

★お申し込みにあたっては、東京しごとセンターの利用登録が必要です。初めてご利用の方は当センター1階の総合相談で登録をお願いいたします。セミナーは事前予約制です。

1月ヤングコーナー予定表(34歳以下の方 ※一部除く)

東京しごとセンター ヤングコーナー

日	時間	対象者	事業名	場所 ※1	受付状況
10日(火)	13:00~16:00	29歳以下	グループカウンセリング 「好感度UPの第一印象」	3階 セミナー室	受付開始 12/20
11日(水)	14:00~17:00	34歳以下	自己理解	3階 セミナー室	☆受付開始 12/20
11日(水)	13:30~15:30	34歳以下	就活応援新春イベント「伝え方が9割」講演 ～「ノー」を「イエス」にする技術～	地下2階 講堂	受付中
12日(木)	10:30~16:00	34歳以下	業界職種勉強会 「広告」	3階 セミナー室	受付中
13日(金)	10:00~16:00	34歳以下	模擬面接	3階 セミナー室	☆受付開始 12/22
14日(土)	13:00~16:00	29歳以下	グループカウンセリング 「きっと見つかる自分の強み」	3階 セミナー室	受付開始 12/24
18日(水)	9:30~16:30	34歳以下	応募書類の書き方	3階 セミナー室	☆受付開始 1/4
19日(木)	13:00~16:00	29歳以下	グループカウンセリング 「自信を持って面接に行く!」	3階 セミナー室	受付開始 1/5
19日(木)	10:00~16:00	34歳以下	採用担当者の心をつかむ! 美文字塾	4階 401教室	☆受付開始 12/22
19日(木)	12:00~17:00	34歳以下	とうきょうJOBフェスタ ～34歳以下対象～	地下2階 講堂	受付開始 1/4
19日(木)	10:00~13:00	29歳以下	就活予備校「就コム!」13期 (1/19~2/27・毎週月・木曜日・全12回)	3階就コムルーム	受付開始 12/12
23日(月)	10:30~16:00	34歳以下	業界職種勉強会 「事務職」	3階 セミナー室	受付中
24日(火)	10:00~17:00	34歳以下	採用される人になる! 1日目 ～就活に必要な要素がギュッと詰まった3日間～	4階 402教室	☆受付開始 1/4
25日(水)	13:00~16:00	29歳以下	グループカウンセリング 「ザ★志望動機」	3階就コムルーム	受付開始 1/11
25日(水)	10:00~13:00	29歳以下	就活の進め方	3階 セミナー室	☆受付開始 1/11
25日(水)	14:00~17:00	34歳以下	ビジネスマナー	3階 セミナー室	☆受付開始 1/11
26日(木)	10:00~13:00	34歳以下	聴き方伝え方講座	3階 セミナー室	☆受付開始 1/12
26日(木)	14:00~17:00	34歳以下	SPI筆記試験対策 分野別A (言語、割合、損益算、料金の割引、代金の精算、速さ)	3階 セミナー室	☆受付開始 1/12
27日(金)	10:00~17:00	34歳以下	採用される人になる! 2日目 ～就活に必要な要素がギュッと詰まった3日間～	3階 セミナー室	☆受付開始 1/4
27日(金)	13:30~17:00	34歳以下	現役採用担当者が教える面接対策講座	5階 セミナー室	受付開始 1/6
28日(土)	13:00~16:00	29歳以下	グループカウンセリング 「一から始める企業研究」	3階 セミナー室	受付開始 1/14
30日(月)	13:30~16:30	34歳以下	セルフマネジメント「人に伝わる就活術」	3階 セミナー室	☆受付開始 1/16
31日(火)	10:00~17:00	34歳以下	採用される人になる! 3日目 ～就活に必要な要素がギュッと詰まった3日間～	3階 セミナー室	☆受付開始 1/4

場所 ※1 千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター (最寄駅:飯田橋・水道橋・九段下)

★お申し込みにあたっては、東京しごとセンターの利用登録が必要です。初めてご利用の方は当センター1階の総合相談で
ご登録をお願いいたします。登録後、ミドルコーナーのカウンセリングを受けた上でお申し込みください。

☎ 03-5211-2803

1月ミドルコーナー予定表(30歳以上54歳以下の方)

