

Job サポは 女性の就業を応援します



インターン体験
募集中!

マイインターン プログラム

対象となる方

- 長野県にお住まいの女性
- 「Job サポ」にご登録済みの方
- をいずれも満たす方

マイインターンプログラムとは?

女性向けのインターンシッププログラムです。
仕事復帰に不安がある方でも「おためし企業」で働き、
安心して就業できる環境をサポートします。



ブランク有りでも
仕事復帰したい



働ける時間に
制限がある



事前見学で
不安をなくしたい

職場見学コース

1~2日

おためし感覚
で体験したい方向け!

業務体験コース

3~14日

しっかり就業
で体験したい方向け!



参加費・託児費

すべて無料

お問い合わせ先

受付時間：平日 9:30~17:30



050-2000-7228

メール：ADE.JP.nagano-shugyo@jp.adeco.com

長野 長野県長野市南千歳1丁目12-7 新正和ビル 6F

松本 長野県松本市深志2丁目5-2 県信松本深志ビル 4F

WEB



INSTAGRAM



長野県 Jobサポ 検索

地域就労
支援センター

Job
サポ!

職場見学コース

1～2日

内容

職場見学・事業説明・社員との交流など
企業との相談で決定します

雇用関係

雇用関係なし

給与/保険

なし ※業務体験があれば別途相談

時間

10:00～15:00 の中でご相談により
決定します

POINT

おためし感覚で就業体験ができる！

短期間で体験が可能なので、早めに就業
を希望する方にもおすすめです。

業務体験コース

3～14日

内容

職場見学・業務体験・教育研修・社員との
交流など、実務に近い体験をご用意します

雇用関係

受け入れ事業所による短期契約（時給制）

給与/保険

給与支給、業務上必要な保険に加入

時間

10:00～15:00 の中でご相談により
決定します ※双方が合意すれば延長可能

POINT

最長14日間のしっかり体験型！

3日～14日と期間が長いので、仕事復帰
に不安がある方にもおすすめです。

マイインターンの流れ

インターンシップ開始から就業まで、Job サポ事務局が求職者の方に寄り添いお手
伝いします。ステップごとにご希望や感想を伺いますので不安がある方でも安心し
てご参加いただけます。

STEP

01

求職者の方へインターンのご紹介

求職者の方へ、インターンシップの制度や、受け
入れ企業をご紹介します。インターンシップを希
望する企業がありましたら、お知らせください。



STEP

02

企業へご希望者をご紹介します

企業に対し、事務局よりインターンシップのご希
望者をご紹介します。コースや参加日程、時間な
どの詳細を、ご希望者と企業の間に入り、事務局
が調整します。



STEP

03

託児の手配（必要な方）

託児のお手配はご自身で行っていただきますが、
託児費用は事務局がお支払いいたします。
託児事業所より発行された請求書を事務局へ
ご提出ください。



STEP

04

インターンシップの開始

安心してインターンシップ初日を迎えられるよう
担当者がサポートします。インターンシップにて、
業務のイメージや職場の雰囲気を体験します。



STEP

05

インターンシップ終了後のフィードバック

インターンシップ終了後、感想をお伺いします。
企業からのフィードバックがあればお伝えし、
今後のお仕事に活かしましょう。
その後、参加企業へ応募のご意向を伺います。



STEP

06

就業に向けて

インターンシップ企業への応募を希望される場
合には、応募・選考のステップをお手伝いします。
応募を希望されない場合には、引き続き就業に
向けての活動をお手伝いします。



地域就労 支援センター

Job
サポ!

地域就労支援センター Job サポ! は、
さまざまな事情によりお仕事探しに
お困りの方をサポートする長野県の
就業支援事業です。

地域就労支援センター
Job サポ! 事務局

お問い合わせは
Jobサポまで

050-2000-7228

受付時間：平日 9:30～17:30 メール：ADEJP.nagano-shugyo@jp.adecco.com

長野 長野県長野市南千歳1丁目12-7 新正和ビル 6F

松本 長野県松本市深志2丁目5-2 県信松本深志ビル 4F