

若者の就職応援「キャリアラボ UEDA」

就職支援プログラム説明会

まずは相談だけで OK。

あなたに合った「はたらく一歩」を一緒に考えます。

就職や働くことへの不安、仕事選び、地元企業との出会いをサポートする無料プログラムです。

「自分に合った働き方を見つけたい」「何から始めたらよいかわからない」「働くことに少し不安がある」そんな方に向けて、個別相談、自己理解、仕事選び、デジタル基礎講座、職場見学・職場研修などを通じ、一人ひとりに合った就職へのステップをサポートします。

キャリアラボ UEDA でできること

個別相談 今の状況や希望を整理し、自分に合う進め方を一緒に確認します。	自己理解・仕事選び 強み・不安・働き方の希望を整理し、仕事選びにつなげます。	デジタル基礎 メール、資料作成、AI 活用など仕事で役立つ基本を学びます。	職場研修・定着支援 地元企業を知り、実際の仕事に触れながら就職後も支援します。
--	---	--	--

「話だけ聞いてみたい」「自分が対象になるか知りたい」「今すぐ就職するかは決めていないけれど少し気になる」方も歓迎です。

開催概要

日 程	令和 8 年 10 月 2 日(金) 10:00～(所要時間 30 分程度)
場 所	ハローワーク上田 2F 会議室
対象者	上田市内で就職を希望する概ね 35 歳までの方 ※お仕事を探している方、転職を考えている方、移住・Uターンを検討している方など
定 員	10 名程度
内 容	①キャリアラボ UEDA の内容・参加方法の説明 ②個別相談のご案内 ③希望者向け個別相談
参加費	無料
相談・申込み	シードジャパン株式会社 TEL: 0120-45-8155 または MAIL: online@seed-japan.jp までお申し込みください。

※当日のご参加も可能です。

※日程が合わない方は、個別相談やオンライン相談も可能です。お気軽にお問い合わせください。

主催：上田市 受託運営：シードジャパン株式会社 協力：ハローワーク上田
〒386-0407 長野県上田市長瀬 3607 TEL: 0120-45-8155 (平日 9:00～17:30)
担当：上田市若者支援コーディネーター 友成