

参加無料

3カ月間のサポートで  
早期正社員就職を応援

正社員まで一直線!

# 就活エクスプレス

## 受講特典

専任のコーディネーターが  
あなたに合った求人を紹介

書類選考なし! 毎月1回開催  
コロナ禍において  
正社員採用に意欲的な企業が参加!!

合同面接会 | 12月18日(金)

5日間の  
短期集中  
プログラム

受講者満足度

98%



## プログラム説明会

日時 **11月24日(火)**  
14:00~14:30

場所 **東京しごとセンター 5階  
研修室**

予約 **03-3239-3821**

平日9時~17時  
「就活エクスプレス担当」

WEBでのご予約はこちらから→



事前課題  
あり

都合のいい時間が選べる!  
AMコース or PMコース

## 適職探索コース

日程

**11月30日(月)~  
12月4日(金)**

申込み期間:  
10月29日(木)~11月25日(水)

定員

各25名

対象

①30~54歳でパート、アルバイト、派遣社員  
など非正規雇用経歴のある方

②早期に正社員としての就職を目指す方

※退職日、廃業日が決定している場合のみ正社員在職中、自営の方も  
対象となります

在職中の方はこちら

在職者限定  
就活エクスプレス 1Dayコース



※申込み受付時間は平日9:30~19:30(土曜日は9:30~16:30)となります。

※プログラム申込み最終日の受付時間は15:00までとなります。

※初めて東京しごとセンターをご利用される場合は、利用登録の手続きが必要となりますので平日は17:00、土曜日は14:00までにお越しください。

詳細は裏面へ

# 就活エクスプレス ミドル層の正社員就職をサポート

## 受講者の声 早期就職決定の声が多数!



適職探索コース  
30代・女性

1日ずつ自己分析が深まっていき、最終日にワークシートがすべて埋まることで成果が目に見え、モチベーションがとて上がりました。これほど盛り沢山な内容を体験できるとは思いもよりませんでした。自分の強みを整理できただけでなく、様々な背景を持った参加者の皆さんとの交流で視野が広がり、就活に大いに役立ちました。本当に参加してよかったです。



就活実践コース  
40代・男性

求人分析のグループワークでは「求人は相手のニーズを読み解くもの」と知って目からウロコでした。ジョブコーディネーターから企業研究のポイントや求人票の見方を教わり、応募書類の見直しに大変役立ちました。また面接ロールプレイングで実践的な面接練習も体験でき、対策ができました。「就活実践コース」のタイトル通り、本当に実践的な内容で、就職活動の励みになりました。

## カリキュラム

### 適職探索コース ~見つけよう!あなたらしい働き方~

- 1日目: 自己の振り返りと「適職」のキーワード探索
- 2日目: 興味・価値観と仕事の棚卸し
- 3日目: 求人分析と自己資源の活かし方
- 4日目: 企業交流会と適職の見える化
- 5日目: ジョブコーディネーターとの個別面談



時間 9:30~15:30 (休憩あり)

## 就活実践コース プラス

事前課題あり

- 1日目: 振り返りと棚卸し
- 2日目: 求人分析とマッチング
- 3日目: 志望動機のポイントと面接演習
- 4日目: 面接対策と企業交流会
- 5日目: ジョブコーディネーターとの個別面談 ※2



AMコース 9:30~12:00 PMコース 13:00~15:30

- ※1 全日事前課題があります。記入いただいた各シートをもとにワークを実施します。
- ※2 5日目のジョブコーディネーターとの個別面談は、1日目にご希望日をお伺いしたうえで決定いたします。
- ※3 AMコース、PMコースは同じ内容です。ご希望のコースをお選びください。

※会場までの交通費は自己負担となりますのでご了承ください。 ※研修場所は、アリオ九段となります。

## サポートの流れ

キャリア  
カウンセリング  
(申し込み)

※プログラム受講については  
選考をもって確定します。

プログラム  
5日間

- ・自己分析
- ・就活ノウハウ

合同面接会  
毎月1回

- ・受講者限定
- ・書類選考なし

フォローアップ  
12/15 12/16 12/17

- ・書類対策
- ・面接対策

専任のコーディネーターによる個別支援(3ヵ月)と定期的なフォローアップで  
早期就職をサポート!

早期就職

お申し込み・お問い合わせ

## 東京しごとセンターミドルコーナ-

詳しくはこちら!

<https://www.shu-katu-express.com/>

就活エクスプレス

検索



ミドルコーナ-  
就活エクスプレス担当に  
お問い合わせください。

☎ 03-3239-3821



東京都が設置した  
施設です

アクセス

所在地

〒102-0072  
東京都千代田区飯田橋3丁目  
10番3号

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

JR総武線  
「飯田橋駅」東口徒歩7分  
「水道橋駅」西口徒歩5分  
地下鉄  
「九段下駅」徒歩10分

