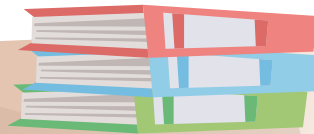


参加
無料

託児
付き

もう一度“働くワタシ”に
出会う第一歩はココから!



内容一部
リニューアル

事務職入門コース

プログラム期間

2024年5月13日月 ~ 5月28日火 ※土・日除く
10:00~16:00

フォローアップセミナー

2024年6月11日火
※10:00~16:00

場所

- ・東京しごとセンター多摩
- ・職場体験先

申込期間

2024年3月15日金 ~ 4月23日火 ※日・祝日を除く
※最終日の受付は15:00まで
※東京しごとセンターに登録、申込用紙に記入、アドバイザーを通してのお申込み

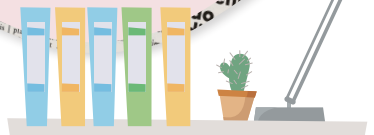
対象

出産・育児・介護などからの再就職を目指す、概ね54歳までの女性
※詳しくは中面「お申し込みにあたっての注意事項」をご確認ください

定員
25名

こんな方にオススメ!

- 事務職で再就職したい
- ブランクがあるので自信をつけたい
- 仲間と一緒に学びたい
- 再就職経験者や人事担当者の話が聞きたい



東京しごとセンター多摩

女性しごと応援テラス多摩

〒190-0023 東京都立川市柴崎町3-9-2 立川駅南口東京都・立川市合同施設3階

お問い合わせ
お申し込み

TEL:042-529-9003

平日：9時~20時 土曜：9時~17時 ※日曜祝日・年末年始はお休みです。

しごとたま テラス

検索

<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>

- 個人情報の取り扱いの詳細について <https://www.tokyoshigoto.jp/tama/privacy/> をご覧ください。
- 災害等やむを得ない事情で中止・延期となる場合、東京しごとセンター多摩ホームページ等でお知らせいたします。
- 「雇用保険受給資格」の求職活動として認められる場合があります。



参加者の声

子育て・家事と両立して受講できるのか、参加前はとても不安でしたが、何とか全日程を受講できました。

再就職してからの生活リズムを体感できました。

託児があったので、子供と離れて

自分のために時間を使うことが新鮮でした。

同じ子育て中の方との

情報交換もとてもためになりました。



コース受講前は、ディスカッションやグループワークなどの経験があまりなかったので不安でしたが、体験してみると、他の方の意見や考え方を知ることができ、

自分の視野が広がりました。

思っていた以上に得るものがあり、仕事のためだけでなく

日常生活にも活かせる

学びがありました。

自分自身に対しても、

PCスキルに対しても、

自信が付けられました。

職場体験 について

参加者の声

●初めての環境に入るので緊張していましたが、体験先では、とても温かく受け入れてくださり安心しました。

●職場の方々の「チームワークの良さ」に触れ、働きやすい職場なのだろうな、と感じました。この経験を今後の仕事探しに生かしたいです。



第1回 事務職入門コース スケジュール

3日目から7日目で、事務の基本と基礎実務を学びます。
上記以外の日は、参加者同士の情報交換や交流会を通じて、
“ありがたい姿＝働くワタシ”を描きます。

プログラム / 実施時間 10:00～16:00

回	日付	科目	
1	5月13日(月)	オリエンテーション 再就職の準備 / 自己理解	・再就職の心構え ・自分にとっての「働く」を見直す ・就職活動に求められるビジネスマナー ・自分の強みを知る
2	5月14日(火)	仕事理解	・女性の雇用環境を知る ・求人市場の理解 ・求人票の読み方
3	5月15日(水)	事務基礎知識	・様々な事務職の仕事を知る ・事務に期待される役割と仕事 ・仕事をスムーズに進めるポイント
4	5月16日(木)	パソコン実習① (Word)	・職場でパソコンを使う上での注意点 ・ビジネスメール ・社内文書作成
5	5月17日(金)	パソコン実習② (Excel)	・基本的な表の作成、計算、グラフ作成 ・データ入力、データベースの活用
6	5月20日(月)	パソコン実習③ (PowerPoint)	・基本的なスライド作成と編集 ・プレゼンテーション資料の作成と発表
7	5月21日(火)	事務実践ワーク (WEB会議ツール含む)	・パソコンを使って仕事をしてみよう(アンケート集計他) ・WEB会議ツールの使い方実践
8	5月22日(水)	職場体験準備 交流会(再就職経験者・人事担当者)	・再就職者の体験談を聞こう ・企業の人事担当者とフリートーク
9 ? 11	5月23日(木) 5月24日(金) 5月27日(月)	職場体験	・1～3日の間で職場を体験 ※参加者、受け入れ企業双方のニーズの合致により 1日から最大3日間の実施となります。
12	5月28日(火)	再就職活動に向けて	・職場体験振り返り ・応募書類の基本 ・現状の整理と今後の行動計画の作成

フォローアップセミナー / 実施時間 10:00～16:00

13	6月11日(火)	午前:働いてからも役立つ! 印象をよくするポイント・服装・カラー 午後:就職活動振り返り / 面接トレーニング
----	----------	--

託児の希望者の方へ

予約制 / 無料

《対象年齢》

満1歳～6歳(未就学児)

- ・別途申し込みが必要です。
- ・会場(東京しごとセンター多摩)内に託児場所を設置します。
- ・職場体験の日は、直接、職場体験先企業に行っていただく都合上、東京しごとセンター多摩での託児はご利用いただけません。ご自身での手配をお願いします。
- ・ご希望に添えない場合もございます。詳細についてはお問い合わせください。



