

在職中の方 対象 土曜日セミナー



受講無料

1月~3月

一部オンラインで開催

※セミナー案内の事前送信のため締切日があります。
※受講方法は裏面を参照ください。

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

オンライン開催

先着
30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

2月4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
- ・自分の特性の生かし方を考える

1月21日(土) / 申込締切 1月20日(金)

3月18日(土) / 申込締切 3月17日(金)

【時間】13:00~16:00 【会場】2/4:ニチレイ水道橋ビル 5階セミナー室 【オンライン】1/21・3/18
(当日受付:12:45~13:00)

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
30名

オンライン開催

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

1月14日(土)

申込締切 1月13日(金)

オンライン開催

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

2月18日(土)

申込締切 2月17日(金)

オンライン開催

③ 仕事に役立つロジカルシンキング研修

- ・ロジカルシンキングとは?
- ・論理的に考える、伝える3つのポイント

3月4日(土)

申込締切 3月3日(金)

【時間】13:00~16:00 (当日受付:12:45~13:00) 【オンライン】1/14・2/18・3/4

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
30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。

1月7日(土)、2月25日(土)、3月11日(土)

【時間】13:00~16:00 (当日受付:12:45~13:00) 【会場】1/7・2/25・3/11:ニチレイ水道橋ビル 5階セミナー室

申込み

担当の就職支援アドバイザーをとおして、お申し込みください
初めて利用される方や、オンラインでの登録のみの方はお問い合わせください

問合せ

03-3265-8904

平日 9:00~20:00 / 土曜 9:00~17:00
※日・祝日・年末年始(12/29~1/3)は休みです

< 講師紹介 >



恩田 侑季氏

民間企業にて15年人事（採用・教育）に携わり、その後大手人材紹介会社でのキャリアコンサルタント経験、自身の転職経験をもとに、受講者がこれからの一歩を踏み出すきっかけとなることをモットーにセミナー・研修講師として活躍。転職支援（面接対策／満足度97％）のセミナー専任講師として10年以上従事、新人キャリアアドバイザー育成、学生向け就職活動・キャリア形成支援、企業研修、再就職支援を中心に活動している。

担当講座：A①



蛸原 恵子氏

大学卒業後電機メーカー勤務。その後、人材業界で営業職・管理職を経験。その経験を活かし米国CCE Inc. 認定GPDF-Jキャリアカウンセラー・厚生労働省認定キャリアコンサルタントを取得して独立。現在、多様な階層向け人材育成研修や個人カウンセリング、新卒就活支援・東京しごとセンターでの転職支援等を行う。

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勤務。退職後、コミュニケーション師、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



岡端 正志氏

大学卒業後、大手人材サービス企業にて営業職、管理職を経験。延べ10,000回を超える面談を実施しキャリア形成に携わる。その後、人材育成企業にて研修講師やコンサルティングを経験し独立。現在は採用・育成支援、コーチングやカウンセリングを行うとともに、大学にてキャリア支援の教鞭をとるなど、幅広く活動中。

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 担当講座：C

【オンライン開催セミナー受講方法】

セミナーは Zoom を使用して実施します。セミナー実施前までに動作確認をお願いします。
申込み者には、受講に関する情報を、セミナー3日前にメールでご案内します。
（キャンセル待ちの場合は、繰り上がった際に案内します。）

【オンライン開催セミナー受講要件】※ご予約の上お申し込みください

- ・ 端末等の操作方法のお問い合わせには対応できません。ご自身でご確認ください。
- ・ グループワークを伴うため、WEBカメラをONにいただく必要があります。
- ・ 通信料は自己負担になります。

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ください



説明&見学会を随時開催中

お申込み手続きは、電話またはWEBで可能



- 雇用保険を受給中の方は、求職活動の実績として認められる場合があります。
- 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。
- 通信環境や機器不良の影響等によって、セミナーが中止になることがあります。
- 個人情報の取扱については <https://www.tokyoshigoto.jp/privacy/> をご覧ください。

東京しごとセンター ミドルコーナー

詳しくは
こちら

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

東京しごとセンター ミドル

検索



所在地

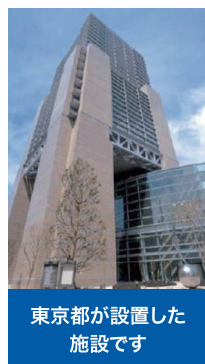
〒102-0072
東京都千代田区飯田橋
3丁目10番3号

開館時間

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

最寄駅

「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

