を受ける資格は【基本手当の受給資格】

- ◆ 原則として、**離職の日以前2年間に12か月以上**被保険者期間^{※1}がある。
- ◆ 倒産・解雇等による離職の場合（特定受給資格者に該当）、期間の定めのある労働契約が更新されなかったことその他やむを得ない理由による離職の場合（特定理由離職者に該当）^{※2}は、**離職の日以前1年間に6か月以上**被保険者期間がある。

※1 被保険者期間とは、雇用保険の被保険者であった期間のうち、離職日から1か月ごとに区切っていった期間に賃金支払いの基礎となった日数が11日以上ある月を1か月と計算します。なお、賃金支払基礎日数が11日以上が12か月ない場合は、賃金の支払の基礎となった時間数が80時間以上の月を1か月として計算します。

※2 特定受給資格者・特定理由離職者については4ページの⑨をご参照ください。

《複数枚の離職票をお持ちの方は、短期間の離職票であっても全て提出してください》

- ★ 高年齢被保険者であった方に支給される高年齢求職者給付金、短期雇用特例被保険者であった方に支給される特例一時金は、**離職の日以前1年間に6か月以上**の被保険者期間が必要となります。

⑥ 1日当たりの給付額【基本手当日額】

失業している日に受給できる1日当たりの金額を「基本手当日額」といいます。

原則として、離職の日以前の6か月に毎月決まって支払われた賃金の合計を180で割って算出した金額（「賃金日額」といいます）のおよそ5～8割で、賃金の低い方ほど高い給付率となっています。

また、基本手当日額には、上限額・下限額が定められています。

◆ およその計算式

$$\left(\frac{\text{離職以前6か月の賃金の合計}}{180} \right) \times (\text{給付率}) \times (50 \sim 80\%) \times \text{賃金日額} = \text{【基本手当日額】}$$

※ 60～64歳の方については45～80%

⑦ 基本手当の給付日数【所定給付日数】

◆ 定年、契約期間満了や自己都合退職の方

被保険者であった期間	10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
離職時の満年齢			
65歳未満	90日	120日	150日

◆ 障がい者等の就職困難者

被保険者であった期間	1年未満 [※]	1年以上
離職時の満年齢		
45歳未満	150日	300日
45歳以上65歳未満		360日

※「1年未満」欄は特定受給資格者または特定理由離職者に該当する理由で離職された場合にのみ適用されます。

◆ 特定受給資格者・一部の特定理由離職者

被保険者であった期間	1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
離職時の満年齢					
30歳未満	90日	90日	120日	180日	—
30歳以上35歳未満		120日	180日	210日	240日
35歳以上45歳未満		150日		240日	270日
45歳以上60歳未満		180日	240日	270日	330日
60歳以上65歳未満		150日	180日	210日	240日

次の方には、一時金を一括支給します。

◆ 高年齢被保険者（65歳以上で退職された方）

被保険者であった期間	1年未満	1年以上
高年齢求職者給付金の額	30日分	50日分

◆ 短期雇用特例被保険者（季節的業務に就いていた方）

特例一時金の額	40日分
（暫定措置）	

※「被保険者であった期間」には、今回離職した事業所以前の雇用保険に加入していた期間を通算することができます。なお、通算には一定の条件がありますのでハローワークへお問い合わせください。

⑧ 支給の開始と期間【待期】【給付制限】【受給期間】

離職理由	解雇、定年、契約期間満了で離職	自己都合、懲戒解雇で離職
支給の開始	離職票を提出し、求職申込みをしてから 7日間の失業している日(待期) が経過したあと	離職票を提出し、求職申込みをしてから 7日間の失業している日(待期)+1～3か月(給付制限)(※) が経過したあと
受給期間	離職の日の翌日から1年間 1年の間に所定給付日数を限度として支給します。受給期間を過ぎてしまうと、 給付日数が残っていても支給されません(早めの手続きをお願いします。)。	

◆ **基本手当を受けるには、原則として4週間に1回の認定日に、失業の認定を受ける必要があります。**

★ 高年齢被保険者であった方に支給される高年齢求職者給付金の受給期限(支給を受けることができる期限)は**離職の日の翌日から1年を経過する日**、短期雇用特例被保険者であった方に支給される特例一時金の受給期限は**離職の日の翌日から6か月を経過する日**となります。

※ 正当な理由のない自己都合により離職された方の給付制限期間は、離職日が令和7年4月1日以降である場合は原則1か月、同年3月31日以前である場合は原則2か月となります。ただし、離職日からさかのぼって5年間のうちに2回以上正当な理由のない自己都合により離職し受給資格決定を受けた場合または、懲戒解雇された場合の給付制限期間は3か月となります。

※ 令和7年4月以降に教育訓練等を受ける場合、給付制限が解除されます。

正当な理由のない自己都合により離職された方のうち、次のいずれかに当てはまる教育訓練等(令和7年4月1日以降に受講を開始したものに限り、)を、離職の前1年以内に受けた方(途中退校は該当しません)または、離職の日以後に受けている方は、当該訓練を受ける期間と受け終わった後の期間について給付制限が解除されます。**教育訓練等を受けた方 または 受ける方 は、ハローワークにご相談ください。**

