



東京都

東京しごとセンター

多摩

女性しごと応援テラス
☆多摩☆

女性のための再就職準備セミナー&個別相談会

参加無料

保育付き

個別相談会あり

※詳細は裏面

未来の私のために

自分らしいライフプランと
働き方を考えよう

家庭のこと、仕事のこと、将来のことについて、迷いや不安を感じることがあると思います。この先自分がどのように生きていきたいのか？何をしたいのか？自分に何が出来るのか？など、なんとなく抱えているモヤモヤを、講義とワークを通して見える化し、整理します。そして自分らしい生き方に向けたライフプランをつくります。

併せて、人生100年時代と言われる中、多様な働き方の情報もお伝えします。

2022年

12月19日 月 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15日(火)から —



会場

小金井宮地楽器ホール 小ホール
(小金井市本町6-14-45)

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きます。

定員

40名(先着・予約制)

講師

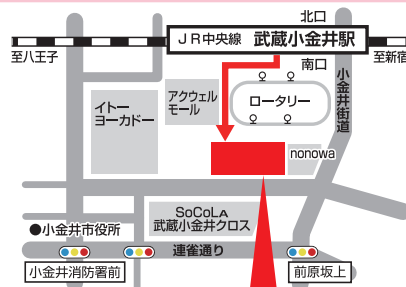
滝澤 理砂

国家資格キャリアコンサルタント



大学卒業後約15年間、複数企業において採用業務や教育研修業務等に従事。その後カウンセラー資格を取得し、15年以上にわたり、若年から中高年層まで幅広い方々を対象に就職支援及び能力開発に携わる。現在はフリーランスとして、自治体・大学・企業・社会人向けスクール等における講師やキャリアコンサルティング業務、及び企業における採用面接代行業務にも従事している。

地図



小金井 宮地楽器ホール 小ホール

JR中央線「武蔵小金井駅」南口より徒歩約1分

保育について

- ・対象年齢：1歳~6歳(未就学児)
 - ・費用：無料(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12日(月)
- 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。



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 ①12:05～
②12:40～
③13:15～
一人30分

会場 宮地楽器ホール 小ホール
(小金井市本町6-14-45)

あなたの町で
就職相談が
できます

相談できて
気持ちが楽に
なりました

自分のことを
話すことで、今後に
ついて整理が
できました

■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。



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いたします。
マスク着用・咳エチケット・検温・手指消毒・手洗い・うがい