



서울시50플러스
일자리 가이드북

다시 잡다



시민의 든든한 50년
서울시50플러스재단

중장년
취업사관학교

// 새로운 시작, 두 번째 도약을 위한 길잡이

// 목차

서울시50플러스 일자리 사업 — 1p

일자리 기관 및 사이트 정보 — 2p

구직서류 작성법과
면접 준비 — 11p

서울시50플러스 일자리 사업

서울시50플러스재단은 중장년의 경험과 역량을 살려 사회에 기여하고, 새로운 일자리와 커리어 전환의 기회를 만들기 위해 다양한 일자리 사업을 운영하고 있습니다. 단순한 일자리 제공을 넘어, 사회공헌·재취업·교육훈련·고용연계를 아우르는

종합 지원 체계로 구성되어 있습니다.

1 가치동행일자리

- 목적: 중장년의 경험과 역량을 사회공헌형 일자리에 연결하여, 삶의 보람과 커리어 전환 기회를 제공
- 특징: 학교지원, 복지관, 지역사회 프로그램 등 다양한 활동처에서 활동함으로써 지역공헌을 실천할 수 있음
- 참여방법: 공고를 통해 신청(서류심사), 교육 수료 후 활동.
신청은 50플러스 일자리몽땅에서 신청

2 경력인재지원(채용형/직무체험형)

- 채용형: 재취업 희망 중장년과 기업 수요를 연결 → 고용까지 연계
기업별 채용 절차에 따라 진행되며, 참여기업 모집 후 매칭 진행
- 직무체험형: 기업에 중장년 인재를 매칭, 직무체험을 통해 고용 기회 제공
일정기간 체험 후 평가 → 정규 채용 기회 제공 가능

3 채용설명회

- 목적: 기업과 중장년 구직자 간의 접점을 제공해주는
설명회 형식의 채용 지원 프로그램
- 특징: 기업 정보를 직접 듣고, 채용 프로세스 이해 및 실시간 질의 응답 가능
- 참여방법: 50플러스 일자리몽땅에서 신청

4 취업훈련(정규반/속성반/탐색반)

- 목적: 중장년 대상 직무 전환 및 역량 강화 교육 제공
- 특징: 특정 직무에 필요한 실무 교육과 훈련과정 운영
- 참여방법: 50플러스 일자리몽땅에서 신청



일자리 기관 및 사이트 정보



공공일자리	
서울시50플러스포털 일자리몽땅	50plus.or.kr
고용24	work.go.kr
나라일터	gojobs.go.kr
잡알리오	job.alio.go.kr
클린아이 잡플러스	job.cleaneye.go.kr
서울시일자리포털	job.seoul.go.kr
서울교육일자리포털	work.sen.go.kr

민간일자리	
잡코리아	jobkorea.co.kr
사람인	saramin.co.kr
인크루트	incruit.com
비즈니스피플	bzpp.co.kr

여성일자리	
(사)한국여성인력개발센터연합	vocation.or.kr
여성새로일하기센터	saeil.mogef.go.kr
서울특별시여성능력개발원	swrd.seoulwomanup.or.kr
W브릿지	wbridge.or.kr

노인일자리	
한국시니어클럽협회	silverpower.or.kr
서울시니어일자리지원센터	50plus.or.kr/senior_center_introduction.do
서울노인복지센터	seoulnoin.or.kr
서울시니어클럽	seoulsc.or.kr

교육·강사	
하이브레인넷	hibrain.net
훈장마을(학원 강사, 직원)	hunjang.com
사회복지	
복지넷	bokji.net
한국사회복지사협회	welfare.net
한국사회보장정보원	ssis.or.kr
장애인활동지원	www.ableservice.or.kr
한국장애인고용공단	www.kead.or.kr
서울특별시 장애인일자리지원센터	jobable.or.kr
보건·의료직	
메디컬잡	medicaljob.co.kr
메디잡	medijob.cc
병원잡	byeongwonjob.com
간호잡	병원구인구직.com
건설·이공계·경비	
건설워크넷	cworknet.koceia.or.kr
콘잡	conjob.co.kr
건설워커	worker.co.kr
대한기계설비건설협회	www.kmcca.or.kr
와이드잡	widejob.co.kr
고경력과학기술인	reseat.or.kr
에스테이트 경비보안취업센터	hrdestate.co.kr
경비원잡	경비원잡.com

