

# 在職中の方 対象 土曜日セミナー開催!



参加  
無料

▶ 4月~6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  
25名

オンライン開催 ※受講方法は裏面を参照下さい。

### 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

4月2日(土)、6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
- ・自分の特性の活かし方を考える

5月14日(土)

時間: 13:00~16:00 会場: 4/2・6/4:ニチレイ水道橋ビル 5階セミナー室 / 5/14:オンライン

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  
25名

オンライン開催 ※受講方法は裏面を参照下さい。

### 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

4月16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

5月21日(土)

### 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

6月11日(土)

時間: 13:00~16:00 会場: 4/16・5/21:ニチレイ水道橋ビル 5階セミナー室 / 6/11:オンライン

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。

4月9日(土)、5月28日(土)、6月18日(土)

時間: 13:00~16:00 会場: ニチレイ水道橋ビル 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 >

### 蛸原 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勤務。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

### 岡端 正志氏



大手人材会社にて勤務後、ベンチャー企業にて、様々なビジネスセミナーの研修企画、プログラム開発、講師等の経験を積み、独立。現在は、中小企業を対象に採用・育成・定着の支援や研修などを行っている。

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)

### 【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いたします。受講申込完了された方にセミナー 3 日前までに下記をメールにてご連絡いたします。

- セミナーアクセス情報
- テキストダウンロードリンク

### 【オンライン開催セミナー受講条件】※ご了承の上お申し込みください

- 操作方法等のお問合せには対応できかねます。ご自身で確認ください。
- 長時間セミナーに集中いただくため、マイク付きイヤホンのご準備をおすすめします。
- 通信環境や機器不良の影響等によりやむを得ずセミナーが中断したり中止になる可能性があります。
- 通信料はご自身でのご負担になります。 ●テキスト、ワークシートの印刷はご自身で対応ください。

## 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ください。

- ミドルコーナーオンライン説明会も開催しています。
- オンラインでの登録・キャリアカウンセリング・セミナーもあります。ミドルコーナーホームページをご覧ください。



まずは

# 東京しごとセンター

に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

〒102-0072  
東京都千代田区飯田橋  
3-10-3

受付時間

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

