



シューカツ
NAGANO
応援助成金



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

長野県内での

インターンシップ等・就職活動にかかった

交通費・宿泊費[※]を

助成します！

※宿泊費はインターンシップコースのみ

シューカツNAGANO応援助成金

大学・専門学校・短期大学などに通う学生を対象に、長野県内の事業所等で実施されるインターンシップ等（就業体験）への参加や就職活動にかかった交通費・宿泊費の一部を助成します。（予算の状況により予告なく終了する場合があります）

助成の対象者

インターンシップコース

シューカツNAGANOのメルマガ登録を行った、長野県内のインターンシップ等に参加した学生（学年不問）

就職活動コース

長野県内の採用活動等に参加し、内定した卒業年次の学生

※申請時に所定の要件を満たす方に限ります
（詳しくは特設サイトまたは申請マニュアルをご確認ください）

特設サイトはこちらから





各コースについて

比較項目	インターンシップコース	就職活動コース
こんな方が対象	長野県内のインターンシップ等に参加した(する)学生 ※学年不問	長野県内企業に内定した卒業年次の学生
対象経費	交通費+宿泊費	交通費のみ
助成金額	交通費：基準額 宿泊費：最大 15,000 円 (1泊あたり上限 5,000 円(税込)×最大 3泊分)	交通費：基準額の 1/2
申請回数	2 回まで (職場いきいきアドバンスカンパニー認証企業の インターンシップ等に参加した場合は +1 回)	1 回限り

申請の手順



インターンシップコース (6ステップ)

- 
メルマガ登録
 ステップ03 インターンシップ等に参加&書類準備後でも OK
 ↳ シューカツ NAGANO のメルマガに登録
- 
マイページ登録
 ステップ03 インターンシップ等に参加&書類準備後でも OK
 ↳ 助成金マイページに新規登録
- 
インターンシップ等に参加&書類準備
 ↳ 企業から参加証明書をもらう
- 
金額を確認
 ↳ 交通費・宿泊費の基準額を確認
- 
マイページで申請
 ↳ フォーム入力+書類アップロード
- 
助成金を受け取る!
 ↳ 審査後、口座に助成金が入金

就職活動コース (5ステップ)

- 
マイページ登録
 ステップ02 内定&書類準備後でも OK
 ↳ 助成金マイページに新規登録
- 
内定&書類準備
 ↳ 企業から内定証明書をもらう
- 
金額を確認
 ↳ 交通費の基準額の1/2を確認
- 
マイページで申請
 ↳ フォーム入力+書類アップロード
- 
助成金を受け取る!
 ↳ 審査後、口座に助成金が入金



各ステップの詳しい手順・準備方法は、特設サイトより「申請マニュアル」をご確認ください

詳しくは

「シューカツ NAGANO 応援助成金 特設サイト」を
ご確認ください。



助成金の交付額

金額の確認方法

- ① 下の表からご自身の在住地域に該当する行を見つけてください
- ② インターンシップコースは「基準額」列、就職活動コースは「基準額の1/2」列の金額があなたの助成額です
- ③ 企業から交通費の支給がある場合は差し引きがあります（詳しくは特設サイトの申請マニュアルをご覧ください）

就職活動コースの同一区域について

在住地と事業所所在地が同じ区域の場合は交通費の助成対象外です（例：北信在住で北信の企業）

宿泊費について（インターンシップコースのみ対象）

インターンシップ期間中（前泊含む）の宿泊費の実費を支給します。1泊あたり上限5,000円（税込）×最大3泊分＝最大15,000円

※食費は含まれません ※領収書の宛名は本人フルネームで発行してもらってください

長野県以外の都道府県在住者に適用

在住地域	都道府県	インターンシップコース (基準額)	就職活動コース (基準額の1/2)
北海道	北海道	90,000 円	45,000 円
東北	青森・岩手・宮城・秋田・山形・福島	35,000 円	17,500 円
首都圏・東海・北陸	茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・東京・神奈川 新潟・富山・石川・福井・山梨・岐阜・静岡・愛知	17,000 円	8,500 円
近畿	三重・滋賀・京都・大阪・兵庫・奈良・和歌山	24,000 円	12,000 円
中国・四国	鳥取・島根・岡山・広島・山口 徳島・香川・愛媛・高知	50,000 円	25,000 円
九州・沖縄	福岡・佐賀・長崎・熊本・大分・宮崎・鹿児島・沖縄	90,000 円	45,000 円