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| ① 教育訓練給付金の対象となる教育訓練 | ② 公共職業訓練等 |
| ③ 短期訓練受講費の対象となる教育訓練 | ④ ①～③に準ずるものとして職業安定局長が定める訓練 |

⑨ 特定受給資格者、特定理由離職者とは

◆ 「特定受給資格者」「特定理由離職者」とは

特定受給資格者とは、倒産・解雇等の理由により再就職の準備をする時間的余裕なく離職を余儀なくされた方であり、**特定理由離職者**とは、特定受給資格者以外で、期間の定めのある労働契約が更新されなかったこと、その他やむを得ない理由により離職した方です。それぞれ該当者の範囲が定められています。

◆ 「特定受給資格者」「特定理由離職者」に該当するかどうかの判断

特定受給資格者・特定理由離職者に該当するかどうかの判断は、離職理由により、ハローワークが行います。離職理由の判定は、事業主が主張する離職理由と、離職者が主張する離職理由を把握し、それぞれの主張を確認できる資料による事実確認を行った上で、最終的にハローワークにて慎重に行います。

特定受給資格者及び特定理由離職者の範囲と判断基準については、ハローワークにお問い合わせください。また、厚生労働省のホームページにパンフレットを掲載しています。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000135026.html>



※ 有期契約を反復更新している方(契約期間が計3年未満)で契約期間が短期間となるなど労働条件の低下があり、さらに本人が契約更新を希望したにもかかわらず不更新条項がついた場合等は、特定理由離職者に該当する場合があります。

⑩ すぐに働くことができない方は…65歳未満で退職された場合は【受給期間延長】

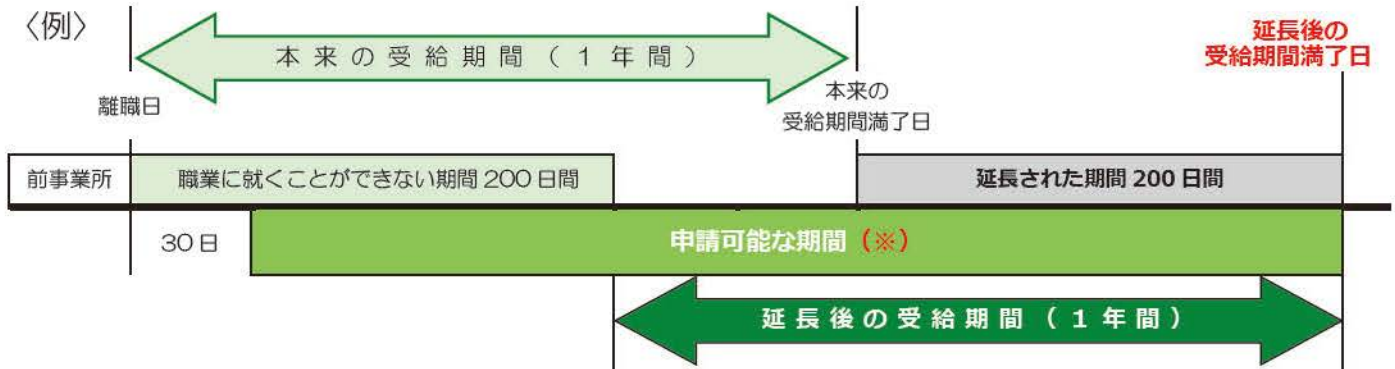
離職後1年の基本手当の受給期間内に、下記の理由で働くことができない状態が30日以上続いた場合は、受給期間を延長することができます。

また、教育訓練給付の受講を希望している方については、訓練を受けられる期間を延長することもできます。

- ① 病気やけがで働くことができない(健康保険の傷病手当、労災保険の休業補償を受給中の場合を含みます。)
- ② 妊娠・出産・育児(3歳未満に限る)などにより働くことができない(不妊治療を含みます。)
- ③ 親族の介護のため働くことができない。
- ④ 60歳以上の定年等により離職して、しばらくの間休養する(船員であった方は年齢要件が異なります。)

受給期間延長の申請手続き

延長理由	病気やけが、妊娠、出産、親族の介護 など	60 歳以上の定年 など
申請期間	離職の日（働くことができなくなった日）の翌日から 30 日 過ぎてから早期に申請いただくことが原則ですが、延長後の 受給期間の最後の日までの間であれば申請は可能	離職の日の翌日から 2 か月以内
延長期間	（本来の受給期間） 1 年 + （働くことができない期間） 最長 3 年間	（本来の受給期間） 1 年 + （休養したい期間） 最長 1 年間
提出書類	受給期間延長等申請書、離職票-2 延長理由を証明する書類	
提出方法	本人来所、郵送、代理の方（委任状が必要）	原則として本人来所
提出先	住所を管轄するハローワーク（受給資格決定後は、当該受給資格決定を行ったハローワーク）	



※ 申請可能な期間であっても、申請が遅い場合は、受給期間延長を行っても基本手当の所定給付日数の全てを受給できない可能性がありますので、ご注意ください。

★ 高年齢被保険者であった方に支給される高年齢求職者給付金、短期雇用特例被保険者であった方に支給される特例一時金については、受給期限（支給を受けることができる期限）の延長はできません。

