

両立のためのさまざまな 「役割」と「本来の自分」 を見つめなおそう！

～キャリアもお部屋もスッキリ！整理整頓術～

オンデマンド
配信期間

2026 8/19 水 ~ 8/26 水

日々さまざまな役割を頑張る女性の皆さんへ。片付けの基本とキャリアを
掛け合わせ、部屋もキャリアもスッキリ整理する方法をお伝えします。

これまでの経験を振り返りながら本来の自分を見つめなおし、
次の一步を踏み出してみませんか？

参加
無料

学べる
ポイント

①

片付けのプロが教える！
部屋をスッキリ整える
基本のコツ

②

片付けの3ステップ
を応用したキャリアの
作り方

③

日々の経験が
強みに変わる！
自己理解ワークの実践

④

一人で悩まない！就職
支援アドバイザーに
相談して一歩を踏み
出すヒント

講師

大村 信夫 氏

国家資格キャリアコンサルタント

電機メーカーに勤務しながら「片付けパパ」「片付け部長」として活動。
共働きで3児の子育てパパ。
整理収納アドバイザー1級、キャリアコンサルタントの資格を活かし、
部屋からキャリア（人生）まで整えることをコンセプトに活動中。

申込期間 2026年7月15日（水）9:00～8月18日（火）昼12:00まで

※このセミナーへお申し込みいただくためには、東京しごとセンター多摩への利用登録が必要になります。

使用システム Zoom

対象者 これから働きたいと考えている女性

申込方法 右の二次元コードより申込フォームへアクセスしてください。

※このセミナーは東京しごとセンター多摩のオンライン利用規約と
プライバシーポリシーに同意した方のみ参加できます。

視聴方法 申込時のメールアドレスに参加用 URL をお送りします。



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 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

平日 午前9時～午後8時 土曜 午前9時～午後5時 日曜、祝日、年末年始（12/29～1/3）はお休み

しごとたま テラス

■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。

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に必要な範囲（事業実施にあたって行う各種事務処理、各種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。

主催：公益財団法人東京しごと財団 東京しごとセンター多摩

●オンラインセミナー受講の流れ

オンラインセミナーを受講するには東京しごとセンター多摩の登録が必要となります。

東京しごとセンター多摩の
登録がある方

東京しごとセンター多摩を
初めてご利用の方

- ・女性しごと応援テラス多摩(または東京しごとセンター多摩)へ直接ご来所いただき、登録をする。
- ・または、オンライン就職支援
<https://www.tokyoshigoto.jp/online/>にて登録



東京しごとセンター多摩 女性しごと応援テラス多摩のHP
<https://tokyoshigoto-tama.com/terrace/>

オンラインセミナー

受講したいセミナーの申し込みボタンから申込み

登録が確認でき次第、申込み時のメールアドレスに視聴用のURLを記載したメールを
順次お送りいたします。



オンライン・オンデマンドセミナー
配信期間中にURLにアクセスしてください

※オンラインセミナーでは利用確認書の発行はしていませんが、雇用保険を受給中の方は、雇用保険求職活動の実績として認められる場合があります。ハローワークへご確認ください。

●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
- ・オンラインセミナー
- ・キャリアステップ・プロジェクト

イベントも随時開催!

- ・女性と企業のトークカフェ
- ・女性応援ジョブフェア



情報コーナー

求人情報の検索や
応募書類の作成に
加え、多摩地域の
保育園情報等も
閲覧できます!

再就職を目指そう!



SNSで情報を配信中

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: 042-529-9003

<https://tokyoshigoto-tama.com/terrace/>

〒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

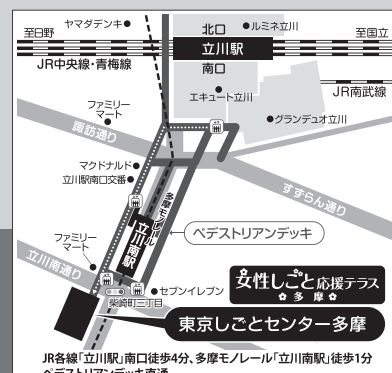
しごたま テラス

検索

平日 午前9時～午後8時

土曜 午前9時～午後5時

※日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)はお休み



公共交通機関をご利用の上、ご来場ください。