

Information



こんな方におすすめです！

このままでいいの不安...

わたらしいって何だろう...

何から始めればいい？

～わたらしくはたらく第一歩～
これからのライフキャリアデザイン

大事にしたいことの優先順位がつけられず迷う...

周りと比較して焦りを感じる

何を重視したらよいかわからない

～大事にしたいこと・できること・やりたいこと～
迷いを整理できる自己分析

在宅勤務と在宅ワーク何が違うの？

どうやって探せばいいの？

どんなスキルが必要？

～在宅ワークのリアルを知って踏み出そう～
在宅ワークのはじめ方

自分の時間を大切にしたい

毎日が忙しくゆとりがほしい...

無理なく成果を出したい

～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～
タイムマネジメントのコツ

7月も開催します！

※お申込みは6月より開始いたします。

多摩地区

多摩	7月 2日(木)	会場 関戸公民館	セミナー ～これからの見通しを立てる～ お金から考えるライフとキャリア
東久留米	7月 9日(木)	会場 成美教育文化会館	セミナー ～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～ タイムマネジメントのコツ
日野	7月14日(火)	会場 多摩平交流センター	セミナー ～大事にしたいこと・できること・やりたいこと～ 迷いを整理できる自己分析
吉祥寺	7月21日(火)	会場 吉祥寺 東急REIホテル	セミナー ～情報収集のコツ～ 自分に合う求人の探し方
23区			
杉並	7月 8日(水)	会場 ワイム貸会議室 荻窪	セミナー ～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～ タイムマネジメントのコツ
船堀	7月16日(木)	会場 タワーホール船堀	セミナー ～在宅ワークのリアルを知って踏み出そう～ 在宅ワークのはじめ方
中野	7月22日(水)	会場 中野セントラルパーク カンファレンス	セミナー ～大事にしたいこと・できること・やりたいこと～ 迷いを整理できる自己分析
葛飾	7月28日(火)	会場 ウィメンズパル	セミナー ～これからの見通しを立てる～ お金から考えるライフとキャリア

事前予約制
先着順

お申込み・詳細はこちら \ webからが便利! /

受付期間：2026年5月7日(木)～ ※定員になり次第、締め切りとなります。
※定員になり次第、締め切りとなります。お早めにお申込みください。

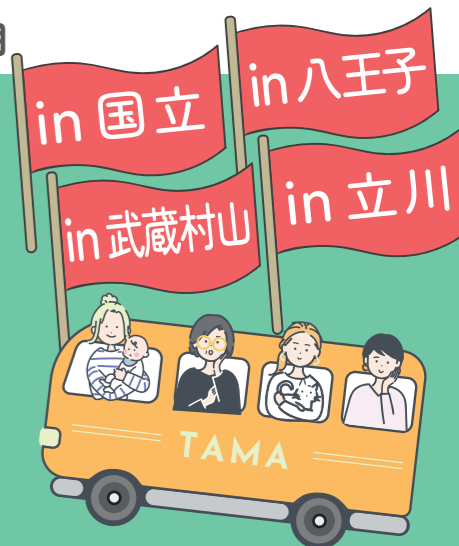


あなたの街で就活サポート！

女性しごと応援キャラバン

就活セミナー 個別相談会

はたらきたい女性のイベント



参加費 すべて無料

都内各地 83回開催

0歳6ヵ月～ 無料託児付

国立 共催：国立市 6月11日(木) 国立市商業協同組合 さくらホール セミナー ～わたらしくはたらく第一歩～ これからのライフキャリアデザイン	八王子 共催：八王子市 6月15日(月) 京王プラザホテル八王子 宴 セミナー 大事にしたいこと・できること・やりたいこと～ 迷いを整理できる自己分析	武蔵村山 共催：武蔵村山市 6月18日(木) 緑が丘ふれあいセンター 多目的ホール セミナー 在宅ワークのリアルを知って踏み出そう～ 在宅ワークのはじめ方	立川 共催：立川市 6月25日(木) 東京しごとセンター多摩ホール セミナー ～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～ タイムマネジメントのコツ
--	---	---	---

各日10:00～12:00 [受付開始 9:30] ※セミナー後に個別相談会あり(希望者のみ)

事前予約制
先着順

お申込み・詳細はこちら \ webからが便利! /

受付期間：2026年5月7日(木)～ ※定員になり次第、締め切りとなります。



【主催】公益財団法人東京しごと財団

東京しごとセンター
https://www.tokyoshigoto.jp



東京しごとセンター多摩
https://www.tokyoshigoto.jp/tama/

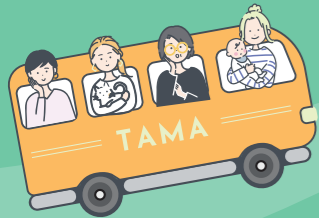


お問合せ
お申込み

東京しごとセンター TEL:03-4550-0973

女性しごと応援キャラバン運営事務局 受付時間/平日 9:00～17:00
■個人情報の取り扱いの詳細についてhttps://www.tokyoshigoto.jp/privacyをご覧ください。