11 事業を開始等した方は…【受給期間の特例】

雇用保険の基本手当の受給期間は、原則、離職日の翌日から 1 年以内となっています。令和 4 年 7 月 1 日から、事業を開始等した方が事業を行っている期間等は、最大 3 年間受給期間に算入しない特例を新設しました。これによって仮に事業を休廃業した場合でも、その後の再就職活動に当たって基本手当を受給することが可能になります。

離職日の翌日以後に下記の要件を全て満たす事業を開始等した場合は、受給期間の特例を申請できます。

- ① 事業の実施期間が 30 日以上であること。
- ② 「事業を開始した日」「事業に専念し始めた日」「事業の準備に専念し始めた日」のいずれかから起算して 30 日を経過する日が受給期間の末日以前であること。
- ③ 当該事業について、就業手当または再就職手当の支給を受けていないこと。
- ④ 当該事業により自立することができないと認められる事業ではないこと。

※ 次のいずれかの場合は、④に該当します。

- ・雇用保険被保険者資格を取得する者を雇い入れ、雇用保険適用事業の事業主となること。
- ・登記事項証明書、開業届の写し、事業許可証等の客観的資料で、事業の開始、事業内容と事業所の実在が確認できること。

- ⑤ 離職日の翌日以後に開始した事業であること。

※ 離職日以前に当該事業を開始し、離職日の翌日以後に当該事業に専念する場合を含みます。

＜留意事項＞

この特例の対象は、令和 4 年 7 月 1 日以降に「事業を開始した場合」「事業に専念し始めた場合」「事業の準備に専念し始めた場合」のいずれかです。以下のような場合にはご注意ください。

令和 4 年 6 月 30 日以前に事業を開始	令和 4 年 7 月 1 日以降に事業に専念	特例の対象
	令和 4 年 7 月 1 日以降に事業を開始	特例の対象
令和 4 年 6 月 30 日以前に事業の準備に専念	事業を開始しなかった	特例の対象外
	令和 4 年 6 月 30 日以前に事業を開始し専念	特例の対象外

★ 受給期間延長等申請書は、教育訓練給付適用対象期間延長申請と高年齢雇用継続給付延長申請ができる一体の様式になっていますが、この 2 つの申請は、受給期間の特例の対象ではないことにご注意ください。

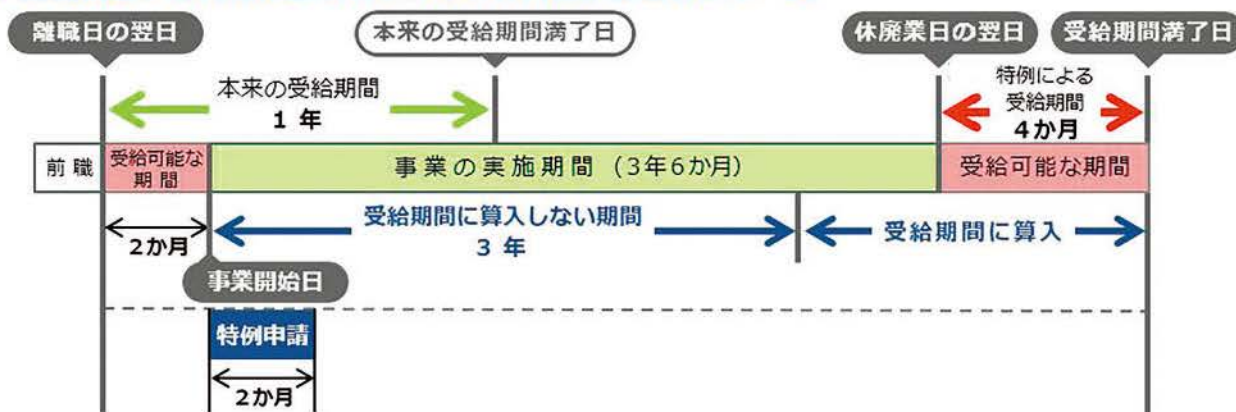
受給期間の特例の申請手続き

対象者	離職日の翌日以後に、事業を開始した方／事業に専念し始めた方／事業の準備に専念し始めた方
申請期間	※ 事業を開始した日／事業に専念し始めた日／事業の準備に専念し始めた日の翌日から2か月以内 ただし、再就職手当を支給申請し、不支給となった場合は、この期間を超えてもこれらの手当の支給申請日を特例の申請日として受給期間の特例を申請できます。
対象期間	(本来の受給期間) 1年間 + (起業等から休廃業までの期間) 最長3年間
提出書類	①受給期間延長等申請書 ②離職票-2 (受給資格の決定を受けていない場合) または受給資格者証 (受給資格の決定を受けている場合) ③事業を開始等した事実と開始日を確認できる書類 (1) 事業を開始した場合または事業に専念し始めた場合 【例】登記事項証明書、開業届の写し、事業許可証等 (2) 事業の準備に専念し始めた場合 【例】金融機関との金銭消費貸借契約書の写し、事務所賃借のための賃貸借契約書の写し等
提出方法	本人来所、郵送、代理の方 (委任状が必要)
提出先	住居所を管轄するハローワーク (受給資格決定をそれ以外で行った場合は、そのハローワーク)

