

Zoomオンライン体験型 (3日目: オンライン)

適職探索コース

オンラインでグループワークを体験! オンライン面接にも活用できる!

3カ月間のサポートで  
早期正社員就職を応援



東京都

東京しごとセンター

ミドルコーナ

参加無料

8月開催

正社員まで一直線!

# 就活エクスプレス

受講者  
満足度

98%

5日間の  
短期集中  
プログラム



就活エクスプレス  
合同  
面接会

受講特典

専任のジョブコーディネーターが  
あなたに合った求人を紹介

書類選考無しで面接が受けられる!  
毎月1回開催

コロナ禍において正社員採用に意欲的な企業が参加!!

合同面接会 | 8月26日(金)

## プログラム説明会日程

日時

7月12日(火)

14:00~14:30

場所

東京しごとセンター  
11階 1102教室

7月13日(水)

14:00~14:30

オンライン  
Zoomウェビナー

7月25日(月)

14:00~14:30

東京しごとセンター  
11階 1102教室

予約

03-3239-3821

平日9:00~17:00  
就活エクスプレス担当

WEBでのご予約はこちらから→



## 適職探索コース

3日目: Zoom オンライン

日時

8月1日(月)~8月5日(金)

申込み期間: 6月30日(木)~7月27日(水)

時間

9:30~15:30 (休憩あり)

場所

アリビオ九段

東京都千代田区九段北1丁目6-1

定員

25名

対象

① 30~54歳でパート、アルバイト、派遣社員など  
非正規雇用経歴のある方

② 早期に正社員としての就職を目指す方

※退職日、廃業日が決定している場合のみ、正社員在職中、自営の方も対象となります

在職者限定

就活エクスプレス  
1日コース



在職中の方は  
こちら▶

※申込み受付時間は平日9:30~19:30(土曜日は9:30~16:30)となります。

※プログラム申込み最終日の受付時間は15:00までとなります。

※初めて東京しごとセンターをご利用される場合は、利用登録の手続きが必要となりますので平日は17:00、土曜日は14:00までにお越しください。

※個人情報の取扱の詳細については<https://www.tokyoshigoto.jp/privacy/>をご覧ください。

詳細は裏面へ

# 就活エクスプレス ミドル層の正社員就職をサポート

## 受講者の声 早期就職決定の声が多数!



適職探索コース  
30代・女性

一緒に受講した皆さんのおかげで、とてもモチベーションが上がりました!自分に自信が持てず、出口の見えない状態でしたが、光が見えた気がします。自分では気づけなかった強みを見つけることもできました。同じ悩みを抱えた人たちと共に考える機会を頂き、本当にありがとうございました。情報共有や、様々な価値観に触れることもでき、大変勉強になりました。自分に自信を持つことができ、就職活動に前向きに取り組むことができました。



適職探索コース  
40代・男性

正直、そこまで変わらないだろうと思っていましたが、目からウロコの連続で、本当に参考になりました。職業選択上の興味や価値観を見直す、良い機会となりました。色々な方の考え方や経験を聞くことができたので、とても有意義な時間を過ごせたと思います。受講後もジョブコーディネーターに手厚くサポートして頂き、モチベーションを保つことができました。思ったより早く就職が決まり、大変感謝しています。

## カリキュラム

3日目: Zoom オンライン

### 適職探索コース

～見つけよう!あなたらしい働き方～

質問票やカード等のツールを活用して、「職業興味」「価値観」「自分の強み」を探りながら、自分の資源の活かし方について考え、自分らしい就職を目指します。

1日目 興味・価値観のキーワード探索

2日目 自己の振り返りと求人分析

3日目 仕事の棚卸しと自己資源の活かし方

Zoom  
オンライン

4日目 企業交流会と適職の見える化

5日目 ジョブコーディネーターとの個別面談

【時間】 9:30～15:30 (休憩あり)

※会場までの交通費は自己負担となりますのでご了承ください。  
※研修場所は、アリビオ九段となります (Zoomオンライン日程を除く)。

【Zoomオンラインについて】 適職探索コースの3日目はZoomを使用してオンラインで実施します。

※グループワークを伴う研修のため、カメラONの状態に参加が可能な方が対象です。 ※通信料はご自身でのご負担になります。

## サポートの流れ

キャリア  
カウンセリング  
(申込み)

※プログラム受講については  
選考をもって確定します。

プログラム  
5日間

・自己分析  
・就活ノウハウ

合同面接会  
毎月1回

・受講者限定  
・書類選考なし

フォローアップ  
8/16 8/23

・書類対策  
・面接対策

専任のジョブコーディネーターによる個別支援(3ヵ月)と定期的なフォローアップで  
早期就職をサポート!

早期就職

まずは

東京しごとセンター

にお問い合わせください

☎ 03-3239-3821

詳しくは  
こちら!

就活エクスプレス

検索

<https://shu-katu-express.com/>



所在地

〒102-0072  
東京都千代田区飯田橋3丁目  
10番3号

受付時間

平日…9:00～20:00  
土曜…9:00～17:00  
休業…日・祝・年末年始  
(12/29～1/3)

最寄駅

「飯田橋駅」東口徒歩7分  
「水道橋駅」西口徒歩5分  
「九段下駅」徒歩10分



東京都  
が設置した  
施設です



災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。