

# ハローワーク長井 利用ガイド

NEW WORK.  
NEW ME



# 就職お急ぎ度チェック

以下の各設問について「**そう思う**」場合に□にチェックを入れてください。

- 就職するまでは意外と時間がかかる
- 好条件の求人ほど人気が高く、すぐに採用が決まる傾向にある
- 希望に近い条件で就職するためには、早めに応募先を決めるほうがよい
- 失業期間の短いほうが応募先企業にプラスの印象を与え、面接時に有利だ
- 失業期間の短いほうが経済的リスクが小さい
- 失業期間が長引くと、健康面で不安になる（生活リズムが崩れるなど）
- 失業期間が長引くと、将来的な不安やストレスが大きくなる
- 失業期間が長引くと、面接時に即戦力としての評価が低くなる
- 失業期間が長引くと、面接時に「この期間何をしていたか」の質問への回答が難しくなる
- 失業期間が長引くと、希望条件を下げざるを得なくなる

☑の数が**5**つ以上の方 → **さっそく就活タイプ**  
(約3か月以内の早期再就職がおすすめ。さっそく就活を始めましょう!)



☑の数が**4**つ以下の方 → **じっくり就活タイプ**  
(スキルアップからスタートし、約6か月以内の再就職がおすすめ)



さっそくタイプ、じっくりタイプ、どちらの方も就職支援コースがおすすめです。(4～6ページへ)

## ハローワークに期待する就職支援アンケート



ハローワークからの支援を受けたい項目にチェックを入れてください。(複数選択可)

- 就職活動の進め方についてサポートしてほしい・・・4～6ページへ
- 就職活動に役立つセミナーを受講したい・・・8ページへ
- どんな仕事に向いているか知りたい・・・10ページへ
- 就職に役立つ資格を取得したい(職業訓練の受講)・・・12ページへ
- 求人検索の方法や求人票の見方を知りたい・・・14ページへ
- ハローワークから求人情報やイベント情報をもらいたい・・・16ページへ
- 履歴書や職務経歴書の書き方を知りたい・・・18ページへ
- 応募書類の書き方や面接に不安がある・・・20ページへ
- 求人説明会や職場見学会に参加したい・・・22ページへ
- ハローワークに行く時間がない(自宅でもハローワークを利用したい)・・・24ページへ
- 55歳以上での就職活動のポイントを知りたい・・・26ページへ
- その他 ( )

# 求職活動の進め方



STEP7と8の  
目標を立てて  
みましょう！

約  
1  
〜  
2  
週間

## STEP 1

### ハローワークで求職登録

【ココがポイント！】  
求職者マイページを開設すると、ハローワークから求人情報等を素早く受け取れます。

## STEP 2

### 自己分析（キャリア棚卸し）

【ココがポイント！】  
「今までしてきたこと」「今できること」「これからやりたいこと」を整理しておきましょう。

## STEP 3

### 労働市場の確認（どんな求人が出ているか）

【ココがポイント！】  
求人の数やどんな求人がどんな条件で出ているかを窓口やハローワークインターネットサービスで確認しましょう。

## STEP 4

### 希望条件の決定

【ココがポイント！】  
「こだわる条件」と「譲れる条件」を分けて決めておきましょう。条件をこだわりすぎないことが大切です。

## STEP 5

### 求人検索

【ココがポイント！】  
ハローワークインターネットサービスを活用しましょう。希望に合う求人が見つからない時は窓口を利用しましょう。

## STEP 6

### 応募書類の事前準備

【ココがポイント！】  
最近では、履歴書の他、職務経歴書も必要な場合が多くなっています。事前に準備をしておくことが肝心です。

## STEP 7

### 応募求人の決定（ハローワークから紹介状をもらう）

目標：（            ）月（            ）日頃まで

※目安：目標就職日のおおよそ1か月前まで

## STEP 8

### 就 職

目標：（            ）月（            ）日頃

約  
2  
〜  
3  
週間

約  
1  
か月

就職まで2か月以上かかるんだね!?

