



NIIGATA
PREFECTURE



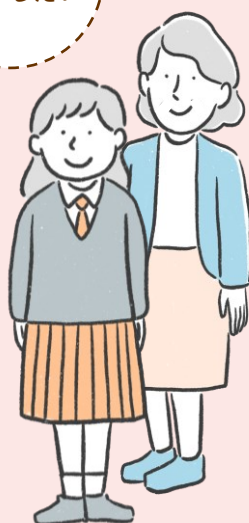
Niigata
City

令和7年度 新潟県・新潟市ひとり親家庭等就業・自立支援センター事業
(一般社団法人 新潟県ひとり親家庭福祉連合会「ひとり親家庭等就業支援事業」)

ひとり親家庭のお母さん・お父さんへ 仕事や就活での悩みを お聞かせください。

相談
無料

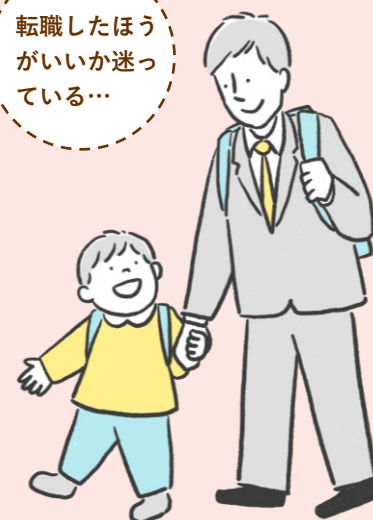
もう少し収入
を増やしたい



自分に合った
仕事をしたい



転職したほう
がいいか迷っ
ている…



再就職に自信
が持てない…



経験豊富な相談員と一緒に解決します！
お仕事の悩みごと、困りごとをお聞きします。
一人で悩まず、ぜひご相談ください。

転職

収入

適職

応募先

応募書類

面接対策

etc…

● 対 象 ●

新潟県内のひとり親の方、
これからひとり親になる
かもしれない方



相談方法が選べる

出張・来所・オンラインなど
相談方法を選べます。

出張 新潟県内全域

来所 新潟・長岡・上越

オンライン

電話

メール

土・日や夜間の相談可

平日・土・日は20:00まで相談
に対応しています。お仕事の
後やお休みの日など、ご希望
に合わせてご相談できます。
(メール相談は24時間受付)

子どもと一緒にでもOK

出張相談や来所相談は、お子様
と一緒にOK！子どもが小さく
離れるのが不安な方や周囲に預
け先がない方もお気軽にご利用
ください♪

おしごと相談の流れ・ご予約については、裏面をご覧ください

最新イベントやしごと・生活に役立つ情報を発信中♪



友だち登録受付中！
@862gdctu



新潟×シングルマザーの
“おしごと”応援団
@1oya_niigata

WEBサイト



相談予約・セミナー申込み 受付中！

ひとり親家庭の就業相談 新潟

検索

niigata-hitorioya.com



「ひとり親家庭等就業支援事業」は、株式会社エム・エスオフィスが委託を受けて実施しております。

ひとり親家庭向け「おしごと相談窓口」のご案内

相談
無料

ひとり親家庭の方の「おしごと」の悩みに、専門の相談員が応じます。

相談予約



おしごと相談

専門の相談員が希望の働き方への実現に向けてアドバイスします



就活サポート

応募書類や面接対策のサポートを行います



情報提供

支援制度や資格取得制度、求人情報などもお伝えします



※ご相談内容により変更となる場合がございます。

／ 選べる5つの相談方法 ／

出張相談

事前予約制

●新潟県内全域 ご希望の場所（ご自宅・公共施設・飲食店等）に相談員が出張訪問いたします。

求職活動
実績対象

オンライン 相談

事前予約制

●外出を控えたい方におすすめです。
※ご予約確定後、オンラインツール（Zoom等）のURLをお送りします。

来所相談

事前予約制

新潟 相談所

株式会社 エム・エスオフィス
（新潟市中央区天神1-12-8 LEXN B 5階）

長岡 相談所

株式会社 エム・エスオフィス
（長岡市坂之上町2-5-1）

上越 相談所

市民交流施設高田城址公園
オーレンプラザ
（上越市本城町8-1）

電話相談

一部事前予約制

※平日 17:30～20:00、
土・日 9:30～20:00のご相談は
事前予約が必要です。

メール 相談

24時間受付

※返信は翌営業日となる場合がございます。



相談時間(共通) ※メール除く

土・日・
夜間対応

平日・土・日
9:30～20:00
（祝日、年末年始を除く）

ご予約・お問合せ

WEB

ひとり親家庭の就業相談
niigata-hitorioya.com



ひとり親家庭の就業相談 新潟

検索

TEL

0258-30-1230

（平日9:30～17:30）

株式会社 エム・エスオフィス
（運営事業者）

●ひとり親家庭等就業・自立支援センター（新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ3階）での来所相談もできます。
詳しくは、025-281-5587（平日 9:30～16:30）へお問い合わせください。

2025年
セミナー
ご案内

ひとり親の方・プレひとり親の方向け

参加
無料

事前
申込

各回先着
30名

ご来場の方
全員に
女性用品を
無料配付！

セミナー詳細や
お申込みは
こちら▼



求職活動
実績対象

人気!!

適職診断で おしごとモヤモヤ解消セミナー＆ おしゃべり会

個別のおしごと相談も実施！（先着順）

「自分に向いている仕事」が気になったことはありませんか？在職中の方も、
転職を考えている方も、求職活動中の方も、これからの働き方の参考になります。
適職診断で見える、私の可能性。仕事の「モヤモヤ」を整理して解消しましょう♪

長岡

9月13日（土）
長岡市中央公民館
（長岡市幸町2丁目1-1
さいわいプラザ）

上越

10月13日（月・祝）
上越市春日謙信交流館
（上越市春日山町3丁目1-60）

新潟

11月1日（土）
新潟ユニゾンプラザ
（新潟市中央区上所2丁目2-2）

セミナー 動画配信

セミナー日程の合わない方や遠方の方など、
ぜひご利用ください！

申込制 詳しくはHPへ