

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...

ご希望者は
職場体験にも
参加いただけます!

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!

日時

令和2年
1月21日(火)~27日(月)
の5日間 ※土日を除く 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：令和元年11月21日(木)~令和2年1月14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「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21日(火)	<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22日(水)	<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23日(木)	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24日(金)		
5	1月27日(月)	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

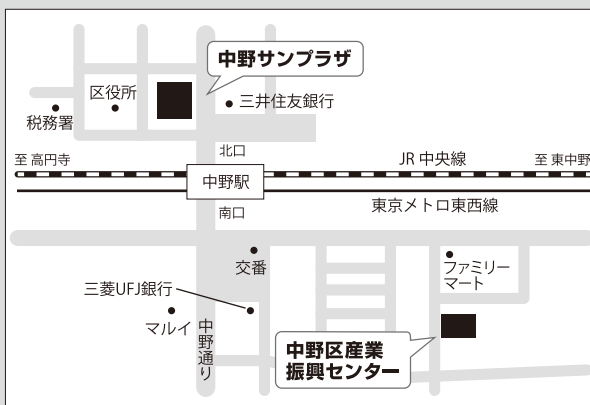
東京都中野区中野2-13-14

- 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、下記の日程で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3日(月)	10:00～13:00	職場体験準備	東京しごとセンター
2月4日(火) ～ 2月6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7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3日(月)・7日(金)は、東京しごとセンターの託児サービスをご利用いただけます(要予約・1歳～未就学児まで)
- * 2月4日(火)～6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(木)~1月14日(火)

- 電話にて個別説明会・面接の事前予約受付(Webでの申込可)
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7日(火)・8日(水)
1月10日(金)・14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7日(火)・8日(水)
中野区産業振興センター(1階 特別会議室)

飯田橋 1月10日(金)・14日(火)
東京しごとセンター(5階 相談スペース)

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21日(火)~1月27日(月) ※土日祝を除く

職場体験+準備/振り返り(3日~5日) 2月3日(月)~2月7日(金) 希望者のみ
定員10名・申込先着順

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。

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。

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)

グループでの意見、発表に毎日ドキドキしましたが、結果、良い体験をさせていただきました。

心構えと自己理解を受けたことにより自分の気持ちが決まっていなかったのが、気持ちの整理のつけ方がわかり良かったです。

求人票の見方やビジネスマナーなど、何となく知っている程度でしたが、今回、基本的なことを教えていただけて仕事以外でもマナーは大切だと思うのでありがたかったです。



Word、Excelなど、これまで自己流だったので、無駄な作業がたくさんあったことに気づき、やはりきちんと基礎を学ぶということが大切だと思いました。

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。

就職した方との交流会では、表面的でなく、就職にまつわるお話を率直に話していただけてとても参考になりました。



託児 ご利用者の声

初めて子供2人を託児に預けてサポートプログラムに参加しました。毎日2人を連れて来ることがとても大変でしたが、毎日同じ時間に同じことをするということがとても新鮮で良かったです。私も一歩踏み出せる気がしました。

職場体験 ご協力企業様の声



- 封入作業をはじめPC入力にも対応いただきました。PCは苦手とのことでしたが、臆することなく対応いただきました。挑戦する意欲がとても嬉しかったです。ありがとうございました。
- 教えたこともすぐに理解して取り組んでいただき、最終チェックもされていたので安心して業務をお任せすることができました。ありがとうございました。

⇒ 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

メニュー
Menu

就職活動に
関する相談

就職に役立つ
セミナー

就活・保活
情報提供

応募書類も
作れる
パソコン
コーナー

求人情報提供
・
職業紹介

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

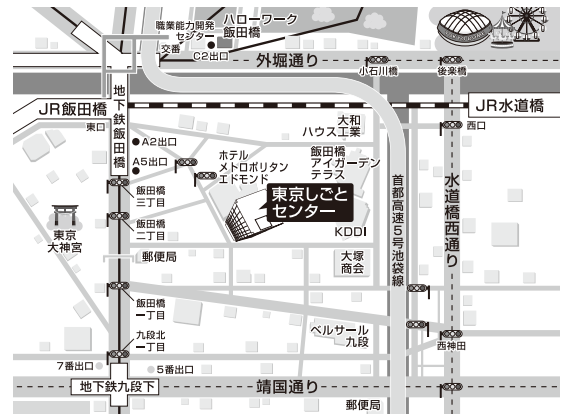
東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

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

令和元年度 女性再就職サポートプログラム申込書

令和 年 月 日

※「お申し込みにあたっての注意事項」を了承し、当プログラムに申し込みます。

コース名称	女性再就職サポートプログラム(地域型 in 中野)			
フリガナ				
氏名				
生年月日	(西暦) 年 月 日 (歳)	※プログラム初日時点での年齢をご記入ください。		
現住所	〒 【日中の連絡先】 電話番号(ご自宅・携帯) ()			
最寄駅	線		駅	
託児の希望	託児を希望します (名 / お子様の年齢 歳) ・ 希望しません			
最終職歴	在籍期間	事業所の業種・業界	職種	雇用形態
	年 月～ 年 月			正社員・契約社員・ 派遣社員・パート・ アルバイト
これまでの経験で 長かった仕事内容①				(年間)
これまでの経験で 長かった仕事内容②				(年間)
● 結婚・出産・育児・介護・その他の理由で離職されたことはありますか? : あり (年前) ・ なし <ありの場合は以下のご質問にお答えください>				
● 離職期間(年間) ● 離職理由: 結婚・出産・育児・介護・その他()				
パソコン経験 (該当する項目を1つ 選んで✓をいれて ください。)	<input type="checkbox"/> パソコンは使ったことがない <input type="checkbox"/> キーボードを使ってローマ字入力ができる <input type="checkbox"/> Word、Excel を使ったことがある (入力のみ) <input type="checkbox"/> Word の文章作成や Excel の表計算等ができる <input type="checkbox"/> Word の図表作成や Excel の関数・グラフ等ができる			
応募理由 (具体的に)	----- ----- -----			
職場体験の希望	参加希望します ・ 検討中 ・ 参加希望しません			
●このプログラムを 最初 にどこでお知りになりましたか? (該当に○をつけ、()については詳細をお書きください)				
①しごとセンター内 (アドバイザー/ホームページ/チラシ&ポスター) ②ハローワーク (ハローワーク名:)				
③東京都ひとり親家庭支援センター はあと ④ ①～③以外の施設 ()				
⑤新聞・雑誌 (媒体名:) ⑥求人雑誌・チラシ (媒体名:)				
⑦都や区市町村の広報 ⑧知人・親類等の紹介				
⑨東京しごとセンター以外のホームページ (ブログ・Facebook 含む) ⑩その他 ()				
(サイト名)				

※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。