

空白があっても大丈夫!

〈託児付き〉
5日間
コース

再就職はじめての一步

働くための基本のスキルを身につけて、仲間と一緒に再就職の一步を踏み出そう!



仕事はしたい
と思うけど、
ついていけるか
心配...

パソコン
スキルに
自信が無い...

自信を持って
就職活動を
始めたい!

ご希望の方は
職場体験にも
参加いただけます!

日時

平成31年
1月24日(木)~30日(水)
の5日間 ※土日祝を除く
各日10:00~16:00

場所

中野区産業振興センター3階 大会議室
東京都中野区中野2-13-14
PC会場:中野サンプラザ8階 研修室1
東京都中野区中野4-1-1

お申込み
できる方

- 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で離職されていて、再就職を希望する女性。
(その他の理由の方もご相談ください)
- プログラム初日時点で54歳以下の方。
- 全5日間参加できる方。
- パソコンの基本操作(基本的な入力程度)ができる方。

受講料
無料

定員
25名

申込方法

下記の期間内に、電話で中面記載の個別説明会・面接の
ご予約をお願いします。 ※Webでもお申込みできます。

申込期間：平成30年11月21日(水)~平成31年1月15日(火)

申込先：東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

電話番号：03-5211-2855

- *後日、個別説明会にご参加いただき、受講希望者には面接を行います。
- *詳しくは本資料中面「お申し込みにあたっての注意事項」をご確認ください。
- *最終日は17:00までの受付となります。

予約制無料託児あり

プログラム参加中は、1歳から
未就学児までのお子様をお預
かりいたします。(定員あり)

下記までお気軽にお問い合わせください。

お申し込み・
お問い合わせ先

東京しごとセンター
女性しごと応援テラス



TEL.03-5211-2855 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3丁目10番3号
<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

女性しごと応援テラス

検索

参加者の声はホームページ
(スマートフォンOK)をご覧ください。

Twitter @jyoseishigoto

Facebook <https://www.facebook.com/jyoseishigoto>



女性再就職サポートプログラム 地域型 in 中野 コースカリキュラム

スケジュール			
回	日程	科目 (10:00～16:00)	場所
1	1月24日(木)	<ul style="list-style-type: none"> ● オリエンテーション ● 「働くために必要な準備は？ 私でも働ける？」 心構えと方向性を考える 	中野区産業 振興センター 3階 大会議室
2	1月25日(金)	<ul style="list-style-type: none"> ● 働くための準備を確認する ● 様々な働き方を知る ● ビジスマナー・ビジネスコミュニケーションの基礎を確認する ● 履歴書・職務経歴書の基本を確認する 	
3	1月28日(月)	就職活動のためのパソコンスキル講座 <ul style="list-style-type: none"> ● 仕事で使うための文書をWordで作成できるようになる ● 簡単な表作成・計算をExcelでできるようになる ● ビジネスメールのマナーと書き方(文例紹介) 	中野サンプラザ 8階 研修室1
4	1月29日(火)		
5	1月30日(水)	これからの働き方について考える <ul style="list-style-type: none"> ● ブランクを経て再就職した女性からのメッセージ(体験談を聞く) ● ライフデザインの視点から今後を考える 	中野区産業 振興センター 3階 大会議室

場所

(託児についても、同施設内に設置します。)