# 就職活動の進め方について サポートしてほしい



＼コースに沿ってらくらく就活！／ 　＼フォローアップであんしん就活！／

ハローワーク長井おすすめ

# 就職支援コース

リニューアル  
しました

## さっそく就活コース

(おおむね3か月以内の  
就職を目指す方向け)

すぐに就職  
したい！



## じっくり就活コース

(時間をかけて就職を目指す方向け)

キャリア棚卸や  
スキルアップから



### 1. 就職活動で悩む必要ナシ！

ハローワークが目標達成のためのプラン作成を支援。プランに応じた支援メニューを受けられるので、就職活動の進め方に悩む必要がありません。求職活動に専念できます。

### 2. ハローワークがフォローアップ！

目標達成に向けてハローワークがフォローアップ。就職活動が思うように進まない場合もハローワークが全力でサポートします。安心して就職活動を行うことができます。

**お申込みは、ハローワーク長井 職業相談窓口へ**

**ハローワーク長井 TEL : 0238-84-8609**

長井市幸町15-5 開庁時間：月～金 8:30～17:15 (土日祝・年末年始は閉庁)

# さっそく就活コース 目標達成プランシート

↓ 達成したら、□の中に✓を入れましょう。



## STEP 1

### コース申込とプレ相談 【実施日：( )月( )日】

ハローワークの窓口でコースの申込を行い、目標就職日に向けたプラン作成を支援します。まずは、STEP 6と8の目標を立てましょう。



## STEP 2

### 希望条件の決定

「こだわる条件」と「譲れる条件」を決めたら記入しましょう。  
! 迷った時は窓口で相談しましょう。労働市場の状況など説明し、条件決定を支援します。

こだわる条件：( )、( )、  
( )  
譲れる条件：( )、( )、  
( )



## STEP 3

### 求人検索

ハローワークインターネットサービスを活用しましょう。

! 希望に合う求人が見つからない時は窓口を利用しましょう。希望条件の見直しや求人の提案で支援します。

! マイページ開設で求人情報をすばやく提供します。  
! LINE登録で求人情報をカンタン検索できます。



## STEP 4

### セミナーの受講

受講するセミナーと開催日

名称：( )  
開催日：( )月( )日



## STEP 5

### 応募書類の事前準備

最近では、履歴書その他、職務経歴書も必要な場合が多くなっています。事前に準備をしておきましょう。  
! ハローワークでは応募書類の書き方のパンフレットを配付し、書き方などのアドバイスをしています。



## STEP 6

### 応募求人の決定 【目標：( )月( )日頃まで】

※目安：目標就職日のおおよそ1か月前まで

万が一、第1候補の求人が不採用または応募辞退になった場合、すぐに次の応募ができるよう、第2候補以降の求人を決めておきましょう。



## STEP 7

### 履歴書添削・面接対策

! ハローワークでは、履歴書添削や模擬面接(要予約)を行っています。

不採用または応募辞退の場合はSTEP 6に戻ります。



## STEP 8

### 就職

【目標：( )月( )日頃】

# じっくり就活コース 目標達成プランシート

↓ 達成したら、□の中に✓を入れましょう。

**STEP 1** コース申込とプレ相談 【実施日：( )月( )日】

ハローワークの窓口でコースの申込を行い、目標就職日に向けたプラン作成を支援します。  
まずは、STEP 6と8の目標を立てましょう。

**STEP 2** 自己分析、労働市場の確認

「今までしてきたこと」「今できること」「これからやりたいこと」を整理しておきましょう。また、求人の数やどんな求人がどんな条件で出ているかを窓口やハローワークインターネットサービスで確認しましょう。

**STEP 3** セミナーの受講

ハローワークでは各種セミナーを開催しています。

①受講するセミナーと開催日  
名称：( )  
開催日：( )月( )日  
②受講するセミナーと開催日  
名称：( )  
開催日：( )月( )日

**STEP 4** 希望条件の決定

「こだわる条件」と「譲れる条件」を決めたら記入しましょう。

！迷った時は窓口で相談しましょう。労働市場の状況など説明し、条件決定を支援します。

こだわる条件：( )、( )、( )  
譲れる条件：( )、( )、( )