1 離職日の翌日に起業して2年後に廃業したケース



2 離職日の2か月後に起業して3年6か月後に廃業したケース



⑫ 年金との併給調整について

65歳未満の方に支給される特別支給の老齢厚生年金・退職共済年金と雇用保険の基本手当は同時には受けられません。基本手当を受給するために求職の申込みをすると、基本手当の受給が終了するまでの期間、老齢厚生年金・退職共済年金が全額支給停止になります。

詳細は、お近くの**日本年金機構の各年金事務所**へご確認ください。

⑬ 国民健康保険料(税)の軽減について

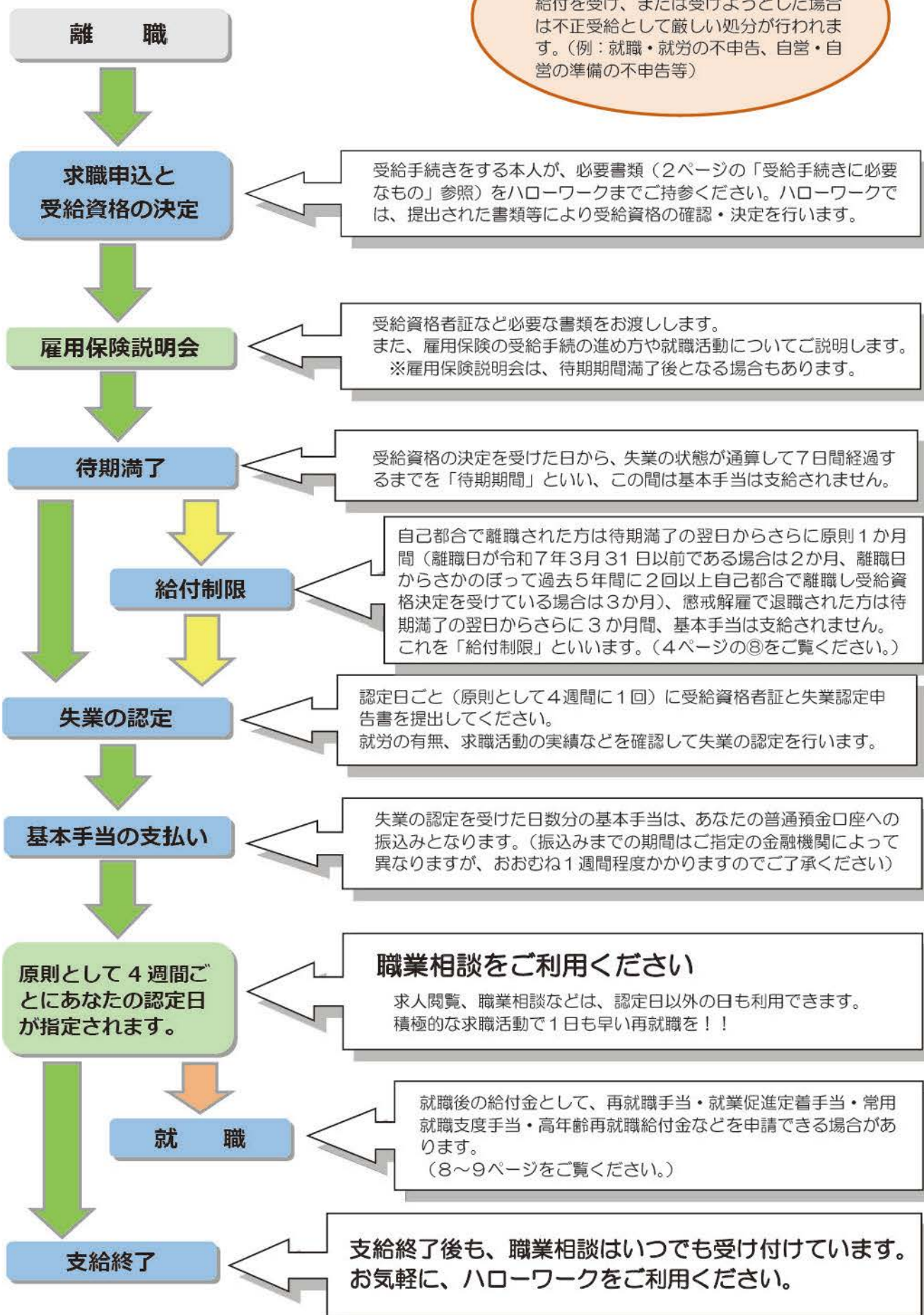
特定受給資格者・特定理由離職者として基本手当を受ける方には、国民健康保険料(税)が軽減される制度があります。(高年齢受給資格者・特例受給資格者は軽減制度の対象にはなりません。)

軽減を受けるためには届出が必要となります。詳細は、**お住まいの市町村の国民健康保険担当**へご確認ください。

⑭ 基本手当の受給手続きの流れ

ご注意ください！

偽りその他不正の行為によって求職者給付を受け、または受けようとした場合は不正受給として厳しい処分が行われます。（例：就職・就労の不申告、自営・自営の準備の不申告等）



