

長野市
おしごと
相談窓口 ガイドマップ

みんなでいっしょにつながって
サポートしています

地域就労支援センター
Jobサポ
⑯ 地域就労支援センター (Jobサポ)
Tel 050 (2000) 7228

⑯ 長野県長野地域振興局
Tel 026 (234) 9527
南県町686-1 長野合同庁舎 本館1階

⑬ 長野シルバー人材センター
Tel 026 (237) 8315
鶴賀西鶴賀町1481-1

⑨ ポリテクセンター長野
Tel 026 (243) 7856
吉田4-25-12

⑫ ハローワーク長野 福祉・就労支援コーナー
(ジョブ縁ながの) Tel 026 (224) 8467
鶴賀緑町1613 長野市役所第二庁舎2階 生活支援課内

⑪ 長野市生活就労支援センター
まいさほ長野市 Tel 026 (219) 6880
鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター2階

⑭ 長野地域職業訓練協会
Tel 026 (221) 0505
大豆島4034

⑩ 長野圏域障害者就業・生活支援センター
ウイズ Tel 026 (214) 3737
中御所3-2-1 カネカビル1階

① ハローワーク長野
Tel 026 (228) 1300
中御所3-2-3

② 長野障害者職業センター
Tel 026 (227) 9774
中御所3-2-4

⑰ 長野市南部障害者相談支援センター
Tel 026 (274) 5871
川中島町今井1387-5 ハーモニー桃の郷 3階

⑮ 長野技術専門学校
Tel 026 (292) 2341
篠ノ井布施五明3537

① ハローワーク篠ノ井
Tel 026 (293) 8609
篠ノ井布施高田826-1

⑰ 長野市障害者相談支援センター
Tel 026 (224) 8730
新田町1485-1 もんぜんぷら座 6階

⑧ ながの若者サポートステーション
Tel 026 (213) 6051
新田町1482-2 ロン都新田町ビル

ながのワークステーション
新田町1485-1 もんぜんぷら座4階

③ 長野新卒応援ハローワーク
Tel 026 (228) 0989

⑥ ジョブカフェ信州 長野分室
Tel 026 (228) 0320

④ ハローワーク長野マザーズコーナー
Tel 026 (228) 0333

⑤ ハローワークぷら座長野
Tel 026 (267) 7895

⑦ 長野市職業相談室
Tel 026 (224) 7021



もんぜんぷら座

長野駅

長野市役所

エムウェーブ

権堂駅

北長野駅

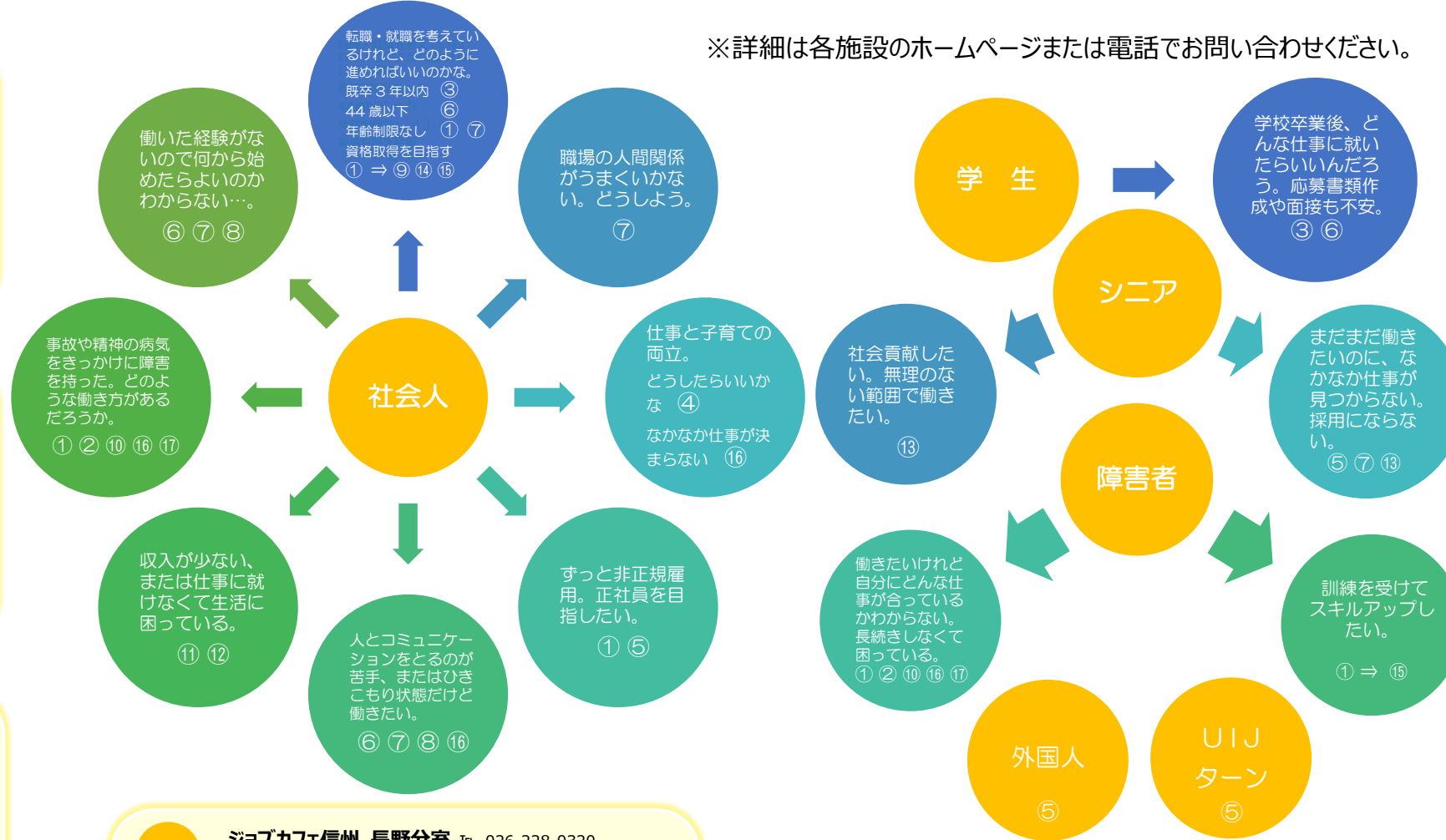
篠ノ井駅

長野市就労相談団体連絡会議
発行：長野市商工労働課雇用促進室
Tel 026 (224) 7492

ながのご縁を信都・長野市

相談は無料です。秘密は厳守します。

※詳細は各施設のホームページまたは電話でお問い合わせください。



1 ハローワーク長野 Tel. 026-228-1300
ハローワーク篠ノ井 Tel. 026-293-8609