**STEP 5** 求人検索

ハローワークインターネットサービスを活用しましょう。  
！希望に合う求人が見つからない時は窓口を利用しましょう。希望条件の見直しや求人の提案で支援します。  
！マイページ開設で求人情報をすばやく提供します。  
！LINE登録で求人情報をカンタン検索できます。

**STEP 6** 応募書類の事前準備

最近は、履歴書の他、職務経歴書も必要な場合が多くなっています。事前に準備をしておきましょう。

！ハローワークでは応募書類の書き方のパンフレットを配付し、書き方などのアドバイスをしています。

**STEP 7** 応募求人の決定 【目標：( )月( )日頃まで】

※目安：目標就職日のおおよそ1か月前まで

万が一、第1候補の求人が不採用または応募辞退になった場合、すぐに次の応募ができるよう、第2候補以降の求人を決めておきましょう。

**STEP 8** 履歴書添削・面接対策

！ハローワークでは、履歴書添削や模擬面接（要予約）を行っています。

不採用または応募辞退の場合はSTEP 7に戻ります。

**STEP 9** 就職 【目標：( )月( )日頃】

# 就職活動に役立つ セミナーを受講したい



就職活動を始める皆様へのご案内！！

# 就職準備セミナー

初めての就職活動、久々の就職活動、  
何から始めればいいのか迷ってはいませんか？  
就職活動の始め方から応募の準備まで  
ハローワークが皆様をサポートいたします！！

期日：令和 年 月 日 時～（1時間程度）  
会場：ハローワーク長井 2階会議室  
定員：20名

## 1. 就職活動の準備

自己分析・労働市場分析をすることで、  
自身の希望条件を明確化しよう

## 2. 応募準備

自己PRの考え方から履歴書の書き方のコツまで  
詳しくご説明いたします。

## 3. 採用担当者の声をご紹介

選考で採用した理由と不採用とした理由、  
地元企業の生の声をご紹介します。



お申込みはWebから ➡



ハローワーク説明会等受付サイト

公式LINEアカウント

LINE登録で予約がさらに便利！ ➡

LINE ID

@603ujfuu



ハローワーク長井 TEL：0238-84-8609

長井市幸町15-5 開庁時間：月～金 8:30～17:15（土日祝・年末年始は閉庁）

**どんな仕事に向いて  
いるか知りたい**



# jobtag体験セミナー



## jobtagとは…

質問や問題に答えて自分に向いている仕事を探す「適職診断」をしたり、様々な職業について動画などを見ながら学んだりできる、職業情報提供サイトです。

このセミナーでは、ご自身のスマートフォンを使って、実際にjobtagを操作していただけます。スタッフが一緒になって使い方を説明しますので、操作に不安がある方でも安心してお気軽にご参加ください！

※失業給付を受給している方は**求職活動実績**としてカウントいたします。



### セミナーの内容

- ① 適職診断
- ② 職業検索
- ③ 各ページの見方

### 参加条件

ハローワークに  
求職登録のある方  
  
(定員20名)

### 持ち物

- ・雇用保険受給資格者証  
(失業給付受給中の方)
- ・スマートフォン

開催日時

令和 年 月 日 ( ) 時～  
45分程度

※当日来所されましたらご案内いたしますので、1階総合受付へお越しください。

●お申込はWebから →



ハローワーク説明会等受付サイト



LINE登録で予約がさらに便利！ →



公式LINEアカウント

LINE ID

@603ujfuu

ハローワーク長井 TEL : 0238-84-8609

長井市幸町15-5 開庁時間 : 月～金 8:30～17:15 (土日祝・年末年始は閉庁)

# 就職に役立つ資格を 取得したい (職業訓練の受講)



ハロートレーニングで職業選択肢を広げませんか？

# 職業訓練セミナー

## 職業訓練（ハロートレーニング）とは？

雇用保険（失業保険）を受給している求職者を主な対象とする「公共職業訓練」と、雇用保険を受給できない求職者を主な対象とする「求職者支援訓練」の総称です。

キャリアアップや希望する就職を実現するために、必要な職業スキルや知識を習得することができる公的な制度です。



## セミナーの概要

- 期日：令和 年 月 日（ ） 時～ 時
- 場所：ハローワーク長井 2階 会議室
- 内容：
  - ① 制度の概要
  - ② 申し込みについて
  - ③ 手当について