자치구 일자리센터

강남구	02-3423-5585	서대문구	02-330-1419
강동구	02-3425-5834	서초구	02-2155-8767
강북구	02-901-7247	성동구	02-2286-5408
강서구	02-2600-6519	성북구	02-2241-3947
관악구	02-879-5773	송파구	02-2147-3680
광진구	02-450-1741	양천구	02-2620-4640
구로구	02-860-2158	영등포구	02-2670-1119
금천구	02-2627-1919	용산구	080-019-1919
노원구	02-2116-3501	은평구	02-351-6856
도봉구	02-2091-2922	종로구	02-2148-3960
동대문구	02-2127-4203	중구	02-3396-5682
동작구	1588-3690	중랑구	02-2094-1919
마포구	02-3153-9951		

서울시 일자리포털

수혜 대상

전 국민

수행 기관

서울시

전화번호

1551-1929



공공기관채용정보시스템(잡알리오)

수혜 대상

전 국민

수행 기관

기획재정부



고용복지플러스센터



수혜 대상 전 국민

수행 기관 고용복지플러스센터

전화번호

서울 02-2004-7301	서울강남 02-3468-4794
서울동부 02-2142-8924	서초 02-580-4900
서울서부 02-2077-6000	성동광진 02-2047-9900
서울남부 02-2639-2300	서울관악 02-3282-9200
서울북부 02-2171-1700	강북성북 02-3406-0900
서울강서 02-2063-6700	

고용24



수혜 대상 전 국민

수행 기관 고용노동부

전화번호 1350

나라일터



수혜 대상 전 국민

수행 기관 인사혁신처

여성 발전센터



수혜 대상 취·창업 희망 여성

수행 기관 여성발전센터 5개소(동부, 서부, 남부, 북부, 중부)

전화번호

동부 02-460-2300	서부 02-2607-8791
남부 02-802-0922	북부 02-3399-7699
중부 02-719-6307	

여성새일센터



수혜 대상 경력단절여성 등

수행 기관 서울시 여성새로일하기센터

전화번호 강동 02-475-0110
강북 02-980-2377
강서 070-4048-5653
관악 02-886-9523
구로 02-867-8833
남부 02-802-0185
노원 02-951-0187
도봉 02-956-9620
동대문 02-921-2070
동부 02-460-2300
동작 02-525-1121
북부 02-3399-7699

서대문 02-332-8661

서부 02-2607-8791

서초 02-581-4433

송파 02-430-6070

영등포 02-858-4822

용산 02-714-9762

은평 070-4048-6863

정릉 02-6229-1919

종로 02-741-1326

중구 02-2234-3130

중랑 02-3409-1948

중부 02-719-6307

중장년 내일센터



수혜 대상 40세 이상 중장년 퇴직(예정자), 사업주

수행 기관 고용노동부

전화번호 02-6350-1500

서울시니어일자리지원센터



수혜 대상 60세 이상 시민

수행 기관 50플러스재단

전화번호 02-460-5050

서울노인복지센터



수혜 대상	만 55세 이상
수행 기관	서울노인복지센터
전화번호	02-6220-8500

(사)대한노인회서울시연합회



수혜 대상	근로능력 있는 노인
수행 기관	(사)대한노인회
전화번호	02-701-6400

서울시니어클럽협회



수혜 대상	60세 이상 시민
수행 기관	서울시니어클럽협회
전화번호	02-354-3007

한국노인인력개발원



수혜 대상	60~65세 이상 시니어
수행 기관	한국노인인력개발원, 보건복지부
전화번호	1566-0151

한국국제협력단(코이카)