ハローワーク須坂 Tel. 026-248-8609

“ひと、くらし、みらいのために”

【対象】お仕事を探している方
 求人受取や職業の紹介、雇用に関する各種相談・指導を行っています。退職者に対しては一定の生活水準の維持と就職に向けた各種の支援を行うなど、雇用の安定を図っています。管轄については、長野労働局HPを確認してください。

2 長野障害者職業センター Tel. 026-227-9774
 [月～金：8時45分～17時、土日祝休み]

“らしく、はたらく、ともに”

【対象】求職中または在職中で、障がいがある方
障害者手帳の有無は問いません
 障がいがある方の就職や職場定着をサポートします。「働く上での得意なことや苦手なことがよく分からない」「就職活動に取り組んでいくポイントを知りたい」「長続きする働き方を知りたい」といったお悩みがあればご相談ください。(予約制)

3 長野新卒応援ハローワーク Tel. 026-228-0989
 [月～金：9時～17時30分、土日祝休み]

“学生の皆さんの就職活動を支援します！”

【対象】大学院、大学、短大、高専、専修学校
高校などの学生・生徒および卒業後3年以内の方
 * マンツーマンで就職を支援。心理面もサポートします
 * 学生対象の就職面接会および企業説明会を開催
 * 自己分析、履歴書添削、模擬面接などの就職対策セミナーがあります (予約制)

4 ハローワーク長野マザーズコーナー
 Tel. 026-228-0333
 [月～金：9時～17時30分、土日祝休み]

“子育て中の仕事探しは「マザーズ」で”

【子育てをしながら働きたい、パパ・ママに】
 キッズコーナー・授乳室を設置。ベビーカーのお子さま連れでも安心して、気軽に相談できます。保育所などの子育て支援に関する情報の提供、子育てと両立しやすい仕事の紹介などを行っています。

5 ハローワークぷら座長野 Tel. 026-267-7895
 [月～金：9時～17時30分、土日祝休み]

“外国人・就職氷河期・シニア・UIJ ターン支援します”

【対象】日本での就労ビザがある外国人、概ね35歳以上55歳未満の正社員での就職を希望している方のうち正社員期間が短い方、60歳以上で求職中・在職中の方、長野県へのUIJ ターン希望の方
 求人情報提供、紹介・悩み相談等を行っています。
 * 就職氷河期世代対象の各種セミナー等をご案内 (予約制)
 * 日本で就業希望の外国人を各機関へ誘導

6 ジョブカフェ信州 長野分室 Tel. 026-228-0320
 [月～金：9時～17時15分、土日祝休み]

“長野県が運営する若者の就業を支援する施設です”

【対象】44歳以下の方
 * 個別面談 (対面、Zoom) で就職、転職に関する相談に応じます。
 * 就労体験、職業適性診断、書類添削、面接指導も行っていきます。
 * 就活に役立つセミナーを随時開催します。
 * 出前講座で学校の職場体験学習、就職活動等を支援します。

7 長野市職業相談室 Tel. 026-224-7021
 [月～金：9時～17時30分、土日祝休み]