※失業給付を受給している方は**求職活動実績**としてカウントいたします。

公式LINEアカウントからご予約ください。

公式LINEアカウント

LINE ID

@603ujfuu



ハローワーク長井 TEL : 0238-84-8609

長井市幸町15-5 開庁時間：月～金 8:30～17:15（土日祝・年末年始は閉庁）

# 求人検索の方法や 求人票の見方を知りたい



# 求人検索はこちらから

HelloWork Internet Service  
ハローワークインターネットサービス



**おすすめ！LINE登録でカンタン検索**  
(面接会などのイベント情報も随時提供しています)

ハローワーク長井  
公式LINEアカウント



その他、求人一覧冊子として、

- ① 「エルダー 60歳以上の方のための求人」
- ② 「新着ピックアップ求人」を配付しております。

また、ハローワークの窓口で一緒に求人の検索ができます。  
お一人では気付かない情報が見つかるかもしれません。



**ハローワークから  
求人情報やイベント情報を  
もらいたい**



# マイページ×LINEを使って、 求職活動をもっと便利に！！

▶ 求職者マイページを開設すると、

★ 求人情報を受け取れます！

ハローワークから求人情報をもらえればなあ・・・

>>おすすめの求人情報などハローワークからのメッセージをいち早く受け取ることができます。

ハローワークを利用中の方は、メールアドレスをハローワークに登録し、簡単な手順ですぐに開設することができます！ハローワークにお気軽にご相談ください。

▶ 公式LINEアカウントに友だち登録すると、

★ 求人検索が簡単にできます！

検索条件を毎回入力するのがめんどろなあ・・・

>>ハローワーク長井周辺の求人情報をクリックするだけのシンプル操作で検索することができます。

★ イベント情報やお得情報を受け取れます！

ハローワークに行かなくても面接会の開催情報をもらえればなあ・・・

>>面接会などのイベント情報や就職に役立つお得情報を定期配信しており、家にいながら最新情報を受け取ることができます。

2次元コードまたはIDから友だち追加できます。

公式LINEアカウント



LINE ID

@603ujfuu

ハローワーク長井 TEL : 0238-84-8609

長井市幸町15-5 開庁時間：月～金 8:30～17:15（土日祝・年末年始は閉庁）

# 履歴書や職務経歴書の 書き方を知りたい



# ハローワークでは、応募書類の作り方について 2種類のパンフレットをお配りしています。

## ①「応募書類の作り方」パンフレット

履歴書を中心に応募書類作成に当たっての注意点やポイントについてご紹介しています。職務経歴書作成のポイントや応募書類提出の際の注意点も記載されています。



## ②「職務経歴書の作り方」パンフレット

職務経歴書の作成手順や記載例、参考となるキーワードなどをご紹介しています。職務経歴書は、履歴書では書ききれない具体的なキャリアやあなたのやる気をアピールするためのものです。このパンフレットを参考に、アピール力ある職務経歴書を作りましょう。



