

月	週	(1) 直近3か月の求職活動内容
(例)		RO. O. O 会社説明会 (株)□□□ RO. O. O ハローワークで職業検索 RO. O. O インターネットで(株)△△△に面接応募
___月	上旬	
	中旬	
	下旬	
___月	上旬	
	中旬	
	下旬	
___月	上旬	
	中旬	
	下旬	

月	週	(2) 今後の求職活動計画
(例)		会社説明会 (株)□□□ ハローワークで職業検索 ※日付が確定しているものは、日付も記入してください。
___月	上旬	
	中旬	
	下旬	
___月	上旬	
	中旬	
	下旬	
___月	上旬	
	中旬	
	下旬	