⑮ 早期の再就職に支給される手当

ハローワークに求職の申込み（離職票の提出）をして、待期期間が経過したあと、早期に安定した職業に就いた*方には、**再就職手当**が支給されます。就職日の前日までの失業の認定を受けた上で、受給期間内に残っている基本手当の支給日数（支給残日数）が所定給付日数の3分の1以上〔3分の2以上〕ある場合は、支給残日数の6割〔7割〕に相当する日数に基本手当日額を乗じた額（1円未満は切捨て）を受給できます。受給には一定の要件を満たすことが必要です。

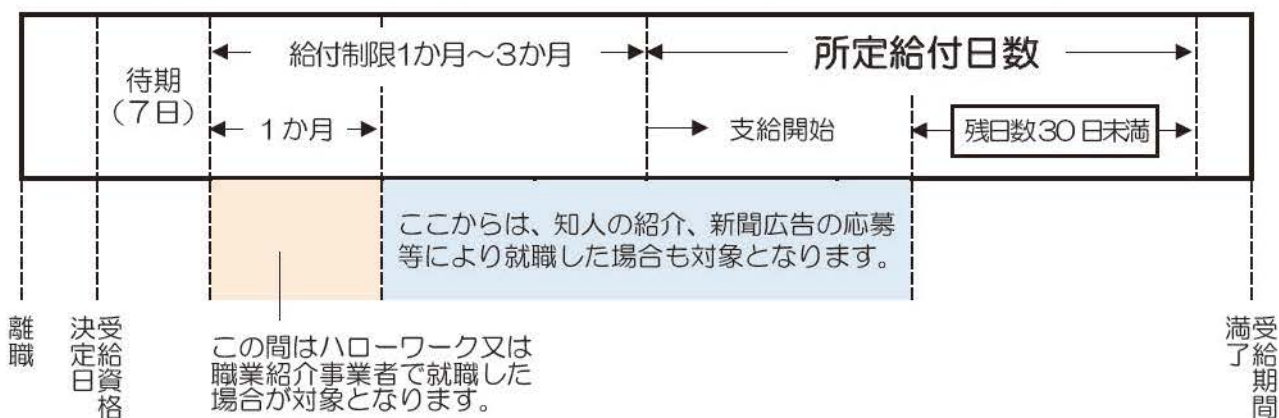
※ 雇用保険の被保険者（マルチ高年齢被保険者を除く）となる場合のほか、事業主となって雇用保険の被保険者を雇用する場合などをいいます。事業を開始された場合の再就職手当の支給要件等については、ハローワークにお問い合わせください。

■再就職手当の支給を受けるには下記のすべての要件を満たす必要があります。（就職の場合）

- ① 受給手続き後、7日間の待期期間（※）満了後に就職したこと。
- ② 就職日の前日までの失業の認定を受けた上で、基本手当の支給残日数が、所定給付日数の3分の1以上あること。
- ③ 離職した前の事業主に再び就職したものでないこと。また、離職した前の事業主と資本・資金・人事・取引面で密接な関わり合いがない事業主に就職したこと。
- ④ 受給資格に係る離職理由により給付制限（基本手当が支給されない期間）がある方は、求職申込みをしてから、待期期間満了後1か月の期間内は、ハローワークまたは職業紹介事業者の紹介によって就職したものであること。
- ⑤ 1年を超えて勤務することが確実であること。
（生命保険会社の外務員や損害保険会社の代理店研修生のように、1年以下の雇用期間を定め雇用契約の更新にあたって一定の目標達成が条件づけられている場合、または派遣就業で雇用期間が定められ、雇用契約の更新が見込まれない場合にはこの要件に該当しません。）
- ⑥ 原則として、雇用保険の被保険者（マルチ高年齢被保険者を除く）になっていること。
- ⑦ 過去3年以内の就職について、再就職手当または常用就職支度手当の支給を受けたことがないこと。（事業開始に係る再就職手当も含まれます。）
- ⑧ 受給資格決定（求職の申込み）前から採用が内定していた事業主に雇用されたものでないこと。

※ 待期期間中に仕事等をしたことにより失業の状態でなかった日や、失業の認定を受けていない日については、待期期間に含まれませんのでご注意ください。

■所定給付日数が90日の場合（離職理由が自己都合等で給付制限がある方の場合）



さらに、再就職手当の支給を受けた人が、引き続きその再就職先に6か月以上雇用され、かつ再就職先で6か月の間に支払われた賃金が雇用保険の給付を受ける前の賃金に比べて低下している場合、**就業促進定着手当**の給付を受けることができます。

なお、これらの手当には、年齢により基本手当日額に上限額があります。

離職理由による給付制限を受けた方は、待期期間の満了後1か月間は、ハローワークまたは職業紹介事業者の紹介で就職された場合のみ再就職手当が支給されます。

上記の手当以外にも「常用就職支度手当」があります。いずれの手当も支給要件などの詳細については、ハローワークにお問い合わせください。

60歳以降に再就職した方には・・・

一定の要件を満たす60歳以上65歳未満*の雇用保険の被保険者に、高年齢雇用継続給付が支給されます。 ※ 船員については生年月日によって55歳以上60歳未満となることがあります。