수혜 대상	모든 국민
수행 기관	한국국제협력단
전화번호	1588-0434

서울 매력일자리



수혜 대상	만 18세 이상(근로계약 시작일 기준 고용보험 미가입자)
수행 기관	서울시, 투자출연기관, 자치구
전화번호	1551-1929, 02-120

서울 동행일자리



수혜 대상	저소득층 (재산 499백만원 이하, 중위소득 80% 이하 등)
수행 기관	서울시, 투자출연기관, 자치구
전화번호	02-2133-5472, 02-120

지역공동체 일자리



수혜 대상	만 18세 이상 (중위소득 70% 이하, 재산 499백만원 이하 가구 구성원)
수행 기관	자치구
전화번호	02-2133-5452, 02-120

중장년 가치동행일자리



수혜 대상

서울시 거주자 또는 사업장 주소지가
서울인 대표자 (차상위계층 우선선발)

수행 기관

서울시50플러스재단, 50플러스캠퍼스,
50플러스센터, 시니어일자리지원센터, 민간
기관

전화번호

02-460-5050

중장년 경력 인재 지원



수혜 대상

40~64세 서울시 중장년

수행 기관

서울시, 50플러스재단

전화번호

02-460-5050

우리동네 키움센터



수혜 대상

사회복지사, 보육교사, 유치원 및 초중등학교 교사,
청소년지도사 등의 자격증을 소지한 자

수행 기관

서울시 우리동네키움센터

전화번호

02-120

아름다운 이야기 할머니



수혜 대상

여성 어르신

수행 기관

한국국학진흥원

전화번호

080-751-0700~1



구직서류 작성법과 면접 준비





구직서류 작성법



이력서 작성법 TIP

- 깔끔하게: 글자 크기·정렬 통일, 오타자 금지
- 최근순으로: 학력·경력은 최근부터 작성
- 구체적으로: 담당 업무·성과 간단히 기재
- 불필요한 내용 X: 가족사항·종교·주민번호 등은 생략
- 맞춤형: 지원하는 직무와 관련된 경력·자격증 강조



자기소개서 작성법 TIP

지원동기 입사포부

- 가장 핵심적인 부분
- 회사나 업무에 대한 이해가 필요
- 구인공고, 자격요건, 회사비전 활용
- 가능한 구체적으로 표현

경력사항

- 전 직장업무와 관련성 강조
- 바로 현장 투입 가능한 자원임을 어필
- 일을 통한 배움, 퇴직사유, 일하는 태도 등

성격 장단점

- 장점은 1~2가지로 집중해 강조
- 추상적인 표현보다 업무와 연관된 장점이 필요
- 단점은 너무 치명적이지 않게, 단점극복 노력 작성

지원동기 입사포부

- 자신의 성격이나 일에 대한 태도를 형성하게 된 계기,
보통 에피소드를 인용
- 경우에 따라 경력직(특히, 40대 이상)은 생략 가능



이력서 샘플

입 사 지 원 서

	성명	한글		희망부문		
		영문		연락처	H.P	
	생년월일				E-mail	
	현 주소					

학 력	재학기간	학교명	전공	졸업여부

경 력 사 항	근무기간	회사명	담당업무

자 격 사 항	취득일자	자격명	발급기관

교 육 사 항	기간	과정명	기관

상기와 같이 제출하였으며 일체 허위 사실이 없음을 확인합니다.