東京しごとセンターミドルコーナー

Q検索

■30～54歳対象

日	時間	対象者	事業名	場所 ※1	受付状況
4日・11日・ 18日・25日	日によって異なる	30～54歳	短期集中プログラム	5階 グループ相談室	受付中
5日・6日	10:00～16:00	30～54歳	キャリアデザイン研修	5階 グループ相談室	受付中
6日(金)	10:00～12:00	30～54歳	ミニセミナー ビデオによる面接ロープレ	2階 201教室	受付中
6日(金)	13:30～15:30	30～54歳	ミニセミナー 自己PR	2階 201教室	受付中
11日(水)	10:00～12:00	30～54歳	ミニセミナー ビデオによる面接ロープレ	2階 201教室	受付中
12日(木)	10:00～16:00	30～54歳	就活ギアチェンジセミナー	2階 201教室	受付中
12日・13日	10:00～16:00	30～54歳	コミュニケーション研修	5階 グループ相談室	受付中
13日(金)	13:30～15:30	30～54歳	ミニセミナー 自己PR	2階 201教室	受付中
14日(土)	13:00～16:00	30～54歳	(土曜日セミナー) Aキャリアデザインセミナー	2階 NJルーム	受付中
16日(月)	13:00～15:00	30～54歳	(一般セミナー) これからのキャリアのつくり方 ～経験のみにとらわれない職業選択～	地下2階 講堂	受付中
18日(水)	10:00～12:00	30～54歳	ミニセミナー ビデオによる面接ロープレ	2階 201教室	受付中
19日・20日	10:00～16:00	30～54歳	キャリアデザイン研修	5階 グループ相談室	受付中
20日(金)	13:30～15:30	30～54歳	ミニセミナー 自己PR	2階 201教室	受付中
21日(土)	13:00～16:00	30～54歳	(土曜日セミナー) C転職活動セミナー	4階 403教室	受付中
25日(水)	10:00～12:00	30～54歳	ミニセミナー ビデオによる面接ロープレ	2階 201教室	受付中
26日・27日	10:00～16:00	30～54歳	コミュニケーション研修	5階 グループ相談室	受付中
26日(木)	10:00～16:00	30～54歳	就活ギアチェンジセミナー	2階 201教室	受付中
27日(金)	13:30～15:30	30～54歳	ミニセミナー 自己PR	2階 201教室	受付中
28日(土)	13:00～16:00	30～54歳	(土曜日セミナー) Bビジネススキルアップ研修	2階 NJルーム	受付中
毎週1～2回	日によって異なる (2時間)	30～54歳	求職活動支援セミナー①就職成功のポイント	5階多目的室 または 2階201教室	受付中
		30～54歳	求職活動支援セミナー②応募書類作成ポイント		
		30～54歳	求職活動支援セミナー③面接のポイント		
		30～54歳	求職活動支援セミナー④面接対応力アップ		
		30～54歳	求職活動支援セミナー⑤受りたい求人を探すコツ		

■30～44歳対象 「就職エクспレス」・「東京しごと塾」

日	時間	対象者	事業名	場所 ※1	受付状況
10日～16日	9:30～15:30	30～44歳	就活エクспレス「適職探索コース」開講	2階NJルーム	受付中
17日～23日	9:30～15:30	30～44歳	就活エクспレス「面接突破コース」開講	2階NJルーム	受付中
10日(火)開講	9:30～16:30	30～44歳	東京しごと塾 14期開講	外部会場 西新宿ビル	受付中

場所 ※1 千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター (最寄駅:飯田橋・水道橋・九段下)

ただし、1月10日(火) 西新宿ビルを除く

★お申し込みにあたっては、東京しごとセンターの利用登録が必要です。初めてご利用の方は当センター1階の総合相談で
ご登録をお願いいたします。セミナーは事前予約制です。

1月シニアコーナー予定表(55歳以上の方)

東京しごとセンターシニアコーナー

Q検索

■基本セミナー

時間	対象者	セミナー名	場所 ※1
毎週水曜日 13:30~14:30	55歳以上	履歴書の書き方	5階多目的室
毎月第1土曜日 10:00~11:00			
毎週水曜日 15:00~16:00		職務経歴書の書き方	
毎月第2土曜日 10:00~11:00			
毎週木曜日 13:30~14:30		求人の見方、探し方	
毎月第3土曜日 10:00~11:00			
毎週木曜日 15:00~16:00		面接のポイント	
毎月第4土曜日 10:00~11:00			

■実践セミナー

時間	対象者	セミナー名	場所 ※1
毎月第1金曜日 14:00~16:00	55歳以上	職務経歴書棚卸し体験	5階多目的室
毎月第2金曜日 14:00~16:00		面接のロールプレイング	

■再就職支援セミナー

時間	対象者	セミナー名	場所 ※1
毎週月曜日 10:30~11:15	55歳以上	シニアの就活スタートセミナー	5階多目的室

日	時間	対象者	セミナー名	場所 ※1	受付状況
17日(火)	13:30~14:30	55歳以上	シニアコーナーの上手な使い方	4階スペース	要問合せ
31日(火)					