高年齢雇用継続給付には、**高年齢雇用継続基本給付金**と**高年齢再就職給付金**の2種類があります。

高年齢雇用継続基本給付金は、雇用保険の基本手当等（再就職手当等の基本手当を支給したとみなされる給付を含みます。）の支給を受けずに再就職した方が対象となる給付金です。60歳到達後の各月の賃金が60歳到達時の賃金に比べて75%未満である場合に支給されます（支給額は各月に支払われた賃金の10%※¹を限度として、賃金の低下率に応じて支払われます。）。

※1 60歳到達日（その日時点で被保険者であった期間が5年以上ない場合はその期間が5年を満たすこととなった日）が令和7年3月31日以前の場合の支給額は、各月に支払われた賃金の15%です。

高年齢再就職給付金は、離職後に基本手当を受給している60歳以上65歳未満の方が、支給日数を100日以上残した状態で再就職（1年を超える雇用見込み）し、再就職後の各月の賃金が賃金日額の30日分と比べて75%未満である場合に、支給されます（支給額は各月に支払われた賃金の10%※²を限度として、賃金の低下率に応じて支払われます。）。ただし、再就職手当（8ページ）と同時に受けることはできません。

※2 再就職の日が令和7年3月31日以前の場合の支給額は、各月に支払われた賃金の15%です。

再就職の第一歩は、まずご自身をよく知ることから始まります。

ハローワークでは、これまでの職歴の棚卸しなど、ご希望に応じた職業相談、求人情報の提供、応募書類の作成アドバイス、職業紹介などのサービスを提供しています。

次ページを参考にいただき、求職申込みの手続きを行ってください。

**再就職のために
ハローワークを活用して
職業相談を!!**

16 求職申込み手続きのご案内

雇用保険受給手続きなどを行う場合は、住所を管轄するハローワークで求職申込み手続きをする必要があります。

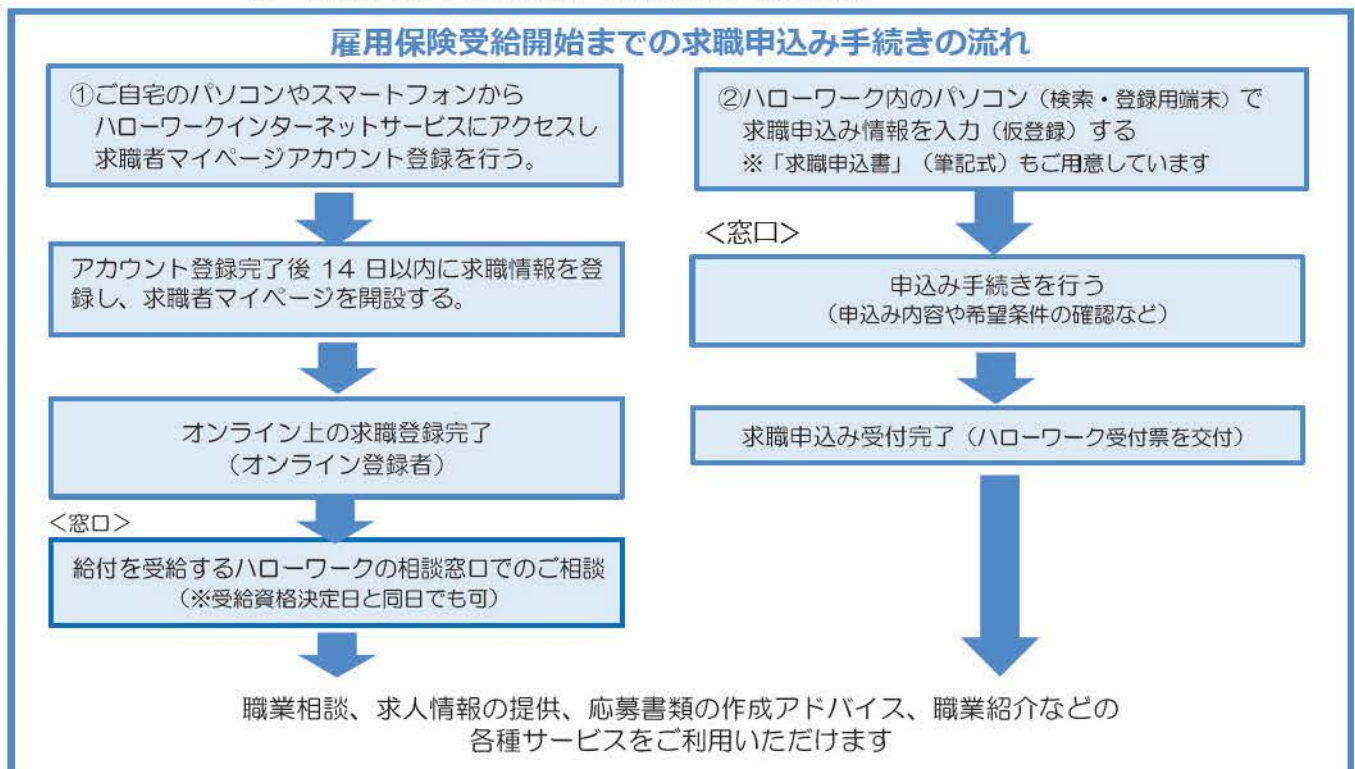
既にハローワークに求職登録されている方は、スマートフォン等から求職者マイページ（本ページの下部をご覧ください。）をご提示いただくか、「ハローワーク受付票」または「ハローワークカード」をお持ちいただければ、改めて求職登録を行う必要はありません。

