

令和5年度

3カ月のステップアッププログラム

就職氷河期世代を
応援します!

東京ミドルワーク チャレンジ!

参加費無料

35歳～54歳対象

多様なプログラムあり



就職準備に向けてのリスタート 新たな挑戦を応援します!

参加者ごとに専任の支援員(アドバイザースタッフ)がつき、個別支援を定期的に行います。

令和5年度 プログラム日程

日 時	第1期 5月8日(月)～7月31日(月)	第2期 9月1日(金)～11月29日(水)	第3期 1月5日(金)～3月29日(金)
	月～金 10:00～16:00 ●うち4～5時間 ●土、日、祝はお休み。ただし、第3期1/13、2/17、3/23は土実施		
募集受付期間	4月1日(土)～5月1日(月)	8月1日(火)～8月30日(水)	12月1日(金)～12月28日(水)
	※募集受付期間最終日は13時までに事前面談が終了している必要があります。(事前面談は30分程度)		
プログラム説明会	① 4月14日(金) 13:30～ ② 4月19日(水) 13:30～	① 8月17日(水) 13:30～ ② 8月23日(水) 13:30～	① 12月15日(金) 13:30～ ② 12月20日(水) 13:30～
就労支援機関への説明会	4月4日(火) 13:30～	8月4日(金) 13:30～	12月5日(火) 13:30～
ご家族への説明会	4月1日(土) 13:30～	8月5日(土) 13:30～	12月2日(土) 13:30～

プログラム説明会の内容

対象: 受講を検討されている35歳～54歳の方

- プログラム概要説明
- プログラム体験ワーク
- 支援スタッフ紹介
- 参加方法説明
- 質疑応答、個別相談

ご家族・就労支援機関向け説明会の内容

対象: 受講を検討されている方のご家族・就労支援機関の方

- プログラム概要説明
- 支援スタッフ紹介
- 参加方法説明
- 質疑応答、個別相談

お申込み
お問合せ先

東京ミドルワークチャレンジ事務局



03-6734-1162

月～金 9:00～17:00
土、日、祝及び年末年始(12/29～1/3)はお休み。

URL

<https://tmwc.jp>



URL



Twitter



Facebook

3ヵ月プログラム

こんな方にオススメ

東京ミドルワークチャレンジは、こんな不安や苦手意識を軽減するための支援プログラムです。3ヵ月(60日間)と長めですが、自分のペースで無理なく参加できるプログラムになっています。

- ✔ **これまでに就業した経験が少なく、就職活動に踏み出せずにいる**
- ✔ **未経験の仕事に就くことが不安／ブランクが長く仕事に就くことが不安**
- ✔ **応募書類の書き方がわからない**
- ✔ **今後の方向性に悩んでいる**
- ✔ **コミュニケーション・面接が苦手 など**

受講した方の声

社会に出るためのプロセスを丁寧にサポートしていただいて大変感謝しています。

スタッフの方や周りの同期メンバーと話すことで自己理解が深まりました。

プログラム内容

このプログラムは、個別ワークとグループワークを組み合わせたプログラムになります。

1ヶ月目 <生活自立>
来所習慣と生活リズムを整える

- 開校式
- 健康セミナー
- 農業体験
- メンタルヘルスマネジメント など

2ヶ月目 <社会自立>
コミュニケーション力を高める

- コミュニケーショントレーニング
- PCTトレーニング
- ビジネスマナー講座 など

3ヶ月目 <就労自立>
就職活動準備

- 職場見学・職場体験
- 就職活動準備
- 報告会・まとめ など

募集要項

- 対象** 事業開始日時時点で35歳から54歳までの方で、就業経験が少ない方
- 内容** 個別ワークとグループワークを組み合わせたプログラム
3期実施(1期:5~7月、2期:9~11月、3期:1~3月)
- 定員** 各回 15名 ※面談による選考があります。
- 会場** 東京ミドルワークチャレンジ トレーニングセンター (S&Sビル)
- 参加費** 無料 ※交通費は自己負担となります。
- お申込み** まずは説明会にご参加ください。(説明会終了後に事前面談があります)

受講までの流れ

説明会



事前面談



受講可否決定

開催場所

東京都新宿区新小川町6-36 S&Sビル3階
トレーニングセンター

- JR線 飯田橋駅東口より徒歩8分
- 東京メトロ 東西線・有楽町線・南北線 飯田橋駅B1出口より徒歩8分
- 東京メトロ 都営大江戸線 飯田橋駅B1出口より徒歩8分

東京ミドルワークチャレンジ事務局

☎ 03-6734-1162 URL <https://tmwc.jp>



※災害等やむを得ない事情により、中止や延期になることがあります。尚、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。

【新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止措置について】

- ①参加にあたって、マスクの着用やアルコール消毒液の活用、手洗い等の予防対策をお願いします。
 - ②ドアの開放や参加者同士の間隔を空けるなど、予防対策を実施します。
 - ③37.5度以上の発熱、倦怠感(けだるさ)、息苦しさ等の症状がある場合は、参加を控えてください。
 - ④会場では検温を実施していますので、ご協力をお願いします。
- なお、37.5度以上と測定された場合は、参加を控えていただきますので、あらかじめご了承ください。※感染症対策については変更になる場合があります。