中野区産業振興センター

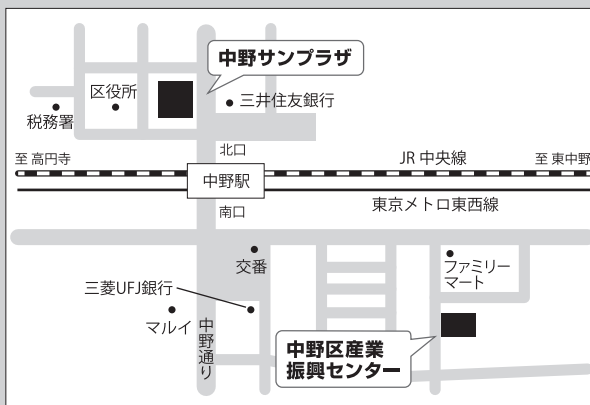
東京都中野区中野2-13-14

- JR・メトロ東西線 中野駅 南口から徒歩5分
- ※駐車場がないため、お車でのご来場はご遠慮ください。

中野サンプラザ

東京都中野区中野4-1-1

- JR・メトロ東西線 中野駅 北口から徒歩3分



職場体験

希望者のみ

定員10名 / 申込先着順

希望者は、2月に実施する職場体験にもご参加いただけます。
職場体験は、中野区近隣の企業でお仕事を体験いただくプログラムです。
体験いただく業務内容は、事務補助業務が中心ですが、具体的には
訪問先により異なります。

職場体験カリキュラム

職場体験(最大3日間)+職場体験準備/振り返り(各1日)の全5日間のプログラムです

日程	時間	科目	場所
2月4日(月)	10:00～13:00	職場体験準備	東京しごとセンター
2月5日(火) ～ 2月7日(木)	10:00～16:00	職場体験(1日～3日) (参加者・受け入れ企業のニーズ合致により 1日～3日間の実施となります)	企業
2月8日(金)	10:00～13:00	職場体験振り返り	東京しごとセンター

- *職場体験先へ就職を斡旋するものではありません。
- *申込書に職場体験参加希望の有無をご記載ください。
- *2月4日(月)・8日(金)は、東京しごとセンターの託児サービスをご利用頂けます(要予約・1歳～未就学児まで)
- *2月5日(火)～7日(木)は、託児サービスはございませんので、ご自身での手配をお願いします。



お申し込みにあたっての注意事項

※必ずお読みになってからお申し込みください。

1. 受講までの流れ

電話予約
(個別説明会・面接)
11月21日(水)~1月15日(火)

- **電話にて個別説明会・面接の事前予約受付**
お電話を頂いた際に個別説明会・面接の日時をお伝えします。
※個別説明会・面接の予約をいただいた段階では、プログラムへの参加が確定したわけではありません。

**個別説明会
及び 面接**

1月8日(火)・1月9日(水)
1月11日(金)・1月15日(火)

- **面接でこれまでのご経験や現在の状況等をお伺いします。**
- **本資料右ページ「女性再就職サポートプログラム申込書」をあらかじめご記入の上、当日お持ちください。**

中野

1月8日(火)・9日(水)

中野区産業振興センター(1階 特別会議室)
※場所は左ページをご確認ください。

飯田橋

1月11日(金)・15日(火)

東京しごとセンター(5階 相談スペース)
※場所は裏面をご覧ください。

結果ご連絡

- **合格者のみご連絡いたします。**

女性再就職サポートプログラム(5日間) 1月24日(木)~1月30日(水) ※土日祝を除く

職場体験+準備/振り返り(3日~5日) 2月4日(月)~2月8日(金)

希望者のみ
定員10名・申込先着順

受講にあたっては、東京しごとセンターのご登録が必要となります。
登録されていない方は、プログラム初日に登録手続きを行います。
なお、ご登録いただきますと、サポートプログラムのほか、キャリアカウンセリングをはじめ、各種セミナーや講座等を受けていただくことができます。

2. 確認事項

- ① 受講料は無料ですが、会場までの交通費はご負担いただきます。
- ② 過去に女性再就職サポートプログラムの受講経験がない方を優先することがあります。
- ③ 面接の結果等にかかわるお問い合わせについては、対応できかねます。

<参加対象者>

- 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で離職されていて、再就職を希望する女性。
(その他の理由の方もご相談ください)
- プログラム初日時点で54歳以下の方。
- 全5日間参加できる方。
- パソコンの基本操作(基本的な入力程度)ができる方。