申込み方法①：ご自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンから、「ハローワークインターネットサービス」にアクセスし、オンライン上の求職登録を行う。（※雇用保険の受給手続きを行う場合は、ハローワーク窓口での追加の手続きが必要です）

申込み方法②：ハローワーク内に設置されたパソコン（検索・登録用端末）で、求職申込み情報を入力（仮登録）後に、窓口で申込み手続きを行う。

※ 求職申込書（筆記式）もご用意しています。

雇用保険受給開始までの求職申込み手続きの流れ



求職者マイページのご案内

ハローワークインターネットサービス上に「**求職者マイページ**」を開設すると、ご自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンから以下のサービスが利用でき、お仕事探しがより便利になります。

- **求人**の検索条件や気に入った求人を保存することができます。
- ハローワークでご紹介した求人内容や応募履歴を確認することができます。
- メッセージ機能により、応募した求人の担当者とやりとりできます。ハローワークから求人情報やお知らせをお送りする場合もあります。
- 登録した情報の確認や変更ができます（※雇用保険の失業給付等を受給されている方は、変更内容によって、別途給付窓口での手続きが必要になる場合があります。詳しくは受給をされているハローワーク窓口までお問い合わせください。）。
- ハローワークから職業紹介（オンラインハローワーク紹介）を受けることができます。
- 求人に直接応募（オンライン自主応募）することができます。

※ **オンライン自主応募はハローワーク紹介とはならないため、再就職手当等の受給を検討されている方はご注意ください。**

<留意事項>

- ・ 求職者マイページは、ハローワークおよびハローワークインターネットサービスを利用して就職活動を行うことを希望する方を対象に、求人情報の検索・閲覧など仕事探しに必要なサービスを提供するものです。
- ・ 「求職者マイページ」を開設するには、ハローワークへの求職登録が必要です。求職が無効となった場合、一部サービスが利用できなくなります。
- ・ マイページを開設するには、ログインアカウントとして使用するメールアドレス、パソコン、スマートフォンなどが必要です。なお、利用規約およびプライバシーポリシーに同意いただく必要があります。

17 再就職に向けてのご案内

ハローワークでは、みなさまの**再就職**に向けて、さまざまなお手伝いを行っています。

ハローワークの職業相談窓口では、みなさまの就職までのステップに合わせて色々な支援策を用意しています。

ご希望する求人が定まっていなくても結構です（就職の準備段階からハローワークがお手伝いさせていただきます）。

まずはお気軽に窓口をご利用ください。

就職活動に関する不安を職員と一緒に一つ一つ解決していきましょう！

ハローワークの主な支援内容

- ・ 適性や職業経験に応じた職業相談・職業紹介
- ・ 就職を支援するための各種情報（求人情報など）の提供
- ・ 求職活動を支援するための各種セミナーなどの開催

※ 詳しくは、ハローワークの職業相談窓口にご相談ください。

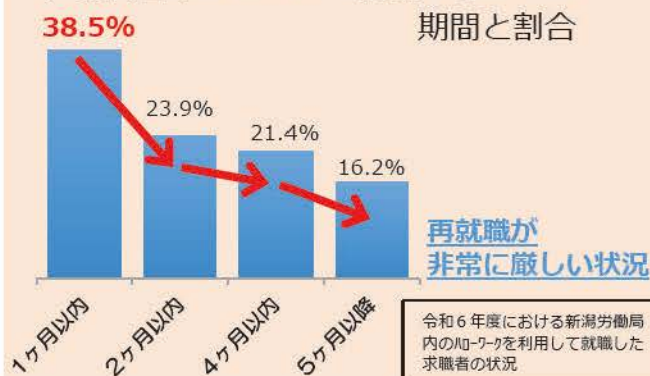


《1日でも早い再就職を目指しましょう！》

早い時期の積極的な就職活動が有効です。

求職申込みをしてから就職するまでの

期間と割合



早期再就職のメリット

1. 社会（仕事、情報等）から離れている期間が短いと、良好な生活リズムを維持しやすいことから、新しい職場環境に馴染みやすく、再離職の防止にもつながります。
2. 「早く就職しなければ」という焦りや不安といった精神的なストレスなどから解放されるとともに、社会保障費（年金、健康保険など）の自己負担の軽減につながります。
3. 一般的に企業では勤務年数が賃金額を決定する大きな要素の1つであるため、1日でも早く再就職することにより、昇給の可能性が高くなるなど、労働条件の向上にもつながります。

