

# 在職中の方 対象 土曜日セミナー開催!



参加  
無料

7月~9月

必要なセミナーを選択して受講できます。

A

・今後の働き方を考えたい方向け

## キャリアデザインセミナー

先着  
20名

### ① 転職前に考えよう!

- ・変化する働き方について
- ・これからのキャリア形成を考える

8月7日(土)

### ② これからの働き方を考えるために

- ・キーワードから自分を知る
- ・自分の特性の活かし方を考える

7月3日(土)、9月4日(土)

時間: 13:00~16:00 会場: 東京しごとセンター 5階 セミナー室

B

・就職活動で使えるスキルを身につけたい方向け

## ビジネススキルアップ研修

先着  
20名

### ① 問題解決思考をもって「きく」

- ・問題解決思考について
- ・仕事における傾聴

7月31日(土)

### ② 相手視点をもって「伝える」

- ・わかりやすく伝える力
- ・アサーティブな考え方

8月14日(土)

### ③ ストレスマネジメント

- ・納得いく就職活動に向けて心と身体を整えるコツ

9月18日(土)

時間: 13:00~16:00 会場: 東京しごとセンター 5階 セミナー室

C

・短時間で就職活動に役立つポイントを習得したい方向け

## 就職活動支援土曜セミナー

先着  
25名

- 在職中に就職活動を進めるにあたって大切なノウハウ、活動に不可欠な書類作成や応募・面接のポイントを短時間で習得します。

7月17日(土)、8月28日(土)、9月25日(土)

時間: 13:00~16:00 会場: 東京しごとセンター 7/17:5階 研修室 / 8/28・9/25:5階 セミナー室

上記セミナー他、キャリアカウンセリング・求人情報の提供を行っています(詳細は裏面をご覧ください)。

登録・申込み  
の流れ

1

しごとセンター(飯田橋)  
登録

2

初回カウンセリング

3

担当アドバイザー  
経由で申込み



災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

お申込み・お問合せ 03-3265-8904

## < 講師紹介 >

### 蛭原 恵子氏



キャリアカウンセラー。電機メーカー勤務後、人材会社にて管理職として派遣営業や人材開発に従事。ビジネススキルやキャリアデザインセミナー他、キャリアカウンセラーのスーパーバイス等多岐に渡り活動中。

担当講座：A②

### 神武 布左子氏



大学卒業後、航空株式会社で、客室乗務員として国際線に乗務。退職後、コミュニケーション講師、キャリアコンサルタントとして活動。多数の大学で就職対策講座や、市町村主催の再就職支援講座を担当。現在は、来日外国人に語学と文化を伝える日本語教師としても活動。

担当講座：B①・B②

### 滝澤 理砂



企業において人事・採用・教育に携わった後、公的機関の就労支援センターでキャリアコンサルタント・講師として10年以上活躍。現在は、フリーランスとして、自治体における女性及びミドル層の再就職支援、キャリアデザインやコミュニケーション等の研修の講師を担当。

担当講座：B③

## 東京しごとセンター ミドルコーナー ファシリテーター

丹 俊幸 (担当講座：A①)

鈴木 和夫 (担当講座：C)

松崎 嘉信 (担当講座：C)

## 東京しごとセンター ミドルコーナーのご案内 (30~54歳で都内の仕事を探されている方が対象)

東京しごとセンターは、東京都が設置した雇用と就業に関するワンストップサービスセンターです。ミドルコーナーでは以下のサービスを提供しています。

- ・ 専任の就職支援アドバイザーによるキャリアカウンセリング
- ・ しごとセンター独自の求人情報、専用システムで求人検索・応募 (自宅からの検索・応募が可能!)
- ・ 月50本以上のセミナー・プログラム (土曜日・夜間開催あり)

東京しごとセンター登録から相談・就業までのフロー サービスはすべて無料です



※来所またはオンラインによる登録、面談も可能です。来所の場合は閉館の2時間前までにお越し下さい。

### ■ 毎月2回程度、ミドルコーナー説明&見学会を開催しています。

- ※ミドルコーナーのご利用に説明会の参加は必須ではありません。
- ※説明会の日時はミドルコーナーホームページに随時掲載しています。

### ■ ホームページやFacebookでも随時セミナー情報やご利用者の声を公開しています。ぜひご覧ください。



まずは

# 東京しごとセンター

お問い合わせください

詳しくはこちら!

<https://tokyoshigoto-middle.jp/>

東京しごとセンター ミドルコーナー

検索



所在地

受付時間

最寄駅

〒102-0072  
東京都千代田区飯田橋  
3-10-3

平日 … 9:00~20:00  
土曜 … 9:00~17:00  
休業 … 日・祝・年末年始  
(12/29~1/3)

「飯田橋駅」東口徒歩7分  
「水道橋駅」西口徒歩5分  
「九段下駅」徒歩10分



東京都  
が設置した  
施設です