長野県内 在住者に適用

インターンシップコース（基準額）

在住 ／事業所	北信	東信	中信	南信
北信	1,000円	3,000円	4,000円	5,000円
東信	3,000円	1,000円	5,000円	5,000円
中信	4,000円	5,000円	1,000円	3,000円
南信	5,000円	5,000円	3,000円	1,000円

就職活動コース（基準額の1/2）

在住 ／事業所	北信	東信	中信	南信
北信	対象外	1,500円	2,000円	2,500円
東信	1,500円	対象外	2,500円	2,500円
中信	2,000円	2,500円	対象外	1,500円
南信	2,500円	2,500円	1,500円	対象外

地域区分

北信：埴科郡・上高井郡・下高井郡・上水内郡・下水内郡・長野市・須坂市・中野市・飯山市・千曲市

東信：南佐久郡・北佐久郡・小県郡・上田市・小諸市・佐久市・東御市

中信：諏訪郡・木曽郡・東筑摩郡・北安曇郡・松本市・岡谷市・諏訪市・大町市・茅野市・塩尻市・安曇野市

南信：上伊那郡・下伊那郡・飯田市・伊那市・駒ヶ根市

※シュウカツ NAGANO 応援助成金における管轄の分類です



申請書類チェックリスト

申請まえにすべての□にチェックが入るか確認しよう！

インターンシップコース（全7点）

- ☐ ① インターンシップ等参加証明書（様式第2号の1）
インターンシップ等に参加した事実を企業に証明してもらう書類
✓ 企業の記入・押印があるか／日程・内容の記載があるか
- ☐ ② 実施内容の詳細書類
インターンシップ等の案内メールやスケジュール表
実施内容を確認するための書類
✓ 法人名・場所・日程・時間・内容がわかるか
- ☐ ③ 学生証の写し
大学等に在籍していることの確認書類
✓ 有効期限内か
- ☐ ④ 現住所の確認書類
在住地で基準額が決まるため必要
✓ 住民票が最優先（詳しくは特設サイトの申請マニュアルをご覧ください）
- ☐ ⑤ 交付申請書兼実績報告書（様式第1号の1）
助成金を申請するための基本書類
✓ 基準額で記載しているか／署名はあるか
- ☐ ⑥ 助成金請求書（様式第3号）
振込先口座を届け出る書類
✓ 本人名義の口座か／口座情報は正しく記入されているか
- ☐ ⑦ 宿泊費の領収書（該当時のみ）
宿泊費を申請する場合に必要（該当時のみ）
✓ 本人宛名か／食費なしか／インターンシップ期間中の宿泊か

就職活動コース（全6点）

- ☐ ① 内定証明書（様式第2号の2）
内定の事実と勤務条件を企業に証明してもらう書類
✓ 企業の記入・押印があるか／日程・内容の記載があるか
- ☐ ② 採用活動の詳細書類
選考案内や内定式の通知等
✓ 法人名・場所・日程・時間・内容がわかるか
- ☐ ③ 学生証の写し
卒業年度の在籍を確認するための書類
✓ 有効期限内か／卒業年度が確認できるか
- ☐ ④ 現住所の確認書類
在住地で基準額が決まるため必要
✓ 住民票が最優先（詳しくは特設サイトの申請マニュアルをご覧ください）
- ☐ ⑤ 交付申請書兼実績報告書（様式第1号の2）
助成金を申請するための基本書類
✓ 基準額で記載しているか／署名はあるか
- ☐ ⑥ 助成金請求書（様式第3号）
振込先口座を届け出る書類
✓ 本人名義の口座か／口座情報は正しく記入されているか

各書類の詳しい準備方法・記入例は、
特設サイトより「申請マニュアル」をご確認ください。

⚠ 申請時のご注意

- ・書類に不備がある場合は差し戻しとなり、助成金の受取が遅くなります
- ・審査には通常2ヶ月程度かかります（夏季・冬季はさらに時間を要する場合があります）
- ・虚偽の申請があった場合は、交付決定の取消し・返還を求めることがあります
- ・インターンシップ等の交通費は「基準額」、就職活動コースは「基準額の1/2」です。混同にご注意ください

マイページ登録



申請マニュアルダウンロード



インターンシップ
コース



就職活動
コース

「シューカツNAGANO」ページ



※予算の状況により予告なく終了する場合があります ※両コースの重複申請はできません、官公庁等での活動は対象外です



お問い合わせ

シューカツNAGANO応援助成金審査事務局

（委託先）株式会社マイナビ



s-nagano-pref-uij@mycallcenter.jp



0120-845-659

（委託元）長野県 産業労働部 労働雇用課 雇用対策係