

〈託児付き〉  
**5日間**  
コース

空白があっても大丈夫！

# 再就職はじめての一步

働くための基本のスキルを身につけて、仲間と一緒に再就職の一步を踏み出そう！



日時

平成30年  
**11月19日(月)～22日(木)・  
26日(月)の5日間**  
各日10:00～16:00

場所

**すみだ女性センター 3階 ホール**  
東京都墨田区押上2丁目12番7号  
PC会場: **リッチモンドホテル プレミア東京押上**  
**5階 会議室 SAKURA(桜)**  
東京都墨田区押上1丁目10番3号

お申込み  
できる方

- 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で離職されていて、再就職を希望する女性。  
(その他の理由の方もご相談ください)
- プログラム初日時点で54歳以下の方。
- 全5日間参加できる方。
- パソコンの基本操作(基本的な入力程度)ができる方。

申込方法

下記の期間内に、**電話**で中面記載の個別説明会・面接の  
ご予約をお願いします。 ※Webでもお申込みできます。

**申込期間：平成30年10月1日(月)～11月8日(木)**

**申込先：東京しごとセンター 女性しごと応援テラス**

**電話番号：03-5211-2855**

- \*後日、個別説明会にご参加いただき、受講希望者には面接を行います。
- \*詳しくは本資料中面「お申し込みにあたっての注意事項」をご確認ください。
- \*最終日は17:00までの受付となります。

受講料  
**無料**

定員  
**25名**

**予約制無料託児あり**

プログラム参加中は、1歳から  
未就学児までのお子様をお預  
かりいたします。(定員あり)

下記までお気軽にお問い合わせください。

お申し込み・  
お問い合わせ先

東京しごとセンター  
**女性しごと応援テラス**



TEL.03-5211-2855 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3丁目10番3号  
<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

女性しごと応援テラス

検索

参加者の声はホームページ  
(スマートフォンOK)をご覧ください。

Twitter @jyoseishigoto

Facebook <https://www.facebook.com/jyoseishigoto>



# 女性再就職サポートプログラム 地域型inすみだ コースカリキュラム

## スケジュール

| 回 | 日程        | 科目 (10:00～16:00)                                                                                                                                                             | 場所                                           |
|---|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 1 | 11月19日(月) | <ul style="list-style-type: none"> <li>● オリエンテーション</li> <li>● 「働くために必要な準備は？ 私でも働ける？」心構えと方向性を考える</li> </ul>                                                                   | すみだ女性センター<br>3階 ホール                          |
| 2 | 11月20日(火) | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 働くための準備を確認する</li> <li>● 様々な働き方を知る</li> <li>● ビジネスマナー・ビジネスコミュニケーションの基礎を確認する</li> <li>● 履歴書・職務経歴書の基本を確認する</li> </ul>                  |                                              |
| 3 | 11月21日(水) | <b>就職活動のためのパソコンスキル講座</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 仕事で使うための文書をWordで作成できるようになる</li> <li>● 簡単な表作成・計算をExcelでできるようになる</li> <li>● ビジネスメールのマナーと書き方(文例紹介)</li> </ul> | リッチモンドホテル<br>プレミア東京押上<br>5階 会議室<br>SAKURA(桜) |
| 4 | 11月22日(木) |                                                                                                                                                                              |                                              |
| 5 | 11月26日(月) | <b>これからの働き方について考える</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ブランクを経て再就職した女性からのメッセージ(体験談を聞く)</li> <li>● ライフデザインの視点から今後を考える</li> </ul>                                      | すみだ女性センター<br>3階 ホール                          |

## 場所

(託児についても、同施設内に設置します。)

### すみだ女性センター

東京都墨田区押上2丁目12番7号

- 京成・メトロ・都営 押上駅 A3出口より徒歩5分
- 東武・とうきょうスカイツリー駅より徒歩10分

### PC会場: リッチモンドホテル プレミア東京押上

東京都墨田区押上1丁目10番3号

- 京成・メトロ・都営 押上駅 B3出口より徒歩1分
- 東武・とうきょうスカイツリー駅より徒歩3分



## 職場体験

### 希望者のみ

定員10名/申込先着順

希望者は、12月に実施する職場体験にもご参加いただけます。  
職場体験は、墨田区近隣の企業でお仕事を体験いただくプログラムです。  
体験いただく業務内容は、事務補助業務が中心ですが、具体的には  
訪問先により異なります。

## 職場体験カリキュラム

職場体験(最大3日間)+職場体験準備/振り返り(各1日)の全5日間のプログラムです

| 日程                        | 時間          | 科目                                                     | 場所        |
|---------------------------|-------------|--------------------------------------------------------|-----------|
| 12月3日(月)                  | 10:00～13:00 | 職場体験準備                                                 | 東京しごとセンター |
| 12月4日(火)<br>～<br>12月6日(木) | 10:00～16:00 | 職場体験(1日～3日)<br>(参加者・受け入れ企業のニーズ合致により<br>1日～3日間の実施となります) | 企業        |
| 12月7日(金)                  | 10:00～13:00 | 職場体験振り返り                                               | 東京しごとセンター |

- \* 職場体験先へ就職を斡旋するものではありません。
- \* 申込書に職場体験参加希望の有無をご記載ください。
- \* 12月3日(月)・7日(金)は、東京しごとセンターの託児サービスをご利用頂けます(要予約・1歳～未就学児まで)
- \* 12月4日(火)～6日(木)は、託児サービスはございませんので、ご自身での手配をお願いします。