# 応募書類の書き方や 面接に不安がある



# ハローワークでは、応募書類作成指導や 模擬面接を行っております。

①ハローワークでは、履歴書や職務経歴書の書き方の添削指導をしています。



②ハローワークでは、面接対策のパンフレットをお配りしています。

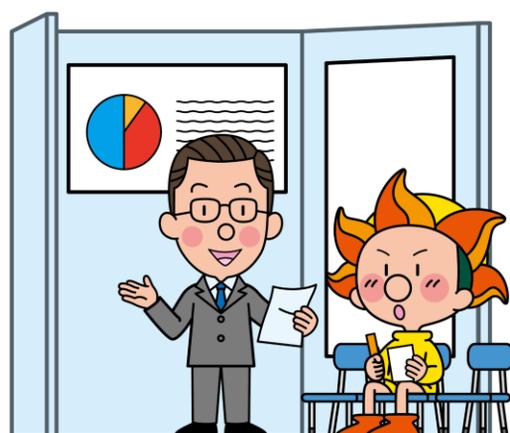
よく聞かれる質問、面接官が見ているポイントなど



③ハローワーク職員が面接官やアドバイザーとなり、実践形式の面接練習ができます。



# 求人説明会や 職場見学会に参加したい

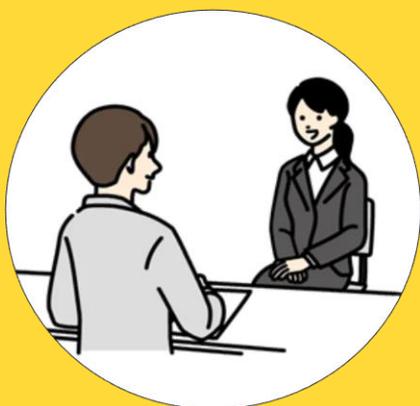


# ハローワーク長井では面接会等イベントを 随時開催しています！！

## テーマは「貴方と企業を結つつなぐ」

ハローワークが就職面談会や求人説明会などを通じて、仕事をお探しの方が良い会社と出会えるお手伝いをします。（「結つつなぐ」は長井弁で「結ぶ」を意味します。）

### ① 就職面談会



- ✓ 1日で複数の企業と面談することができます！

### ② 求人説明会



- ✓ 事業所の担当者から仕事内容を聞くことができます！

### ③ 職場見学会



- ✓ 仕事の様子や会社の雰囲気を知ることができます！

### ④ 各種セミナー



- ✓ 就職活動のヒントとなる話を聞くことができます！

# ハローワークに行く 時間がない (自宅でもハローワークを利用したい)



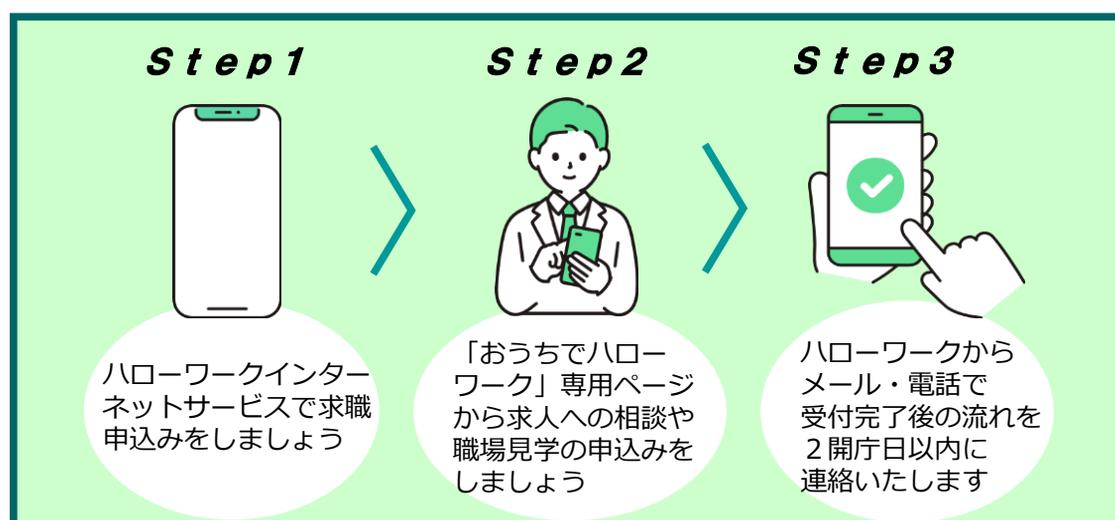
自宅で就活♪  
スマホで楽々♪

在職中や育児中、遠距離など  
ハローワークへの来所が難しい方対象 /

# おうちでハローワーク

## おうちでもハローワークを 利用してみませんか？

ハローワークに行かなくても、自宅などでスマホから求人に関する相談や職場見学の申し込みが出来るようになりました！ぜひお気軽にご利用ください！なお、ご利用にあたっては、事前にハローワークに求職申し込みを行う必要があります（オンライン登録も可能です）。



求職申し込みがお済みでない方はこちらから →



「おうちでハローワーク」専用ページはこちら →



### LINE登録で申し込みがさらに便利に！ >>>>

公式アカウントに友だち登録で、もっと簡単、便利に申し込みができます。



公式LINEアカウント

LINE ID

@603ujfuu

ハローワーク長井 TEL : 0238-84-8609

長井市幸町15-5 開庁時間 : 月～金 8:30～17:15 (土日祝・年末年始は閉庁)

