



東京都

東京しごとセンター ミドルコーナ

3月
開催

Zoom オンライン体験型

就活実践コース

オンラインでグループワークを体験! オンライン面接にも活用できる!

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 3月18日(金)

5日間の
短期集中
プログラム

受講者満足度

98%

ムソツマン
サポート

Zoom オンライン体験型

適職探索コース

日程

2月28日(月)~
3月4日(金)申込み期間:
1月27日(木)~2月22日(火)

時間

9:30~15:30
(休憩あり)

場所

アリビオ九段 東京都千代田区九段北1丁目6-1

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

就活実践コース

日程

3月7日(月)~
3月11日(金)申込み期間:
2月3日(木)~3月2日(水)

プログラム説明会

日時

2月21日(月)
14:00~14:30

場所

東京しごとセンター 4階
402教室

Zoom

オンラインプログラム説明会 ※WEBより
ご予約ください。

2月9日(水)

14:00~14:30

2月17日(木)

12:00~12:30

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→



※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

本事業は株式会社パソナが(公財)東京しごと財団より委託を受け運営しています。

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・男性

同じ目標を持った方々と一緒にグループワークに参加させて頂き、大きなパワーをもらえました。自分を振り返り、経験を言語化してアピールするというのは、最も苦手な作業でしたが、他の受講者の方々からのアドバイスで沢山の発見がありました。そのうち、ジョブコーディネーターから心強いサポートを受けることができ、一気にモチベーションがあがりました。おかげで受講後、すぐに就職が決まり、本当に参加して良かったと思います。



就活実践コース
40代・女性

ジョブコーディネーターと一緒に取組んだ「求人分析」がとても参考になりました。いかに企業のことを知らずに応募していたか、痛感しました。相手目線を取り入れて応募書類を作成し、面接対策をすること、その具体的な方法を知ることができてよかったです!受講前は書類選考が通らずに悩んでいましたが、その理由がよくわかりました。応募企業ごとにジョブコーディネーターからアドバイスもらえるのも本当に助かりました。是非受講をお勧めします。

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



3日目: Zoom オンライン体験型

就活実践コース ~企業目線のアピールで内定獲得!~

- 1日目: 第一印象の振り返りと略歴作成
- 2日目: 求人分析と企業目線の自己アピール
- 3日目: 志望動機のポイントとオンライン面接演習 Zoom オンライン
- 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

【オンライン体験型について】就活実践コースの3日目はZoomを使用してオンラインで実施します。

※グループワークを伴う研修のため、カメラONの状態での参加が可能な方が対象です。 ※通信料はご自身でのご負担になります。

【時間】 9:30 ~ 15:30 (休憩あり)

※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。
※就活実践コース3日目以外の研修場所は、アリビオ九段となります。

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 3/15 3/16 3/23

- ・書類対策
- ・面接対策

Zoom
オンライン

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

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!

☎ 03-3239-3821

就活エクスプレス

検索

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



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

「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