3. 『申込書』の取り扱いについて

「申込書」は、東京都しごとセンター女性しごと応援テラス受託事業者である(株)パソナが責任を持って管理し、受託事業終了時に破棄します。(申込書の返却はいたしません。)
また、当社が取得した個人情報は事業の範囲内で取り扱います。

参加者の声

(再就職サポートプログラム地域型参加者の声より)

就職活動計画は、実際にこれから取り組むことなので、これを機に、より明確に計画を立てたいと思いました。

交流会で話を伺い、子育てや家事を中心に考えるのが、特に問題ではないと思いました。仕事をするならバリバリやらなくてはいけないのかとずっと思い悩んでいたのを、ほぐしてもらった気がします。

プログラム全体を通して、色々な方がいらっちゃって、不安なのは私だけではないのだと、少しホッとしました。前向きに頑張りたいと思いました。



自己理解の講座を受講し、自分ひとりで考えているのと違い、他の人の話も聞けて良かったです。

周りのママ友達にこのプログラムのことを話したら、とてもうらやましがられました。もっと子育てママに知ってもらいたいと思いました。

パソコン講座を受けたことで、これまで我流だった理解を整理し、ムダやミスの少ない操作方法を学べました。

託児 ご利用者の声

初めて託児に子供を預けてプログラムを受講しました。毎日子供が泣いて大変でしたが、途中で泣かなくなりました。毎日一緒に通うのも慣れてくると感じがつかめ、就業する気持ちも前向きになりました。子供と一緒に成長できたように思います。



本プログラム ご協力企業様の声



- 気持ちよく仕事を引き受けて頂きました。また、会話をすることで、お互いに良いコミュニケーションができ、さらに仕事がはかどりました。
- お願いしたことについての的確に作業していただいたため大変助かりました。

⇒ プログラムの様子は、Facebookでも発信しています。
<https://www.facebook.com/jyoseishigoto> (女性しごと応援テラス)

結婚 出産 育児 介護 から再就職を目指す方へ

女性しごとと応援テラス



「もう一度働きたい・働き続ける」を応援します!

働きたい気持ちがあってもなかなか一歩が出ない、そんな女性の再就職を応援するために東京都が設置した就職支援窓口です。専任アドバイザーと一緒に、再就職への一歩を踏み出してみませんか?

ご利用
無料



初めてのご利用は予約不要! お気軽にお立ち寄りください。

女性しごと応援テラスってどんなところ? 説明&見学会 毎月1回開催中! 詳しくは下記HP又は電話にてお気軽にご連絡ください!

●お問い合わせ

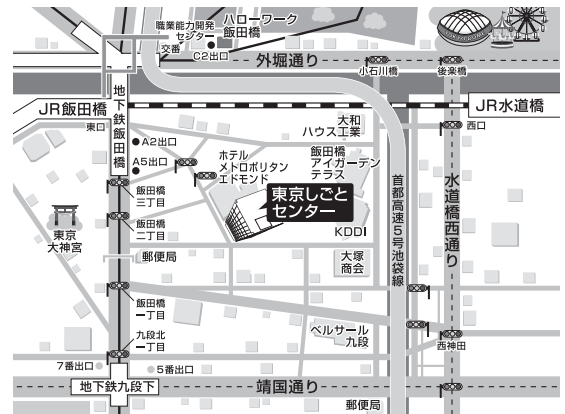
東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

TEL.03-5211-2855

女性しごと応援テラス <https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

所在地 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター1階

ご利用時間 月～金曜日 9:00～20:00
土曜日 9:00～17:00
(日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)はお休みです)



交通のご案内

- 飯田橋駅から JR中央・総武線「東口」より徒歩7分 / 都営地下鉄大江戸線・有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分 / 東西線「A5出口」より徒歩3分
- 水道橋駅から JR中央・総武線「西口」より徒歩5分
- 九段下駅から 東西線「7番出口」より徒歩8分 / 半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」より徒歩10分