

女性のための再就職準備セミナー&個別相談会

参加無料

託児付き

個別相談会あり

※詳細は裏面

段取り力UP!

『できる自分』へ楽しく
ステップアップ

毎日の生活をもっとスムーズに過ごせたらいいのに…

女性は特に家庭でも職場でも役割が多く、限られた時間の中で多くの仕事をこなすことが求められがちです。そこで物事を効率よく進めるための段取り力をアップさせませんか? このセミナーでは、ご自身の具体的な課題を利用して、「段取り」の付け方の手順などを楽しく学びます。1つずつステップアップして、1年後には、仕事や家事をサクサクこなせる「できる自分」に出会いましょう。

※普段お使いの手帳やスマホのスケジュールアプリをお持ちいただくことをおすすめします。

2022年

12月9日 金 10:00~12:00
※9:30~開場・受付
※12:05~個別相談会(希望者のみ)

— 申込開始11月5日(土)から —

会場 多摩市立関戸公民館 大会議室
(多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ8階)対象者 再就職活動中、またはこれから働きたいと
考えている女性

※初めて東京しごとセンター多摩をご利用の方は会場で利用登録をしていただけます。

定員 40名(先着・予約制)

講師 岡田 東詩子
人材育成コンサルタント

大学卒業後メーカー勤務、子育て中に様々なパート・アルバイトを経験し、起業。複数の教育研究会社で人材育成のための数多くの研修プログラムの研究・企画・作成にあたり講師としても登壇。心身ともに充足した人生を歩むために能力を発揮し人間関係を良くする考え方や行動様式を提案アドバイスしている。

地図

多摩市立関戸公民館
ヴィータ・コミュニネ8階
(OPAの入ったビル)京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」
西口徒歩3分

託児について

- ・対象年齢：1歳~6歳(未就学児)
- ・費用：100円(飲み物、おむつ、着替え、ビニール袋等持参)
- ・定員：4名(先着順・予約制)
- ・申込締切：12月2日(金)

お子様の体調の状態により、サービスをご利用いただけない場合がございます。

東京しごとセンター多摩
女性しごと応援テラス多摩

〒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(12/29~1/3)はお休みです。

※お申し込みは電話またはWebで

しごとたま テラス

検索



■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。



🌸 個別相談会について

女性のための再就職準備セミナーの後に

今のあなたの状況を 就職支援アドバイザーに 相談してみませんか？

お気軽に
ご参加
ください。

- 時間**
- ① 12:05～
 - ② 12:40～
 - ③ 13:15～ 一人30分

ホッ
学びの後のひと息ませんか
お話ししてリフレッシュしませんか

会場 多摩市立関戸公民館 第3学習室
(多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニェ8階)

定員 10名(先着・予約制) ※託児なし。(お子様同伴可)



■女性しごと応援テラス多摩の活用法

利用登録



カウンセリング

まずはアドバイザーに
相談して就活をはじめよう!



ミニミニ
セミナー

各種就活セミナーが充実!

セミナー・プログラム

- ・女性再就職サポートプログラム
- ・女性のための再就職準備セミナー

イベントも随時開催!

- ・企業交流会
- ・合同面接会(※東京しごとセンター多摩にて)



情報
コーナー

求人情報の検索や
応募書類の作成に
加え、保活などの
関連情報も閲覧
できます!

再就職を目指そう!



SNSで情報を配信中。



またお仕事を
始めたいけど
不安だな...

結婚・出産・育児・介護等から再就職を目指す方
女性しごと応援テラス多摩が
あなたをサポート!

女性しごと応援テラス 多摩



TEL: 042-529-9001

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

〒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

しごたま テラス

検索

平日: 9時~20時 土曜: 9時~17時
※日曜祝日・年末年始(12/29~1/3)は
お休みです。



■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。

■新型コロナウイルス感染症への予防対策について
ご来所・ご参加の際は、次のご協力をお願いします。
マスク着用・咳エチケット・検温・手指消毒・手洗い・うがい