お申し込みにあたっての注意事項

お申し込みできる方

- 主に出産・育児・介護などの理由で現在離職をされている、概ね54歳までの女性（その他の理由の方も可）
- 全日程参加できる方
- パソコンの基本操作（基本的な入力程度）ができる方

受講までの流れ

1 予約

個別面談の事前予約受付（電話）

☎ 042-529-9003

※日・祝日を除く ※最終日（4/23）の受付は15:00まで

- 電話にてプログラム参加希望の旨を伝えて、個別面談をご予約ください。
- 個別面談の予約をいただいた段階では、プログラムへの参加はまだ確定していません。

2 個別面談

面談会場

東京しごとセンター多摩

- 参加ご希望の方には、申込書の提出と、現在の状況のヒアリングをさせていただきます。
- 申し込みには「東京しごとセンター多摩」の利用登録が必要です。登録がお済みでない方は、面談の前に「新規利用登録」の手続きをご案内いたします。

3 受講決定のご連絡

受講が決定した方のみ、後日ご連絡いたします。（受講意向の確認）



4 受講開始

5月13日（月）からスタート

その他の確認事項

当コース／職場体験について

- 本プログラムは、交流会参加企業・職場体験先企業へ就職をお約束するものではありません。また、受講者の就職を100%保証するプログラムではないことをご了承ください。
- 受講料は無料ですが、実施会場となります「東京しごとセンター多摩」までの交通費、職場体験先企業までの交通費等はご負担いただけます。
- 本プログラムの受講については、結婚・出産・育児・介護などの理由で現在離職をされている方や、これらの理由によりブランクが長かった方、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。

個人情報について

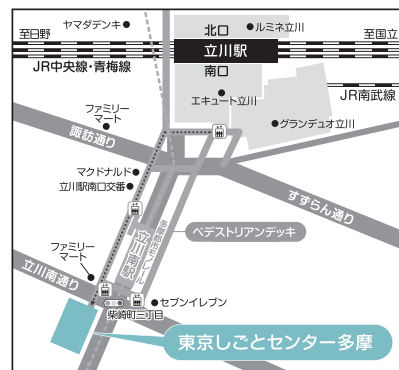
- 「申込書」は、東京しごとセンター多摩・女性しごと応援テラス多摩の「女性再就職サポートプログラム」の雇用就業支援受託事業者である「パーソルテンプスタッフ株式会社」が責任を持って管理・破棄いたします。（応募書類の返却はいたしません）
- 職場体験参加は必須です。職場体験先の企業に対し、事前に「氏名・事務職経験の有無・OA経験」に関する情報を開示いたします。
- 職場体験先企業により、個人情報保護及びコンプライアンスの観点から、誓約書等への署名捺印が必要になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

会場

東京しごとセンター多摩

立川市柴崎町3-9-2

JR「立川」駅 徒歩4分、多摩都市モノレール「立川南」駅 徒歩1分
ペDESTリアンデッキ直通



令和6年度 女性再就職サポートプログラム申込書

※左ページの「お申し込みにあたっての注意事項」を了承し、当コースに申し込みます。

申込日: 年 月 日

【コース名称】 第1回 女性再就職サポートプログラム 事務職入門コース

氏名	フリガナ
生年月日	(西暦) 年 月 日 (歳) ※受講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 () 最寄駅 (線 駅)
託児希望	<input type="checkbox"/> 希望します (名 / お子様の年齢: 歳 ヶ月) ※受講時点での年齢をご記入ください <input type="checkbox"/> 希望しません

最終職歴	●在籍期間 年 月 ~ 年 月 ●雇用形態 正社員 / 契約社員 / 派遣社員 / パート / アルバイト ●業種・業界 () ●職務内容 ()
一番経験の長い仕事内容	(年間)
事務職経験	<input type="checkbox"/> あり ()年間 内容 () <input type="checkbox"/> なし
OA経験 (パソコン実務経験)	●該当する項目を1つ選んで ✓を入れてください <input type="checkbox"/> パソコンを使ったことがない <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
確認事項	●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? <input type="checkbox"/> あり(年前) <input type="checkbox"/> なし 〈ありの場合は以下の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 ()
資格等	

●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、()については詳細をご記入ください

- 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(施設名:)
⑤ 女性しごと応援キャラバン ⑥ 知人・親類等の紹介
⑦ SNS… インスタグラム / LINE / X (旧Twitter) / その他() ⑧ その他()

プログラム終了後も個別に
あなたの就職をサポートします

女性しごと応援テラス多摩

「女性しごと応援テラス多摩」は、女性の就職支援を目的として東京都が設置した施設です。
家庭と仕事の両立を目指す女性、これからも働きたい女性をサポートします！

わかる



就職活動やライフサイクルに合わせた充実のセミナーを受講できます。

相談できる



キャリアや家庭との両立のことで悩んだら、あなた専任の女性キャリアアドバイザーに、いつでも相談できます。

4つの
“できる”

体験できる

応募書類の作成、テレワーク体験など、情報コーナーで就職活動に役立つ様々な体験ができます。



安心できる

キッズスペースや授乳室も完備。小さなお子様連れでも安心して通えます。



東京しごとセンター多摩 女性しごと応援テラス多摩

電話番号 **042-529-9003**

住所 立川市柴崎町3-9-2 立川駅南口東京都・立川市合同施設3階

アクセス JR「立川」駅 徒歩4分、多摩都市モノレール「立川南」駅 徒歩1分
ペDESTリアンデッキ直通

営業時間 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

託児サービス 要予約・無料
※相談やセミナーをご利用の際には、東京しごとセンター多摩内の託児サービスをご利用いただけます。