“あなたが笑顔で元気に働けるよう
キャリアコンサルタント/産業カウンセラーと一緒に考えます”

【対象】年齢問わずどなたでも
 就職の迷い、転職の不安、職場の悩み等、ご本人はもちろん、ご家族からの相談、電話相談などもお受けします。
 * ハローワーク求人票の閲覧ができます
 * 夜間カウンセリング(毎月第2火曜日)、心理カウンセリング(毎月第2、第4火曜日)社会保険労務士による労働相談(毎月第2木曜日)は予約制

8 ながの若者サポートステーション Tel. 026-213-6051
 [月～金：10時～18時、土日祝休み]

“さあ 就労準備を一緒にしましょう！”

【対象】15歳から49歳
 就労する事への不安や悩みを聞かせてください。私たちスタッフと一緒に考えていきましょう。あなたに合わせたステップ (プログラム) で進めていきます。(予約制)

9 ポリテクセンター長野 Tel. 026-243-7856
 [月～金：9時20分～15時40分、土日祝休み]

“ハロートレーニング ～急がば学べ～”

機械、電気、建築関連への再就職を目指す方を対象とした公共職業訓練です。初めての方、女性の方も安心して受講できます。訓練とともに就職支援も充実！受講料は無料です。(別途、教科書代は実費)

10 長野圏域障害者就業・生活支援センター ウィズ
 Tel. 026-214-3737 [月～金：9時～17時30分、土日祝休み]

“働きたい！働きたい！を応援します”

【対象】障害のある方、障害者手帳の有無は問いません
 一般企業で働きたい方や現在働いている方で、仕事や生活でお困りのことがありましたら、まずはご相談ください。

11 長野市生活就労支援センター まいさば長野市
 Tel. 026-219-6880
 [月～金：8時30分～17時15分、土日祝休み]

“悩んだら、まずは相談！”

【生活に困っている方は誰でも相談できます】
 なかなか仕事が見つからない、病気や借金があり生活が不安、といった悩みを受けとめ、課題を整理して解決に向けて支援します。きめ細やかに支援しますので、ひとりで悩まずご相談ください。

12 ハローワーク長野 福祉・就労支援コーナー
(ジョブ ながの) Tel. 026-224-8467
 [月～金：9時～17時、土日祝休み]

“あなたと仕事を結び”

【対象】生活保護、児童扶養手当を受けている方
生活困窮のため福祉窓口で相談している方
 * 長野市役所内で、ハローワーク長野の相談員2名が職業相談、求人情報提供、職業紹介などの就職支援を行います。
 * 最新の求人情報を閲覧できる検索端末2台設置

13 長野シルバー人材センター Tel. 026-237-8315
 [月～金：8時30分～17時15分、土日祝休み]

“生涯現役、生き生きシルバー”

【対象】健康で働く意欲のある60歳以上の方
 シニア層のライフスタイルに合わせた請負・派遣等の形態による臨時的・短期的な仕事を提供し、シニアの生きがいの充実や社会参加を図ります。また、仕事の提供により、企業の人手不足を支えます。

14 長野地域職業訓練協会 Tel. 026-221-0505
 [月～金：8時30分～17時15分、土日祝休み]

“技術を磨き、仕事に趣味に”

* 職業訓練センターでは、PC講座 (入門からビジネス活用コース) および2級建築士受験準備講座 (学科、製図コース) を開設しています。
 * 職業訓練校では、技能向上を目指し、技能士資格 (木造建築・板金・畳) 取得の訓練を実施中。

15 長野技術専門学校 Tel. 026-292-2341
 [月～金：8時30分～17時15分、土日祝休み]

“公共職業訓練実施中です！”

【対象】新卒者、求職者、在職者、障がい者
 * 普通課程 (1年間) …機械加工科、電気工学科、画像処理印刷科、木造建築科
 * 短期課程 (原則3か月) …PC、介護、医療事務 他
 その他、在職者のためのスキルアップ講座、2年間のコース (介護福祉士養成科など) もあります。

16 地域就労支援センター (Job サポ)
 Tel. 050-2000-7228
 [月～金：9時30分～17時30分、土日祝休み]
長野県長野地域振興局 Tel. 026-234-9527

“一緒に就職の夢を叶えましょう！”

【対象】女性、障がい者の方、ひきこもり状態にある方等
 職業紹介を行う専門のアドバイザーが、お仕事にお困りの方の意向等を伺いながら伴走型で事業者とのマッチングを実施します。

17 長野市(北部/南部)障害者相談支援センター
 Tel. (北部) 026-217-2281 (南部) 026-274-5871
 [月～金：8時30分～17時15分、土日祝休み]

“あなたの暮らしを応援します”

【対象】長野市にお住まいの障がいのある方やそのご家族等
 長野市障害福祉課から委託を受け、市内にお住まいの障がいのある方から、無料でご相談に応じる総合相談窓口です。障害福祉にかかわる制度や障害福祉サービス等のご相談をお受けします。