

ご利用無料
要予約

東京しごとセンター多摩

2026年 1月 セミナー日程表



1月分のお申込み開始：12月15日(月)9時から (イベントセミナーによってお申込み開始日が異なるものがございます。)
※セミナーは、初めて受講される方を優先させていただきます。定員に満たない場合は、既に受講されている方もご参加いただけます。

月	火	水	木	金	土
<p>【お問い合わせ先】 お申し込みはこちらから </p> <p>☎042-521-6761 ※初めて東京しごとセンター(多摩)をご利用の方は利用登録をしていただきます。</p> <p>受付 (月～金)9:00～20:00 (土)9:00～17:00 ※日曜、祝日、年末年始は休業</p> <p>※災害等やむを得ない事情によって、内容の変更、延期や中止等になることがあります。その際には「東京しごとセンター多摩ホームページ」等でお知らせします。</p>			1	2	3
5	6 18:00 ▼ 19:30	7	8 10:00 ▼ 11:30 18:00 ▼ 19:30	9 13:30 ▼ 16:30	10 13:30 ▼ 15:30
<p>【対象別】</p> <p>■ 全年齢</p> <p>■ ヤング 概ね29歳以下・34歳以下</p> <p>■ ミドル 概ね30歳～54歳</p> <p>■ シニア 概ね55歳以上</p> <p>■ 若者と企業の交流会 学生及び34歳以下</p> <p>■ オンライン オンデマンド</p> <p>■ Web 申込可</p>			<p>【求人検索ゼミ】(対象:シニア) 「インターネットで求人検索」 (初心者向け)</p> <p>【夜間ゼミ】(対象:全年齢) (少人数限定) 「自己PRの書き方、伝え方」</p>	<p>【グループカウンセリング】 (対象:全年齢) 「体験を話そう」 ～良い体験を話すことで、就職活動に活かそう～</p>	<p>【土曜セミナー】 (対象:全年齢) 論理的に伝える面接力向上講座</p>
12	13 18:00 ▼ 19:30	14 13:30 ▼ 16:00	15 18:00 ▼ 19:30	16 13:30 ▼ 16:30	17 13:30 ▼ 15:30
<p>【夜間ゼミ】(対象:全年齢) (少人数限定) 「面接で問われるコミュニケーション能力」</p>	<p>【就職ノウハウ】(対象:シニア) 人生100年時代の「ウェルビーイング」 ～シニアライフをより良く生きる～ ・個別相談会(16:00～17:00)</p> <p>【オンラインオンデマンド】 (対象:全年齢) <配信期間>1/14～1/21 未来志向の就職準備 ～経験をチカラに変える3つのステップ～</p>	<p>【夜間ゼミ】(対象:全年齢) (少人数限定) 「ロールプレイで面接訓練」</p>	<p>【グループカウンセリング】 (対象:全年齢) 強み発見のための自己分析 ～強みを活かした自己PRの作り方～</p>	<p>【土曜セミナー】 (対象:全年齢) 自信を持って応募! 同時応募から採用までの流れを知ろう</p>	
19 13:30 ▼ 16:00	20 13:00 ▼ 16:25 18:00 ▼ 19:30	21	22 10:00 ▼ 11:30 13:00 ▼ 15:00 18:00 ▼ 19:30	23 10:00 ▼ 16:00 13:30 ▼ 16:30	24
<p>【就職ノウハウ】 (対象:ヤング) 私とキャリアを伝える! 面接対策「基本のキ」 ・個別相談会(16:00～17:00)</p>	<p>【若者と企業の交流会 in国分寺】 (対象:学生及び34歳以下) <会場>cocobunjiプラザ ・セミナー(13:00～14:00) ・企業との交流会(14:00～16:25)</p> <p>【夜間ゼミ】(対象:全年齢) (少人数限定) 「就活で役立つビジネスマナー」</p>	<p>【オンラインオンデマンド】 (対象:全年齢) <配信期間>1/21～1/28 採用面接 アピール力UP! 採用担当者との良い関係性を築くためのポイント</p>	<p>【求人検索ゼミ】(対象:シニア) 「インターネットで求人検索」 (初心者向け)</p> <p>【しごとま面接対策セミナーin府中】 (対象:全年齢) <会場>府中市市民活動センター プラッツ <参加企業>20社程度 第1部(10:00～12:15) 第2部(13:45～16:00)</p> <p>【グループカウンセリング】 (対象:全年齢) 「何回でも大丈夫!励まし合って作る 就活オリジナルスケジュール」</p>	<p>【しごとま就職面接in府中】 (対象:全年齢) <会場>府中市市民活動センター プラッツ <参加企業>20社程度 第1部(10:00～12:15) 第2部(13:45～16:00)</p> <p>【グループカウンセリング】 (対象:全年齢) 「何回でも大丈夫!励まし合って作る 就活オリジナルスケジュール」</p>	<p>しごとまちゃん</p>
26 13:30 ▼ 16:00	27 11:30 ▼ 16:00 18:00 ▼ 19:30	28 11:00 ▼ 16:00	29 18:00 ▼ 19:30	30 13:30 ▼ 16:00 13:30 ▼ 16:30	31 11:45 ▼ 12:45
<p>【就職ノウハウ】 (対象:ヤング) やりたいことが分からなくても大丈夫。求人検索サイトで「自分に合う」を見つける方法 ・個別相談会(16:00～17:00)</p>	<p>【おしごと応援フェアin立川】 (対象:全年齢) <会場>東京しごとセンター多摩 <参加企業>12社程度 ・セミナー&企業PR ①(11:30～12:45) ②(13:30～14:30) ・面接会&各コーナー(12:45～16:00)</p> <p>【夜間ゼミ】(対象:全年齢) (少人数限定) 「面接で問われるコミュニケーション能力」</p>	<p>【既卒等若年者向け就職面接会in立川】 (対象:34歳以下の方) <参加企業>10社程度(各部5社) 午前の部(11:00～13:00) 午後の部(14:00～16:00)</p>	<p>【夜間ゼミ】(対象:全年齢) (少人数限定) 「ロールプレイで面接訓練」</p>	<p>【就職ノウハウ】(対象:ミドル) ストレスマネジメント講座 「就活・仕事に役立つストレス解消と 良質な睡眠のヒント」 ・個別相談会(16:00～17:00)</p> <p>【グループカウンセリング】 (対象:全年齢) ～「孫子の兵法」に学ぶ～ 就活力をアップデートする方法!</p>	<p>【はたらくプラス × たま未来・産業フェア】 (対象:全年齢) <会場>東京たま未来メッセ 「働く自分」が見えてくる!多摩の企業で見つける私のキャリア ～多摩で働くリアルな魅力を知り、次の一歩につなげよう～</p>