

就職に向けてのステップアッププログラム 東京ミドルワークチャレンジ!

# ご家族への説明会

- ✓ 就職活動に踏み出せずにいる
- ✓ すぐには就労が難しい
- ✓ コミュニケーションに不安がある

就職氷河期世代を  
応援します!

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  
「東京ミドルワークチャレンジ」  
が応援します!

## 令和6年度 プログラム日程

日時	第1期 5月10日(金)～7月30日(火)	第2期 9月4日(水)～11月27日(水)	第3期 1月6日(月)～3月31日(月)
	月～金 10:00～16:00 ●うち4～5時間 ●土、日、祝はお休み。		
募集受付期間	4月1日(月)～5月8日(水)	8月1日(水)～9月2日(月)	12月2日(月)～12月26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)		
就労支援機関への説明会	4月4日(水) 13:30～	8月6日(火) 13:30～	12月5日(水) 13:30～
ご家族への説明会	4月6日(木) 10:00～	8月3日(日) 13:30～	12月7日(金) 13:30～
ご本人向けプログラム説明会	① 4月17日(水) 13:30～	① 8月20日(火) 13:30～	① 12月13日(金) 13:30～
	② 4月25日(木) 13:30～	② 8月26日(月) 13:30～	② 12月17日(火) 13:30～

### 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

### 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

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>

個人情報の取り扱いについては  
<https://www.tokyoshigoto.jp/privacy/>をご覧ください。



URL



X



Facebook



# 3か月プログラム

## 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**か月目 <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
- ボランティア活動
- 整理収納講座
- OB・OG座談会
- メンタルヘルス講座 など

**2**か月目 <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
- 印象アップ講座
- ビジネスマナー講座
- 地域社会参加
- 美文字レッスン
- 企業見学 など

**3**か月目 <就労自立>  
就職活動準備

- 会社説明会・職場体験
- 履歴書・応募書類作成
- 求人検索方法
- 面接練習
- 修了式 など

## 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か月と長めですが、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。（カリキュラム選択制）

- ✓ **これまで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

もし参加していなかったら  
今も家で悩む3か月を  
過ごしていたかも。  
前向きに動けるようになり  
ました。

話を聞いてくれるスタッフと  
仲間がいるだけで  
社会に出たい、働きたい  
という気持ちになりました。

## 募集要項

- 対象** 事業開始日時時点で35歳から54歳の方で、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。