# お申し込みにあたっての注意事項

※必ずお読みになってからお申し込みください。

## 1. 受講までの流れ

**電話予約**  
(個別説明会・面接)  
10月1日(月)～11月8日(木)

### ● 電話にて個別説明会・面接の事前予約受付

お電話を頂いた際に個別説明会・面接の日時をお伝えします。  
※個別説明会・面接の予約をいただいた段階では、プログラムへの参加が確定したわけではありません。

**個別説明会  
及び 面接**

11月1日(木)・11月2日(金)  
11月7日(水)・11月8日(木)

- 面接でこれまでのご経験や現在の状況等をお伺いします。
- 本資料右ページ「女性再就職サポートプログラム申込書」をあらかじめご記入の上、当日お持ちください。

押上

11月1日(木)・11月2日(金)

すみだ女性センター(3階 第3会議室)  
※場所は左ページをご確認ください。

飯田橋

11月7日(木)・11月8日(木)

東京しごとセンター(5階 相談スペース)  
※場所は裏面をご覧ください。

**結果ご連絡**

- 合格者のみご連絡いたします。

**女性再就職サポートプログラム(5日間)** 11月19日(月)～22日(木)・26日(月)

**職場体験＋準備／振り返り(3日～5日)** 12月3日(月)～7日(金)

希望者のみ  
定員10名・申込先着順

受講にあたっては、東京しごとセンターのご登録が必要となります。

登録されていない方は、プログラム初日に登録手続きを行います。

なお、ご登録いただきますと、サポートプログラムのほか、キャリアカウンセリングをはじめ、各種セミナーや講座等を受けていただくことができます。

## 2. 確認事項

- ① 受講料は無料ですが、会場までの交通費はご負担いただきます。
- ② 過去に女性再就職サポートプログラムの受講経験がない方を優先することがあります。
- ③ 面接の結果等にかかわるお問い合わせについては、対応できかねます。

### <参加対象者>

- 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で離職されていて、再就職を希望する女性。  
(その他の理由の方もご相談ください)
- プログラム初日時点で54歳以下までの女性。
- 全5日間参加できる方。
- パソコンの基本操作(基本的な入力程度)ができる方。

## 3. 『申込書』の取り扱いについて

「申込書」は、東京都しごとセンター女性しごと応援テラス受託事業者である(株)パソナが責任を持って管理し、受託事業終了時に破棄します。(申込書の返却はいたしません。)

# 参加者の声

(再就職サポートプログラム地域型参加者の声より)

今後の就職活動に必要な棚卸シートや、パソコンで作る履歴書フォーマットなど、役に立つツールが盛り沢山でとても参考になりました。

自己理解の講座を受けて、自己を知って企業へのアピールしていく材料集め(日常生活の中や過去)の大切さを知りました。

実際に仕事でどこまでのビジネスマナーが必要とされるのかはわかりませんが、知識は必要だと思うのでとても学べてよかったです。



交流会での話を伺い、人それぞれ事情があり、すべて参考にするわけにはいきませんが、ものの見方、考え方が参考になりました。

周りのママ友達にこのプログラムのことを話したら、とてもうらやましがられました。もっと子育てママに知ってもらいたいと思いました。

パソコン講座を受けて、今まで知識なしで自己流で触れていたもので色々な機能を学ぶことができた。

## 託児 ご利用者の声

子どもが生まれ仕事は当分先と思っていましたが、子どもと二人の生活も1年以上になると仕事から離れている自分に不安と焦りができました。そんな時に託児付きの地域で行うこのプログラムに出会い、参加してみました。受講してから自分や就職について前向きに考えられるようになりました。子どもと一緒に一歩を踏み出せそうです。



## 本プログラム ご協力企業様の声



- 一生懸命に取り組んで頂けてとても助かりました。
- 東京しごとセンターの研修(サポートプログラム)でエクセルを習ったとのことでしたが、とてもスムーズに操作されていました。研修の成果が発揮されたと思います。

⇒ プログラムの様子は、Facebookでも発信しています。

<https://www.facebook.com/jyoseishigoto> (女性しごと応援テラス)

結婚 出産 育児 介護 から再就職を目指す方へ

# 女性しごとと応援テラス

専任アドバイザー  
だから心強いね!安心して  
相談できるね!ご利用  
無料

## 「もう一度働きたい・働き続ける」を応援します!

働きたい気持ちがあってもなかなか一歩が出ない、そんな女性の再就職を応援するために東京都が設置した就職支援窓口です。専任アドバイザーと一緒に、再就職への一歩を踏み出してみませんか?

メニュー  
Menu就職活動に  
関する相談就職に役立つ  
セミナー就活・保活  
情報提供応募書類も  
作れる  
パソコン  
コーナー求人情報提供  
・  
職業紹介

初めてのご利用は予約不要! お気軽にお立ち寄りください。

女性しごと応援テラスってどんなところ? **説明&見学会 毎月1回開催中!** 詳しくは下記HP又は電話にてお気軽にご連絡ください!

### ●お問い合わせ

東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

TEL.03-5211-2855

女性しごと応援テラス  <https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

所在地 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター1階

ご利用時間 月～金曜日 9:00～20:00  
土曜日 9:00～17:00  
(日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)はお休みです)

### 交通のご案内

- 飯田橋駅 から JR中央・総武線「東口」より徒歩7分 / 都営地下鉄大江戸線・有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分 / 東西線「A5出口」より徒歩3分
- 水道橋駅 から JR中央・総武線「西口」より徒歩5分
- 九段下駅 から 東西線「7番出口」より徒歩8分 / 半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」より徒歩10分

