

イベント info 8月 2025

受講無料

全年齢・女性対象

予約制

託児サービス有（オンラインセミナーを除く）

プログラム

女性再就職サポートプログラム in 立川

デジタルスキル入門コース

結婚・出産・育児・介護などによるブランクから、家庭と両立できる再就職を目指す13日間のプログラム。
PCスキル・専門知識の習得、再就職に必要な心がけや準備をしていただきます。

プログラム期間：9/1月～9/17水・10/1水 10:00～16:00
会場：東京しごとセンター多摩5F、職場体験先

選考有

定員25名

こんな方にオススメ！

- ・「ノーコード」を体験してみたい
- ・キャリアチェンジを目指している
- ・仲間と共有しながら学びたい
- ・久しぶりに再就職を目指す方

詳細は
こちらから



申込期間

申込受付中

～8/14
木

セミナー

ミニミニセミナー

少人数制

よりよい人間関係を作り、仕事をスムーズに進めるための「ビジネスコミュニケーション」

職場において、よりよい人間関係を築き、仕事を円滑に進めていくためのカギとなるビジネスコミュニケーションについて、押さえておくべきポイントをお伝えします。
出産・育児・介護等で職場から長く離れていた方でも、仕事上の場面を想像しながら、伝え方や聴き方を考えるワークを通して学びます。

会場：東京しごとセンター多摩5F

8/8

金

10:00～
12:00

セミナー

ミニミニセミナー

少人数制

コミュニケーションのヒントを得よう！ 自己理解・他者理解を深めるための「エゴグラム」

エゴグラムは心理学理論に基づき、性格タイプや行動パターンを知るものです。自分のクセや、他者との関わり方への気づきを得ることで仕事・家庭・その他の場面でのコミュニケーションに活用し、両立をスムーズにするヒントを探しましょう！

会場：東京しごとセンター多摩5F

8/22

金

10:00～
12:00

セミナー

出張ミニセミナー

WEB申込有

定員15名

in 三鷹

自分にとっての幸せ（ウェルビーイング）を考えてみよう！

会場：三鷹産業プラザ 701会議室

8/29

金

10:00～
12:00

詳細・申込は
こちらから



セミナー

オンライン・オンデマンドセミナー

WEB申込有

忙しいあなたの味方！AIで時短就活術 ～企業・業界・仕事研究をラクに進めるコツ～

オンデマンド配信

8/20

水

～8/27
水

詳細・申込は
こちらから



女性しごと応援キャラバン

8/6（水） 吉祥寺 8/21（木） 青梅

8/13（水） 国分寺 8/28（木） 立川

お問い合わせ／お申し込み

TEL：03-6734-1346

（女性しごと応援キャラバン専用）

詳細・申込は
こちらから



【託児サービスについて】

- 要予約（6営業日前迄）
- 満1歳から未就学児まで
- 託児対応時間 平日（月～金）10:00～17:00



東京しごとセンター多摩

女性しごと応援テラス 多摩

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。

- 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。
- 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。
- 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。

8月申込開始 イベント・プログラムのご案内

申込開始日	名称	イベント・コース期間	定員	会場	対象
8/6(水)	子育て女性向け再就職支援イベント in 調布 「家庭も自分も大切にしたいあなたへ ～価値観・お金・職場選びのコツ～」&交流会	9/18(木) 10:00～12:30	50名	調布クレストンホテル	家庭と仕事を両立しながら働くことを考えている女性(主に、現在子育て中の女性)
8/15(金)	女性再就職サポートプログラム in 立川 経理基礎コース	10/14(火) ～10/29(水)	25名	東京しごとセンター多摩	概ね54歳以下の離職している女性求職者
8/15(金)	出張ミニセミナー in あきる野	9/26(金) 10:00～12:00	15名	あきる野ルピア	就職活動中または、これから働きたいと考えている女性の方
8/25(月)	女性と企業のトークカフェ in 多摩 ～イマドキ企業は女性の味方～	10/10(金) 13:00～16:00	15名	多摩市立 関戸公民館	就職活動中または、働くことに興味がある女性

女性しごと応援テラス 多摩

でできること

相談コーナー

担当アドバイザー制で皆様の就職活動をサポート！面接練習や履歴書・職務経歴書などの応募書類添削もご相談ください。

情報コーナー

書類作成用パソコン(履歴書、職務経歴書、添え状のテンプレートあり)、インターネット検索用パソコン、テレワーク体験用パソコン

キッズスペース

お子様連れでも安心してご利用いただけます。



女性しごと応援テラス多摩開催のセミナー・プログラム等一覧

セミナー・プログラム等

■ 女性再就職サポートプログラム

就職に役立つ知識や職種別の実習、職場体験までを組み合わせた10～13日間程度のプログラム
・事務職入門コース ・経理基礎コース ・医療事務入門コース ・デジタルスキル入門コース

■ ミニセミナー

再就職へのノウハウや働く上での課題解決に向けて、情報交換しながらみんなで一緒に学べるセミナー

■ 女性しごと応援キャラバン

各地域で開催する再就職支援セミナーと個別相談がセットになったイベント

企業イベント

■ 女性応援ジョブフェア (合同就職面接会)

家庭と両立したい女性の働き方に理解のある地域に根差した企業や求人を集めたイベント

■ 女性と企業のトークカフェ

カジュアルな「交流会」と、企業を実際に見られる「見学会」がセットになったイベント

※上記「女性しごと応援テラス多摩」で実施しているセミナー・プログラム等のほか、東京しごとセンター多摩内で実施しているセミナー・イベントも併せてご利用いただけます。



託児サービス

無料・要予約

平日の相談やセミナーをご利用の際には、託児サービスをご利用いただけます。

対象 満1歳～6歳までの未就学児のお子様 **お申込み** 相談・セミナー予約時にお申し込みください。(6営業日前まで)

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 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

☎ 042-529-9003

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

しごとまテラス 検索



【個人情報の取り扱いについて】

利用登録時にご提供いただいた個人情報は、東京しごとセンター(多摩含む。)及び東京都が行う就業支援サービス事業及びその付随サービス実施のため必要な範囲(事業実施にあたって行う各種事務処理、各種お問合せやご意見への確認・回答、アンケート調査依頼、希望者への各種お知らせの案内)で利用いたします。詳細は、東京しごとセンター多摩のプライバシーポリシー (<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/privacy/>) をご覧ください。