■再就職応援セミナー

日	時間	対象者	セミナー名	場所 ※1
20日(金)	18:30~20:00	55歳以上	私の再就職 ～営業職→営業次長(経験活用の再就職)～	4階403教室

■しごとチャレンジ65

時間	対象者	セミナー名	場所 ※1
毎週月曜日 14:00~14:30	65歳以上	しごとチャレンジ65 体験受け入れ企業説明会 ※予約不要	4階スペース

■シニア向け就労支援セミナー(開催地:多摩市)

日	時間	対象者	セミナー名	場所 ※1	受付状況
24日(火)	13:00~15:00	概ね55歳以上	シニア世代の働き方を考える	ベルブ永山	要問合せ

場所 ※1 千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター(最寄駅:飯田橋・水道橋・九段下)
ただし、1月24日(火) ベルブ永山は除く

★お申し込みにあたっては、東京しごとセンターの利用登録が必要です。初めてご利用の方は当センター1階の総合相談でご登録をお願いいたします。😊子育て女性向けセミナー、★女性再就職支援セミナー、✍女性再就職サポートプログラム地域型は、当日会場内でもご登録をしていただけます。

1月女性しごと応援テラス予定表

東京しごとセンター 女性再就職支援

Q検索

日	時間	対象者	事業名	場所 ※1	募集期間
19日(木)	10:00~12:00	育児をしながら働くことを考えている女性	😊 子育て女性向けセミナー in 中野	中野区産業振興センター	~1月18日
26日(木)	10:00~12:00	もう一度働くことを考えている女性	★ 女性再就職支援セミナー&個別相談会 in 中野	中野区産業振興センター	~1月25日
2月21日~2月27日	10:00~16:00	家庭と両立して働きたい25~54歳の女性	✍ 女性再就職サポートプログラム 地域型 in 中野 「プランクがあっても大丈夫! 再就職はじめての一步コース」	中野区産業振興センターほか	1月12日~2月9日
2月22日~3月10日	10:00~16:00	家庭と両立して働きたい25~54歳の女性	📖 第13回女性再就職サポートプログラム 「再就職の自信がつく! 事務基本コース」	東京しごとセンター	1月10日~2月14日

😊【子育て女性向けセミナー】

現在育児中の方を対象に、再就職にあたっての心構えや保育制度のしくみなどを学ぶセミナーです。3歳までのお子様の同伴可能! もちろんお一人でも参加していただけます。セミナーは事前予約制です。

★【女性再就職支援セミナー】

納得して働くために必要なことの整理や仕事探しの具体的なポイントをお伝えします。参加者同士の意見交換も非常に好評なセミナーです。希望者には個別相談も承ります。セミナーは事前予約制です。

📖【女性再就職サポートプログラム】(しごとセンター内で実施)

就職に役立つ知識や職種別の実習、職場体験までをセットにした10日間程度のプログラムです。アドバイザーとのカウンセリングを通しての申込みとなります。個別説明会・面接後、合格者のみ連絡いたします。

✍【女性再就職サポートプログラム(地域型)】(各地区で実施)

働くために必要な基本的スキルを身につける5日間のプログラムです。希望者は後日、職場体験にも参加できます。電話にて個別説明会・面接の予約をお願いします。個別説明会・面接後、合格者のみ連絡いたします。

1月総合相談セミナー

☎ 03-5211-1571

日	時間	対象者	事業名	場所 ※1	受付状況
27日(金)	13:30~16:30	全年齢	仕事も介護も同時進行! ~その時のために就活中からできること~	地下2階講堂	12月下旬受付開始
30日(月)~2月2日(木)	13:30~16:30	全年齢	創業「寺子屋塾」入門コース	4階 401教室	12月下旬受付開始
31日(火)	13:30~16:30	全年齢	社会保障制度の基礎知識	地下2階講堂	12月下旬受付開始

1月 55歳以上の方のための就業支援講習

☎ 03-5211-2327

講習期間	時間	対象者	事業名	募集期間	場所 ※1
2月28日~3月13日	10:00~16:00他	55歳以上	調理業務アシスタント	12月15日~1月30日	東京しごとセンター4階教室他
2月27日~3月23日	10:00~16:00他	55歳以上	マンション管理員⑤	12月15日~1月31日	東京しごとセンター4階教室他
3月1日	13:30~16:30	55歳以上	しごと体験会~介護のしごと~	1月16日~2月27日	東京しごとセンター4階教室

場所 ※1 千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター (最寄駅:飯田橋・水道橋・九段下)
ただし、1月19日(木)、1月26日(木)、2月21日~27日 中野区産業振興センターを除く