

Information



こんな方におすすめです！

将来の収入が不安…

自分に合う働き方は？

安心できる見通しを持ちたい

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

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

自分の思いを上手く伝えられない…

コミュニケーションに自信がない

職場に馴染めるか不安

～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

～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

～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

～信頼関係を築くための伝え方・聞き方～  
職場の人間関係で役立つコミュニケーション術

参加者の声

(参加者アンケートより)

はたらくミライノートの内容が大変分かりやすく、今後も活用できそうです。<40代>

今後の就活に対して前向きな気持ちになりました。<50代>

ペアワークで同じような悩みを抱える方とお話できたことが本当に嬉しかったです。<20代>

転職初心者でもわかりやすく、必要な情報が網羅されていました。<50代>

ブランクが長く、一歩を踏み出す勇気がなかなか出なかったのですが、セミナーを受けたことで一歩前進できた気がします。<40代>

託児サービスを利用できたおかげで、安心してセミナーに参加できて良かったです。<30代>

23区でも開催します！

練馬

9月 2日(水)

会場

練馬区立区民・産業プラザ Coconeri

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

すみだ

9月 3日(木)

会場

すみだ共生社会推進センター

セミナー

～情報収集のコツ～  
自分に合う求人の探し方

北区

9月 7日(月)

会場

北とびあ

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

池袋

9月16日(水)

会場

サンシャインシティ会議室

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

亀戸

9月25日(金)

会場

亀戸文化センター

セミナー

～信頼関係を築くための伝え方・聞き方～  
職場の人間関係で役立つコミュニケーション術

文京

9月30日(水)

会場

ホテル東京ガーデンパレス

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

Webからが便利!!

女性しごと応援キャラバン

検索

受付期間：2026年8月4日(火)～

※9月24日(木)調布開催回のみ  
8月6日(木)より受付開始

※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。

Instagramで  
情報発信中!



【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

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。

TEL:03-4550-0973

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



自分の将来も  
考えたいな..

私に合う仕事って  
何だろう?

良い仕事が見  
つかるか不安

¥0

参加費  
無料

回

都内各地  
83回開催

冊

就活  
ノウハウブック  
プレゼント

人

0歳6ヵ月～  
無料託児付

三鷹

共催：三鷹市

9月4日(金)

三鷹産業プラザ  
703～705会議室

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

瑞穂

共催：瑞穂町

9月10日(木)

瑞穂町民会館  
ホール

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

西東京

共催：西東京市

9月17日(木)

J:COMコール田無  
多目的ホール

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

調布

共催：調布市

9月24日(木)

調布クレストンホテル  
クレストンルーム

セミナー

～信頼関係を築くための  
伝え方・聞き方～  
職場の人間関係で役立つ  
コミュニケーション術

各日10:00～12:00 [受付開始 9:30] ※12:15～ 個別相談会(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8月4日(火)～

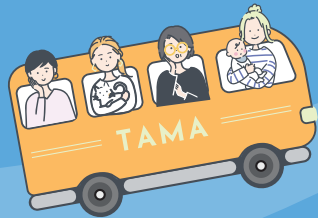
※9月24日(木)調布開催回のみ  
8月6日(木)より受付開始

※定員になり次第、締め切りとなります。



・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。  
・公共交通機関の利用を推奨しておりますが、駐車場・駐輪場等の情報については、各会場のHPをご確認ください。

中面もご覧ください▶



# 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ヵ所を巡り、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

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8月4日(火)～ ※9月24日(木)調布開催回のみ  
8月6日(木)より受付開始  
※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。  
参加者全員に就活に役立つワークをまとめた「就活ノウハウブック」をプレゼント！

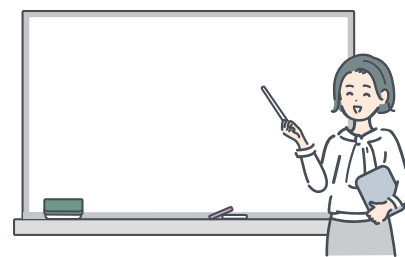


🕒 10:00～12:00

#### 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

#### 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

※申込締切は、右ページをご覧ください。

in 三鷹

共催：三鷹市

2026年 **9月4日(金)**  
10:00～12:00 [受付開始 9:30]

三鷹産業プラザ 703～705会議室

東京都三鷹市下連雀3-38-4 三鷹産業プラザ 7F

定員  
40名

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

税金や社会保険の扶養の制度を理解しながら、  
収入や働き方の選択肢を考えます。

ペアワーク  
あり



<アクセス>  
●JR各線「三鷹」駅(南口)から  
徒歩約7分

無料託児申込締切日  
2026年8月28日(金) 12:00

in 西東京

共催：西東京市

2026年 **9月17日(木)**  
10:00～12:00 [受付開始 9:30]

J:COMコール田無 多目的ホール

東京都西東京市田無町3-7-2  
J:COMコール田無 B2F

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。

ペアワーク  
あり



<アクセス>  
●西武新宿線「田無」駅(北口)から  
徒歩約7分

無料託児申込締切日  
2026年9月10日(木) 12:00

in 調布

共催：調布市

2026年 **9月24日(木)**  
10:00～12:00 [受付開始 9:30]

調布クレストンホテル  
クレストンルーム

東京都調布市小島町1-38-1 調布PARCO 8F

定員  
40名

セミナー

#### ～信頼関係を築くための伝え方・聞き方～ 職場の人間関係で役立つ コミュニケーション術

職場で円滑に働くためのコミュニケーションのコツを知り、  
気持ちよく働く関係づくりを学びます。

ペアワーク  
あり



<アクセス>  
●京王線「調布」駅(中央口)から  
徒歩約1分

無料託児申込締切日  
2026年9月14日(月) 12:00