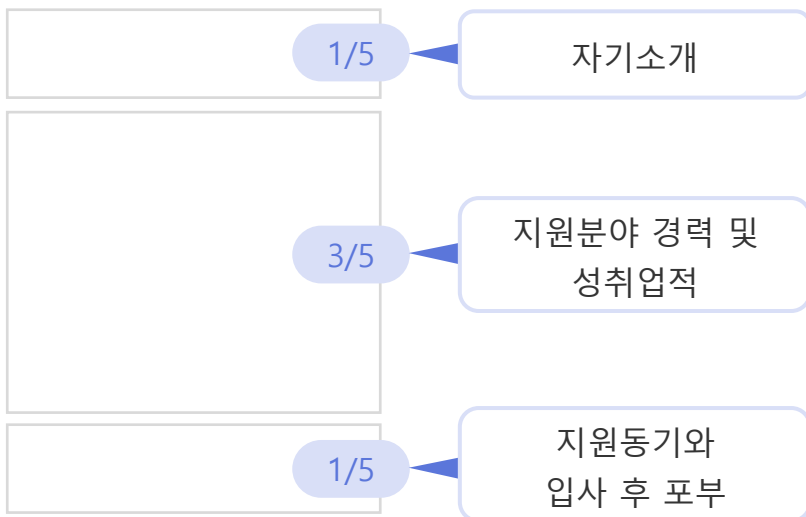
년 월 일
지원자 : (인)



자기소개서 내용 예시



자기소개서 형식 및 비율



자기소개서 점검

- 자기소개서는 면접의 근거자료가 되는 것을 알고 있는가?
- 지원 직무를 상세히 이해하고 있는가?
- 기업이 원하는 성향과 역량을 제대로 알고 있는가?
- 경험에 대해 구체적으로 작성 되었는가?
- 내용은 진정성 있게 작성되었는가?
- 인사담당자가 읽기 편하게 가독성을 고려했는가?
- 차별화된 역량사례가 작성되었는가?



면접 준비

1 마음가짐(마인드컨트롤)

- 긴장은 자연스러운 것, 긍정적인 마음으로 전환
- “나를 보여주는 자리”라는 생각으로 자신감 있게
- 호흡을 가다듬고, 미소로 시작

2 사전 준비

- 지원 기관과 직무에 대해 충분히 조사
- 예상 질문을 정리하고 소리 내어 연습
- 이력서·자기소개서에 적은 경험을 다시 점검

3 태도와 자세

- 첫인상은 10초 안에 결정 → 단정한 복장·깔끔한 인사
- 면접관의 눈을 바라보고 경청, 고개 끄덕임으로 공감 표현
- 의자에 바르게 앉고, 차분한 목소리 유지

4 답변 요령

- 두괄식(결론→이유 →사례)으로 간결하게
- 경험을 직무와 연결해 설명
- 부정적인 경험은 “배움과 개선”으로 전환
- 너무 길지 않게, 1분 이내 핵심 전달

5 마무리

- 마지막까지 자신감 있는 태도로 임하기
- “감사합니다”로 정중히 인사
- 짧게, “저의 경험과 역량을 기관 발전에 기여하고 싶습니다”로 의지 강조

서울 전역 중장년 종합지원기관

● 서울시50플러스재단 본부 ● 중장년취업사관학교 ● 자치구운영 50플러스센터



방문이 어려우시다면, 50플러스포털을 찾아주세요

중장년 정보의 허브, 서울시50플러스 일자리 몽땅

50plus.or.kr



서울시50플러스재단의
일자리 상담이 필요하시면
QR코드를 스캔하여 상담을 신청하세요!



서울시50플러스
일자리 가이드북

다시 잡다

- **제작일:** 2026년 8월
- **발행처:** 서울시50플러스재단
- **기획·편집:** 서울시50플러스재단 상담센터
- **제작참여자:** 홍종희 선임
컨설턴트: 김어영, 김정원, 박원영, 윤세정, 윤혜진, 이진민
- **문의전화:** (서부) 02-460-5150 (중부) 02-460-5250 (남부) 02-460-5350
(북부) 02-460-5450 (동부) 02-460-5550
- **홈페이지:** <https://50plus.or.kr>

서울시50플러스
일자리 가이드북

다시 잡다



시민의 든든한 50년
서울시50플러스재단

중장년
취업사관학교