

# 女性しごと応援テラス多摩 セミナー日程表

女性しごと応援テラス  
多摩

～2023年2月～

受講無料

全年齢・女性対象

月	火	水	木	金
		<p>1</p> <p>🍀 女性と企業の トークカフェ ～イマドキ企業は 女性の味方！～ in 府中</p> <p>13:00～16:00</p> <p>会場：府中市男女共同参画 センター「フューラル」 申込開始：12/21（水）</p>	<p>2</p>	<p>3</p> <p>◆ 女性再就職準備 セミナー&amp;個別相談会 in 三鷹</p> <p>10:00～12:00</p> <p>「わたらしい」働き方 を見つけよう！～仕事と育児の My バランスを考える～</p> <p>会場：三鷹産業プラザ 申込開始：12/15（木）</p>
<p>6</p> <p>7</p> <p>8</p> <p>9</p> <p>10</p>		<p>女性再就職サポートプログラム 医療事務入門コース in 立川</p> <p>申込期間 受付終了</p> <p>コース期間 2023年2月6日(月)～2月21日(火)</p> <p>会場 東京しごとセンター多摩</p> <p>対象 概ね54歳以下の離職している女性求職者</p>		<p>📖 ミニミニセミナー 10:00～12:00</p> <p>フレームワークで思考の 整理をしてみましょう！</p> <p>会場：東京しごとセンター多摩 5階 申込開始：1/16（月）</p>
<p>13</p>	<p>14</p>	<p>15</p>	<p>16</p>	<p>17</p> <p>♥️ ミニセミナー in 東大和 10:00～12:00</p> <p>～いきいきと働いたの ために～ わたしにぴったりの ライフワーク・バランスを 考えてみよう！</p> <p>会場：東大和市中央公民館 申込開始：1/16（月）</p>
<p>20</p>	<p>21</p> <p>🍀 女性再就職支援 オンラインセミナー ～理想の未来に向 かって～ SDGs から 考える「わたらしい 生き方、働き方」</p> <p>申込開始 1/16（月）</p>	<p>22</p>	<p>23</p>	<p>24</p>
<p>オンデマンド配信 2月21日～28日</p>				
<p>27</p> <p>◆ 女性再就職準備 セミナー&amp;個別相 談会 in 日野</p> <p>10:00～12:00</p> <p>アナウンサーから学ぶ 育児にも仕事にも活か せる「好印象な話し方」</p> <p>会場：多摩平の森ふれあい館 申込開始：1/16（月）</p>	<p>28</p> <p>♥️ ミニミニセミナー 10:00～12:00</p> <p>就活にもコミュニケー ションにも役立つ！ レジリエンスを学んで しなやかライフ</p> <p>会場：東京しごとセンター 多摩 5階 申込開始：1/16（月）</p>	<p>【留意事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●初めて東京しごとセンターをご利用の方は会場で利用登録をしていただきます。</li> <li>●セミナーは、初めて受講される方を優先させていただく場合がございます。</li> <li>●ミニミニセミナーの開場・受付は、セミナー開始10分前ですご注意ください。</li> <li>●災害等やむを得ない事情によって中止・延期になる場合には、「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。</li> <li>●新型コロナウイルス感染症等への対策としてご協力をお願いします。（マスク着用 / 検温 / 手指消毒 / 咳エチケット等）</li> </ul>		

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 ※日曜日・年末年始(12/29～1/3)はお休みです。

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

しごとたま テラス

検索



# ミニミニセミナーのご案内

女性しごと応援テラス  
多摩

主に出産・育児・介護などの理由で現在離職をされている女性の方を対象にした少人数制のセミナーです。

受講無料

全年齢対象

予約制

※セミナーは、初めて受講される方を優先させていただく場合がございます。

日時 会場	内容	定員	講師	託児サービス (要予約/ 6営業日前まで)
2月9日(木) 10:00~12:00 東京しごとセンター多摩5階	<b>フレームワークで思考の整理を してみましょ!</b> いろいろ考えているうちに、思考がからまってほどこなくなっていますか? フレームワークを使って今まで考えていたものをゼロにせず、 整理しながらほどこいていく練習をしてみましょ!	4名	就職支援 アドバイザー	 満1歳から 未就学児まで
2月17日(金) 10:00~12:00 東大和市中央公民館	<b>~いきいきと働くわたしのために~ わたしにぴったりのライフワーク・ バランスを考えてみよう!</b> 自分の人生・日常を振り返り、「自分らしさ」を取り戻すポイントを 見つけることで、自分らしいライフワーク・バランスとは何かを考えていきます。	15名	中澤 恵子 産業カウンセラー	託児付きセミナー 託児しめ切り: 2/9(木) 満1歳から 未就学児まで
2月28日(火) 10:00~12:00 東京しごとセンター多摩5階	<b>就活にもコミュニケーションにも役立つ! レジリエンスを学んでしなやかライフ</b> レジリエンスとは回復力や弾力性のこと。 心のレジリエンス力を高めてしなやかに人生を楽しみましょう。	4名	就職支援 アドバイザー	 満1歳から 未就学児まで

## 女性しごと応援テラス多摩の活用法

利用  
登録



カウ  
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!



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!

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)



SNSで情報を配信中。

お申込み・お問合せ

女性しごと応援テラス多摩

☎042-529-9003

平日: 9時~20時 土曜: 9時~17時

※日曜日・年末年始(12/29~1/3)はお休みです。

