就活のヒント、職業適性検査で見つけよう！

長岡サポステ出張相談会

in ハローワーク小出

「応募の職種に悩んでいる方」や「就職について相談したい方」など、ぜひご利用ください！

内　容　一般職業適性検査（GATB）

対　象　15～49 歳の現在無業で就職を希望する方

場　所　ハローワーク小出　２階　会議室

時　間　９:３０～１１:００

実施日は裏面のカレンダーをご覧ください

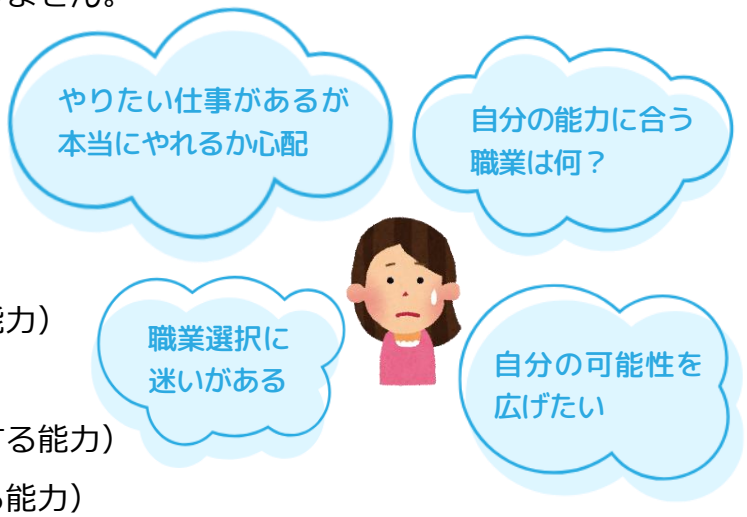
- 一般職業適性検査は無料・予約制です。雇用保険受給中の職業相談になります。
  前日までにハローワーク小出または長岡サポステまでご予約ください。
- ハローワーク及び長岡サポステの登録が必要です。検査当日にご登録できます。
- 検査時間は約 45 分間です。結果は後日、長岡サポステよりご説明いたします。
- 第２木曜日と第４火曜日の午後「魚沼市ボランティアセンター」にて、相談を実施しています。詳しくは、長岡サポステまでお問い合わせください。

一般職業適性検査（GATB）とは

仕事を遂行するうえで必要とされる代表的な７つの能力を測定することにより、能力面からみた適職領域を探ります。興味や関心を調べる検査ではありません。

測定される能力

①知的能力（一般的な学習能力、判断力）
②言語能力（言葉の理解力、言葉を使う能力）
③数理能力（数の処理能力）
④書記的知覚（文字・数字等をすばやく知覚する能力）
⑤空間判断力
（立体形の理解力、平面図から立体形をイメージする能力）
⑥形態知覚（図形を見比べて細かな違いを見分ける能力）
⑦運動共応（目で見て手の動きをコントロールする能力）



こんな方におすすめ！

2026 年度 ハローワーク小出 出張相談会 ※前日までにご予約ください

4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	○9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	○14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	○11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	○9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	○6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/31	24/31	25	26	27	28	29

9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	○10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	○8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	○12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	○10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	○14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	○4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

3月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	○11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

○ 一般職業適性検査 9:30-11:00

長岡地域若者サポートステーションとは

長岡地域若者サポートステーション（長岡サポステ）は厚生労働省委託事業です。
働くことに踏み出したい無業の若者（15～49 歳）とじっくり向き合い、本人や家族の方だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し「職場定着するまで」を全面的にバックアップする就職のための支援機関です。

主な支援内容

●就職相談　1 回 50 分　無料　予約制　●プログラム　就活セミナー、職場見学など

長岡地域若者サポートステーション ☎0258-86-7730

〒940-0062 長岡市大手通 2-2-14 米百俵プレイス東館 4F