失業期間長期化のデメリット

1. 就寝時間などが不規則になり、生活のリズムが崩れ、就職活動への意欲が低下するとともに、再就職しても元の生活リズムに戻すことが難しく、極端な場合、再離職してしまうこともあります。

2. 求人者との面接の際に、就業意欲面でのマイナス材料となる可能性があります。その結果、希望条件を下げて応募しても採用が決まらないという悪循環に陥ることもあります。それにより自信を喪失するなど精神面に悪影響を与え、面接の際に本来の自分を出せなくなる可能性もあります。

《医療・介護・保育の仕事を検討してみませんか》

「どんな仕事を選べばいいんだろう？」と迷っているなら、医療・介護・保育の仕事を検討してみませんか。

無資格・未経験から始められ、働きながら資格取得に取り組むことで、キャリアアップを目指すことができます。

また、柔軟な勤務形態が選べて、子育てや介護といった様々な事情との両立もかないます。

医療・介護・保育の仕事は、地域を問わず必要とされる仕事だからこそ、全国で多くの求人があり、今の自分に合った職場がきっと見つかります。



医療・介護・保育の求人を探すなら
ハローワーク



まずは求人を探してみる

医療・介護・保育に特化した求人検索ページで、希望の勤務地や職種、こだわり条件から簡単に求人を探すことができます。

登録不要、最短 10 秒で求人を見ることができます。

気になる求人があればハローワークにお気軽にご相談ください。



ハローワーク（公共職業安定所）一覧表

ハローワーク (公共職業安定所)	所在地（郵便番号）	電話番号	管轄区域
新潟	〒950-8532 新潟市中央区美咲町 1-2-1 新潟美咲合同庁舎 2号館 1・2階	025-280-8609	新潟市のうち北区、東区、中央区、江南区、西区
長岡	〒940-8609 長岡市千歳 1-3-88 長岡地方合同庁舎内	0258-32-1181	長岡市（旧川口町を除く） （記載は長岡本所分のみ）
(小千谷)	〒947-0028 小千谷市城内 2-6-5	0258-82-2441	小千谷市、長岡市のうち旧川口町
上越	〒943-0803 上越市春日野 1-5-22 上越地方合同庁舎内	025-523-6121	上越市（中郷区、板倉区を除く） （記載は上越本所分のみ）
(妙高)	〒944-0048 妙高市下町 9-3	0255-73-7611	妙高市、 上越市のうち中郷区、板倉区
三条	〒955-0053 三条市北入蔵 1-3-10	0256-38-5431	三条市、加茂市、見附市、南蒲原郡（田上町）
柏崎	〒945-8501 柏崎市田中 26-23 柏崎地方合同庁舎内	0257-23-2140	柏崎市、刈羽郡（刈羽村）、三島郡（出雲崎町）
新発田	〒957-8506 新発田市日渡 96 新発田地方合同庁舎内	0254-27-6677	新発田市、阿賀野市、胎内市、北蒲原郡（聖籠町）
新津	〒956-0864 新潟市秋葉区新津本町 4-18-8 新津労働総合庁舎内	0250-22-2233	新潟市のうち秋葉区、南区、 五泉市、東蒲原郡（阿賀町）
十日町	〒948-0004 十日町市下川原町 43	025-757-2407	十日町市、中魚沼郡（津南町）
糸魚川	〒941-0067 糸魚川市横町 5-9-50	025-552-0333	糸魚川市
巻	〒953-0041 新潟市西蒲区巻甲 4087	0256-72-3155	新潟市のうち西蒲区、 燕市、西蒲原郡（弥彦村）
南魚沼	〒949-6609 南魚沼市八幡 20-1	025-772-3157	南魚沼市、南魚沼郡（湯沢町） （記載は南魚沼本所分のみ）
(小出)	〒946-0021 魚沼市佐梨 682-2	025-792-8609	魚沼市
佐渡	〒952-0011 佐渡市両津夷 269-8	0259-27-2248	佐渡市
村上	〒958-0033 村上市緑町 1-6-8	0254-53-4141	村上市、岩船郡（関川村、粟島浦村）

地方運輸支局等 ※ 船員であった方で、離職後引き続き船員での就職を希望される方

地方運輸支局	所在地（郵便番号）	電話番号	管轄区域
北陸信越運輸局 海事部 船員労政課	〒950-8537 新潟市中央区美咲町 1-2-1 新潟美咲合同庁舎 2号館 5階	025-285-9157	新潟県全域

ハローワーク（公共職業安定所）窓口のご利用について

- ※ 雇用保険の手続きは、月曜日～金曜日（休祝日・年末年始を除く）の8時30分～17時15分です。また、「受給資格決定」の他に「求職の申込み」の手続きもあり、求職申込みには一定の時間がかかること等から、16時前までのご来所をお勧めします。
- ※ 職業相談には一定の時間がかかること等から、職業相談・職業紹介をご利用いただくにあたっての時間帯（夜間開庁や土曜開庁の日は除いた平日）は、9時～17時の間にご利用ください。
- ※ ご来所の際は、駐車場が限られていますので、なるべく公共交通機関をご利用いただくようお願いいたします。

詳しい手続きについては、最寄りのハローワーク（公共職業安定所）にお問い合わせください。