# 55歳以上での就職活動の ポイントを知りたい



# 55歳からはじめる就職活動のポイント



55歳にもなると再就職は難しい...と考える方もいらっしゃるかと思いますが、少子高齢化が急速に進展し人口が減少する中で、年々企業の人材不足が大きな課題となっており、**シニア層の人材を活かして企業で活躍してもらおうと考える企業が増えております**。その状況をチャンスと捉え、再就職を成功させるためのポイントをご紹介します。

## 高齢者の就職状況

ハローワーク長井管内の就職者数

年度	年齢計	うち数		
		55～59歳	60～64歳	65歳以上
令和2年度	966	95	110	70
令和3年度	967	85	92	73
令和4年度	901	71	104	89
令和5年度	917	105	100	108
令和6年度	896	78	106	132

**Q：55歳になると、再就職は難しいのでしょうか？**

**A：いえ、実はシニア層を採用する企業は増えています**

令和6年度のハローワーク長井管内における就職者数は、55歳～59歳で78人、60歳～64歳で106人、65歳以上では132人となり、年々増加しております。

経験職種と就職職種 トップ5（ハローワーク長井管内の55歳以上求職者対象）

令和6年度	経験職種トップ5		
	55～59歳	60～64歳	65歳以上
1	機械組立	製品加工	施設介護
2	一般事務	機械組立	一般事務
3	施設介護	施設介護	調理
4	調理	一般事務	機械組立
5	接客・給仕	調理	販売



令和6年度	就職職種トップ5		
	55～59歳	60～64歳	65歳以上
1	機械組立	一般事務	清掃等
2	一般事務	清掃等	調理
3	施設介護	福祉・介護 専門職	介護
4	農業	調理	機械組立
5	販売	乗用車運転	一般事務

**Q：シニア層はどんな職業に就職しているのでしょうか？**

**A：未経験の職業に就職する方が増えています**

令和6年度のハローワーク長井管内において、55歳以上が再就職先として選んだ職種として「清掃等」や「調理」などが多く、経験してきた職業ではなく、経験のない職業に再就職する方が増加しております。

**Q：企業はシニア層にどんな仕事をしてもらいたいと考えているのでしょうか？**

令和7年8月時点で、ハローワーク長井管内における「60歳以上応募歓迎求人」のうち、求人件数の多い仕事内容トップ5は右図のとおりです。

60歳以上応募歓迎求人 仕事内容トップ5  
(ハローワーク長井管内の求人対象)

	仕事内容トップ5
1	サービス（調理、接客等）
2	運転手（タクシー、配送等）
3	土木・建設
4	製造
5	清掃、倉庫作業等

## 再就職を成功させるための2つのポイント

### 1 自分ができる仕事を探す



「これまでしてきたこと」で仕事を探しがちですが、職業経験にとらわれず、今の自分に「**できること**」や「**必要とされていること**」で仕事を探すことが大切です。

### 2 自分とどう折り合いをつけるか



**過去の自分（これまでのキャリア）や希望する労働条件をこだわりすぎず、一から始めることに「新しい出会いややりがいがある」と**思えることが大切です。

## 再就職に成功した人からのアドバイス

- 自分の生活を今後どうしていきたいかを考え、**「いつまでに就職を決める」と目標を決める**。また、**必ずしも希望する仕事が見つかる保証はなく、予想以上に時間がかかる**ことを伝えたい。
- 経験してきた仕事にこだわらない、経験していない仕事も積極的に応募してみる。自分の希望をどこまでなら譲れるのか、優先順位も大事。**柔軟な考えが成功のカギ**。
- 求人はいつ出て、いつなくなるかわからないので、**迷ったら応募してみると思わぬ出会いがある**。

情報発信中



ハローワーク長井  
ホームページ



ハローワーク長井  
公式LINEアカウント



ハローワークイン  
ターネットサービス

**ハローワーク長井**（長井公共職業安定所）

長井市幸町15-5

TEL : 0238-84-8609

開庁時間 : 月～金 8:30～17:15（土日祝・年末年始は閉庁）