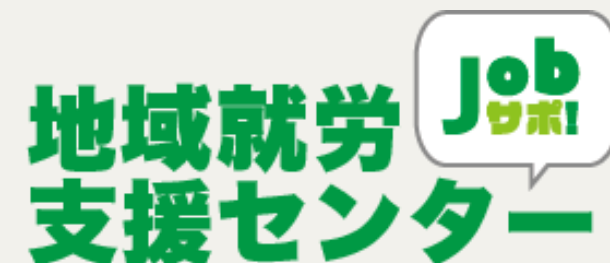


地域就労支援センター Jobサポ

職場見学・体験プログラム 『ためしご！』のご案内



地域就労支援センターJobサポ事務局
受託運営会社：アデコ株式会社

職場見学・体験プログラム『ためしご！』とは？

Jobサポでは4つのタイプをご用意しております

『ためしご！』は、長野県が主催する職場見学・体験プログラムです。

仕事内容や職場の雰囲気を知る“第一歩”として、気軽に参加しやすい仕組みとなっています。

未経験の方やブランクのある方とも早い段階でお互いを知ることができ、納得感のある採用や定着につながります。

また、企画から受け入れまで担当者がサポートすることで、ご負担を抑えて進めていただけます。

【令和8年度の変更】
従来のプログラムから内容を拡充し、対象を女性に限らずすべての求職者へ広げるとともに、団体コースを新設しました。

ひとりでみるしご！ 個人型 × 見学コース

＜短時間の個別見学＞
業務負担を抑えながら、参加者に自社への理解を深めてもらうことができます。

ひとりでやるしご！ 個人型 × 体験コース

＜現場で個別の業務体験＞
職場の魅力や働き方に加え、就業イメージを丁寧に伝えることができます。

みんなでみるしご！ 団体型 × 見学コース

＜複数名の同時見学＞
職場の魅力や働き方を、効率よく伝えることができます。

みんなでやるしご！ 団体型 × 体験コース

＜複数名での合同体験＞
実際の職場に近い環境での体験を通じ、仕事の流れや雰囲気を具体的に共有できます。

『ためしご！』のコース内容

『ためしご！』では、目的に応じて2つのコースを設定しています。
御社の求める人材像や受け入れ体制に応じて、コースを選んでいただくことができます。

1

みるしご！ 職場見学コース 【1時間～7時間】

内容	職場見学・事業説明、 社員との交流 など
時間	10：00～17：00の中で設定
雇用関係	なし
負担いただく 費用	必要に応じた保険加入

2

やるしご！ 業務体験コース 【1日～5日】

内容	職場見学・社員との交流 業務体験・教育研修 など
時間	10：00～17：00の中で設定 必要に応じ変更が可能
雇用関係	必要に応じ短期雇用契約
負担いただく 費用	給与、必要に応じた保険加入

みるしご！

職場見学コース【1時間～7時間】

職場の雰囲気を見る・知ることを重視

1時間～7時間で、職場の見学や、社員との交流を通して
職場の雰囲気をイメージしていただくコースです。
個人型「ひとりでみるしご!」、団体型「みんなでみるしご!」がごございます。

