

# 女性しごと応援テラス多摩 セミナー日程表

## 2025年5月

受講無料

全年齢・女性対象

月	火	水	木	金
5	6	7	8	9
<ul style="list-style-type: none"> <li>●初めて東京しごとセンターをご利用の方は、会場で利用登録をしていただきます。</li> <li>●ミニセミナーは、初めて受講される方を優先させていただきます。</li> <li>●ミニセミナーの開場・受付は、セミナー開始10分前ですのでご注意ください。</li> </ul>				
12	13	14	15	16
<p><b>女性再就職サポートプログラム 医療事務入門コース 5/12(月)～5/27(火)</b></p>				
19	20	21	22	23
<p><b>女性再就職サポートプログラム 医療事務入門コース 5/12(月)～5/27(火)</b></p>				
26	27	28	29	30

東京しごとセンター多摩

## 女性しごと応援テラス 多摩

〒190-0023 東京都立川市柴崎町3-9-2 立川駅南口東京都・立川市合同施設3階

お問い合わせ／お申し込み **TEL: 042-529-9003**

平日:9時～20時 土曜:9時～17時 ※日曜祝日・年末年始(12/29～1/3)はお休みです。

<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyousei/>

しごたまテラス

検索



# 女性しごと応援キャラバン

お問い合わせ／お申し込み

**TEL: 03-6734-1346**



# ミニミニセミナーのご案内

女性しごと応援テラス  
多摩

主に出産・育児・介護などの理由で現在離職をされている女性の方を対象にした少人数制のセミナーです。

※セミナーは、初めて受講される方を優先させていただく場合がございます。

受講無料

全年齢対象

予約制

定員4名

託児サービス有

【託児サービスについて】要予約 [6営業日前迄] 満1歳から未就学児まで  
託児対応時間 … 平日 (月～金) 10:00～17:00

日時/会場	内容	講師
<b>5月14日(水)</b> 14:00～16:00 東京しごとセンター多摩5階	<b>経験を参考にして自分の答えを見つけよう！ きっと役立つ「面接対策講座」</b> どんなに練習しても緊張するのが面接。後々で「ああ言えばよかった」「この方が良かったかも」と誰もが思います。他の人は「この質問に、どう答えている」のを知りたくありませんか？ 正解を探すのではなく、「自分だったらこう答える」「あの言い方、まねできる」など自分らしい答え方のヒントをセミナーで見つけましょう！	女性しごと 応援テラス多摩  就職支援 アドバイザー
<b>5月23日(金)</b> 10:00～12:00 東京しごとセンター多摩5階	<b>無意識の思い込みに気づけばキャリアが変わる 「両立のためのアンコンシャスバイアス講座」</b> 「母親とはこうあるべき」「私には△△なんて」…そう考えていませんか？ そんな、気づかないうちに自分を縛っている『アンコンシャスバイアス（無意識の思い込み）』について考えてみましょう。 より柔軟な家庭とキャリアの両立アイデアが浮かぶかもしれません。	女性しごと 応援テラス多摩  就職支援 アドバイザー
<b>5月30日(金)</b> 10:00～12:00 東京しごとセンター多摩5階	<b>ビジネスマナーも進化する！ 令和時代の「ビジネスマナー講座」</b> オンラインコミュニケーションツールやSNS活用、 ダイバーシティ等に関する新しいビジネスマナーについて学びます。 コロナ禍を経て急激に変化した職場環境に柔軟に対応できるようになりましょう。 特に、職場から長く離れていた方にはオススメです。	女性しごと 応援テラス多摩  就職支援 アドバイザー

## 5月申込開始 イベント・プログラムのご案内

申込期間	名称	イベント・コース期間	定員	会場	対象
5月1日(木)	女性応援ジョブフェア in 吉祥寺	6月11日(水) 第1部 10:00～12:45 第2部 13:30～16:15	各部 30名	吉祥寺 東急REIホテル	育児・介護等、 家庭と両立しながら 就職・転職を目指して いる女性
5月1日(木)	女性再就職サポートプログラム 事務職入門コース	7月1日(火)～7月16日(水) 申込期間：5/1(木)～6/17(火) (※日・祝日除く)	25名	東京しごとセンター 多摩	概ね54歳以下の 離職している 女性求職者
5月15日(木)	ミニセミナー in 東大和	6月24日(火) 10:00～12:00	15名	東大和市民会館 ハミングホール	就職活動中または、 家庭や育児と両立 しながら働きたい女性

お申込・お問い合わせ先 女性しごと応援テラス多摩

042-529-9003

<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>

所在地：〒190-0023 立川市柴崎町3-9-2 3階  
【主催】公益財団法人 東京しごと財団



### 【個人情報の取扱いについて】

ご提供いただいた個人情報は、東京しごとセンター多摩の就業支援サービスや、これに付随するサービスを行うために必要な範囲(イベント・セミナーの受付、緊急時の連絡、状況調査等)で利用いたします。  
詳細については、東京しごとセンター多摩のプライバシーポリシー(<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/privacy/>)をご参照ください。

■雇用保険を受給中の方は、雇用保険求職活動の実績として認められる場合があります。ハローワークへご確認ください。

※災害等やむを得ない事情によって、セミナースタイルの変更、延期や中止等になることがあります。  
その際には「東京しごとセンター多摩ホームページ」等にてお知らせいたします。

しごたま

検索

公益財団法人  
東京しごと財団



女性活躍の輪  
Women in Action

人口減少社会の中で、豊かで多様性ある社会をつくるには、人口の半分を占める女性の力を最大限引き出していくことが不可欠です。  
東京のみならず日本全体に女性活躍の輪を拡げていくため、これまで東京都が推進してきた様々な取組を「女性活躍の輪～Women in Action～」(WA)として位置づけ、気運醸成を進めていきます。



JR「立川」駅 徒歩4分、多摩都市モノレール「立川南」駅 徒歩1分  
ベドストリアンデッキ直通

公共交通機関をご利用の上、ご来場ください。