

# 3ヶ月以内に 私らしい就職を

短期集中型プログラム × マンツーマンサポート

## 就活エクスプレス

5日間の  
短期集中  
プログラム

受講者満足度

98%

### 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

合同面接会 | 7月20日(金)

### プログラム説明会

日時 **6月26日(火)**  
14:00~14:30

場所 東京しごとセンター 2階  
NJルーム

予約 **03-3234-1433**  
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→



### 適職探索コース

日程 **7月2日(月)~7月6日(金)**

申込み期間: 6月1日(金)~6月28日(木)

場所 **東京しごとセンター 2階 ミドルコーナー**

定員 **25名**

対象

- ① 30~44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)

※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

# 30~44歳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!



求人分析のワークが大変役に立ちました。今までは求人票に書いてあることしか見ていませんでしたが、**求人は読解するものだ**ということがわかり、求人票の見方がガラリと変わりました。

(適職探索コース・30代・男性)



自己PRで悩んでいましたが、効果的なまとめ方がわかり、とても参考になりました。グループのメンバーや講師からアドバイスももらうことができ、**納得の自己PRが作成出来ました**。

(適職探索コース・40代・女性)

## カリキュラム

### 適職探索コース

~見つけよう!あなたに合った仕事~

ゲームやカード等のツールを活用して、「職業興味」「価値観」「自分の強み」を探りながら、自分の資源の活かし方について考え、自分らしい就職を目指します。

- 1日目 自己分析マップを描く
- 2日目 職業興味と適職探索
- 3日目 求人分析と自己資源の活かし方
- 4日目 企業交流で企業ニーズを知る
- 5日目 就職活動計画と個別面談

**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。

## サポートの流れ

1

キャリア  
カウンセリング  
(申し込み)

2

プログラム  
5日間

- ・自己分析
- ・書類対策

3

合同面接会  
毎月1回

- ・受講者限定
- ・書類選考なし

4

フォローアップ  
7/17 7/24

- ・面接練習
- ・課題解決

早期就職

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

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。

☎ 03-3234-1433



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