【想定されるコース内容例】

10:00～10:30 オリエンテーション

10:30～11:30 職場見学・業務体験

業務説明を交えながら、職場内を順に見ていただき、
働く風景をイメージいただきます。

11:30～12:00 社員との交流会

実際に働く社員と懇談していただき、質問できる環境を準備することで
入社後のイメージをもっていただきます。



1

やるしご！ 業務体験コース【1日～5日】

業務の流れや仕組みを体験することを重視

1日～5日間で、実際の業務を体験していただくコースです。

業務内容の理解を深めると同時に適性を見極めを行うことが可能です。

個人型「ひとりでやるしご！」、団体型「みんなでやるしご！」がございます。

※業務体験コースで労働が発生する場合には、労働時間に応じた賃金のお支払い（最低賃金以上）をお願いしております。



【想定されるコース内容例】

10：00～10：30 オリエンテーション

10：30～11：30 職場見学・業務体験

業務説明を交えながら、職場内を順に見ていただき、働く風景をイメージいただきます。

11：30～12：00 社員との交流会

実際に働く社員と懇談していただき、質問できる環境を準備することで、入社後のイメージをもっていただきます。

13：00～15：00 業務研修

2日目以降に体験いただく業務について、研修を実施します。

2日目以降 業務体験

※業務体験にあたっては、労働者が加入すべき保険への加入手続きをお願いしております。

※業務体験実施前に、作業工程の確認等必要な教育研修を実施してください。



ご参加の条件

職場見学・体験プログラム『ためしご!』のご参加に際しては、
下記の条件を満たしている企業にご協力をお願いしております。

1

労働関連法規の 順守

- ・ 見学・体験希望者の受け入れに必要な労働関連法規の順守
- ・ 安全衛生上の必要な配慮を行うこと
- ・ 必要に応じた雇用契約や保険加入を行うこと

2

受け入れ体制の 整備

- ・ 見学・体験希望者を受け入れ、就業に必要な見学または教育・業務体験を実施いただけること
- ・ 安全衛生上必要な配慮を行っていただくこと

3

受け入れ後の フィードバック

- ・ 見学・体験の実施後に、参加者の業務態度及び適性等について、今後に向けてのフィードバックへご協力いただけること

4

Jobサポへの 求人のご登録

- ・ Jobサポへ求人を登録していただけること
- ・ 1年間更新のない求人は取下げとなるため、内容が変更になった際は適時更新・取り下げの連絡をいただけること

職場見学・体験プログラム『ためしご！』 受け入れの流れ

『ためしご！』の導入にあたっては、コースのご提案から終了後のフィードバックまで、事務局よりご案内・ご提案をさせていただきます。

1

ご説明

見学・体験プログラムの内容をご案内させていただきます。受け入れコースを検討、実施内容の相談、決定の上、準備を進めていきます。

※Jobサポへの求人のご登録が必要です。

2

参加希望者のご紹介

プログラムへの参加希望者をご紹介します。日程等の調整については事務局より連絡させていただきます。

3

参加希望者の受け入れ

プログラムが無事に実施されるよう、事務局が参加希望者との間に立って事前確認・フォローをいたします。

4

終了後のフィードバック

プログラム終了後、参加者の業務態度等についてヒアリングへのご協力をお願いいたします。参加者が応募を希望した場合、応募促進を行います。

よくあるご質問

【プログラムについて】

Q.職場見学・体験の受入れが初めてでも大丈夫ですか？

はい、問題ありません。
本プログラムは、受入れ未経験の企業でも対応しやすいよう、進行表に沿って実施できる定型プログラムとなっています。

Q.特別なプログラムや課題を用意する必要がありますか？

必要ありません。見学・説明・交流は、通常業務の様子をご案内いただくだけで構いません。
体験コースの場合も、業務をイメージできるような作業体験を無理のない範囲で行っていただきます。
社内で利用しているオリエンテーションの流用も可能です。

Q.団体型コースとはどんな内容ですか？

あらかじめ決まった日程で、複数名で実施するコースのことです。詳細につきましては、開催決定後に別途ご連絡いたします。

【運営にあたって】

Q.参加者の評価や選考は必要ですか？

必要ありません。本インターンシップは、評価・選考を目的としていません。参加者へのフィードバックや成果物の提出も不要です。Jobサポへのフィードバックのみご協力をお願いいたします。

Q.見学・体験実施中に、内容を変更しても問題ありませんか？

内容・終了時刻ともに、原則として事前に提示した条件内での実施をお願いいたします。ただし、求職者の体調不良など状況に応じた調整は問題ありません。

Q.Jobサポの担当者は同行していただけますか？

原則同行はいたしません。ただし、団体型コースの場合は初日と最終日のみ同行いたします。

【ルール】

Q.体験コースの場合、賃金や保険の扱いはどうなりますか？

実作業を行う日は、労働として取り扱います。そのため、体験開始前に労働契約の締結および労働保険等への加入をお願いしています。なお、雇用契約の締結が難しい場合は、見学コースのみの実施となります。

Q.写真撮影やSNSへの投稿は可能ですか？

守秘義務や情報管理の観点から、撮影・投稿については事前に参加者へ書面にて承諾を得てください。

お問い合わせ・お申し込みは

**地域就労支援センター
Jobサポ事務局**

電話：050-5536-8234 （平日9：30～17：30）

メール：ADE.JP.nagano-shugyo@jp.adecco.com

事務局所在地： 長野県長野市南千歳1-12-7新正和ビル6F
長野県松本市深志2-5-2県信松本深志ビル4F