

## 就職支援セミナー

オンライン受講／会場受講

※どちらかを選択できます



# 知らないと損する! 労働関係法律のリアル

就職してからの「こんなはずじゃなかった」を防ぎ、働くための法律やルールを知ることで、自己防衛を図りましょう。

事例を見ながら、わかりやすく伝えます。企業選びの時にも役立ちます！



求人情報のここを見る！

求人票で気をつけたいポイントを  
ご紹介します。



その給料って妥当？

お給料の考え方、金額や受け取り  
方なども知りましょう。



働く時間が長すぎる・・・？

働く時間や休日の考え方は複雑で  
す。会社はルール通りに労働時間  
を設定していますか？



人間関係のトラブルに備える

ハラスメントなども働く中では大  
問題！しない、受けないためにも正  
確な知識を身につけます。

開催

2026年3月5日(木) 13:30～15:30

講師

ジョブカフェ信州就業支援地域アドバイザー

高橋 知也 氏 (キャリアコンサルタント)

定員

オンライン10名、会場10名 (最少催行人数2名)

\*最少催行人数に達しない場合は  
中止となります。

申込締切

2月27日(金)

対象

44歳以下の方 \*就活中や就活準備中の学生さんの参加も歓迎です♪

受講方法

MicrosoftTeams を利用したオンライン受講 \*開催前日までに入室用ID等をご連絡します。

または、もんぜんぷら座8階801会議室で会場受講 どちらかで受講いただけます。

\*会場受講をご希望の方は電話またはメールにてお申し出ください。

参加するには事前のお申込みが必要です。

ホームページ、電話又はジョブカフェ信州長野分室へお申込みください。

〒380-0835 長野市新田町1485-1 もんぜんぷら座4階

【電話】026-228-0320

【E-mail】jobcafe-shinshu@pref.nagano.lg.jp



ホームページ X (旧Twitter)