・本イベントの参加にあたっては東京しごとセンターの利用登録が必要です。
・災害等やむを得ない事情によって、中止や延期、カリキュラムの一部が変更になることがあります。
・中止や延期の際にはホームページ (https://josei-caravan.jp) でお知らせします。



女性の「はたらく」をサポートするため 女性しごと応援キャラバンがあなたの街に伺います！

都内83カ所を巡り、就活イベントを開催。
お近くの会場、気になるセミナーなど、お気軽にご参加ください。

女性しごと応援キャラバンとは…

東京しごとセンターが都内各地で開催する再就職支援イベント。東京しごとセンターは、東京都が設置した仕事に関するワンストップサービスセンターとして年間延べ約25万人が利用しています。

あなたの街で就活サポート！ 女性しごと **応援** キャラバン

就活セミナー 個別相談会
はたらきたい女性のイベント

事前予約制
先着順

お申込み・詳細はこちら \ Webから便利! /

受付期間：2026年5月7日(木)～ ※定員になり次第、締め切りとなります。



イベント当日のスケジュール

🕒 9:30

受付開始

メール記載の二次元バーコードをかざして受付を行います。

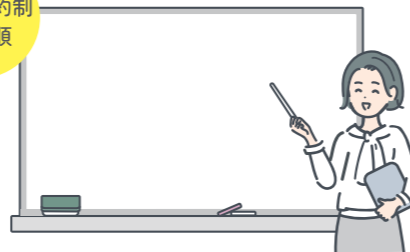


🕒 10:00～12:00

女性のためのしごと探しセミナー

就職活動に役立つ様々なテーマのセミナーをご用意。
参加者同士のペアワークも交えながら楽しく学びましょう！

事前予約制
先着順



🕒 12:15～13:20

※6月18日(木) 武蔵村山開催回のみ
13:10～13:40

個別相談会 (1人30分) [定員 各10名]

就職支援のプロがあなたの状況をお伺いし、今後についてアドバイス。
就活に関するモヤモヤなど、どんなことでもお気軽にご相談ください。

事前予約制
先着順

セミナー
参加特典



無料託児サービスあり

定員
各10名
程度

事前予約制
先着順

専門スタッフが対応しますので、
初めて託児を利用される方も
ご安心ください。

0歳6か月から託児可能！

託児可能時間

9:45 - 13:25

対象年齢(月齢)

0歳6か月～就学前

※6月18日(木) 武蔵村山開催回のみ
9:45～12:00/13:05～13:45

※申込締切は、右ページをご覧ください。



in 国立

共催：国立市

2026年 6月11日(木)

10:00～12:00 [受付開始 9:30]

国立市商業協同組合
さくらホール

東京都国立市東1-4-6 国立商協ビル 2F

定員
40名

セミナー

～わたしらしくはたらく第一歩～
これからのライフキャリアデザイン

今感じているモヤモヤを言葉にしなが
ら、自分に合った働き方や仕事探しの方向性を見つけます。



<アクセス>
●JR中央線「国立」駅(南口)から
徒歩約3分

無料託児申込締切日
2026年6月4日(木) 12:00

in 八王子

共催：八王子市

2026年 6月15日(月)

10:00～12:00 [受付開始 9:30]

京王プラザホテル八王子 宴

東京都八王子市旭町14-1
京王プラザホテル八王子 4F

定員
100名

セミナー

～大事にしたいこと・できること・やりたいこと～
迷いを整理できる自己分析

「大事にしたいこと」「できること」「やりたいこと」を整理し、
自分を深く知ることから自分らしい選択ができる軸を見つけます。



<アクセス>
●JR各線「八王子」駅(北口)から
徒歩約1分
●京王線「京王八王子」駅から
徒歩約3分

無料託児申込締切日
2026年6月8日(月) 12:00

in 武蔵村山

共催：武蔵村山市

2026年 6月18日(木)

10:00～12:00 [受付開始 9:30]

緑が丘ふれあいセンター
多目的ホール

東京都武蔵村山市緑が丘1460番地
都宮村山団地1111号棟 1F

定員
40名

セミナー

～在宅ワークのリアルを知って踏み出そう～
在宅ワークのはじめ方

在宅ワークの実際の働き方や、
始めるために必要な準備・心構えを学びます。



<アクセス>
●多摩モノレール「桜街道」駅
(2番出口)から徒歩約12分

無料託児申込締切日
2026年6月11日(木) 12:00

in 立川

共催：立川市

2026年 6月25日(木)

10:00～12:00 [受付開始 9:30]

東京しごとセンター多摩
ホール

東京都立川市柴崎町3-9-2
東京しごとセンター多摩 7F

定員
40名

セミナー

～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～
タイムマネジメントのコツ

仕事とプライベートのバランスを考えながら、
無理なく成果を出すための時間管理の方法を学びます。



<アクセス>
●JR各線「立川」駅(南口)から
徒歩約4分
●多摩モノレール「立川南」駅から
徒歩約1分

無料託児申込締切日
2026年6月18日(木) 12:00