

Information

こんな方におすすめです！

これから働き方
どうしよう？
年齢的に
体力も心配…
将来も不安…

言いたいことが
あるのに言えない…
自分の思いをうまく
伝えられる方法を
知りたい…
頼まれると
断れない…

面接に受からない…
自分の考えをうまく
伝えられない…
ビジネスマナーに
自信がない…

私の強みって
何だろう？
スキルがなくて
自信もない…
方向性が
分からない…

人生を長く楽しむための
50代からの
キャリアデザイン

職場の人間関係がうまくいく！
コミュニケーションの
コツ

これで安心！
面接の心構えと
応答のポイント

今の自分ができること、やりたいこと
自己理解・
自己PRのポイント

参加者の声

- 自分自身のことや
働く上で大切にしたいことを
再確認できました。〈20代〉
- 子育て中でも無料の託児が
ついているのでとても参加
しやすかったです。〈40代〉
- 求人情報のワークを経験し
客観的にマッチングを考える
ポイントがつかめました。〈50代〉
- 「さすがなブック」が
かなり活用できそうです。
〈30代〉
- 面接時のみならず、日常でも使える
コミュニケーション力を教わったので
普段でも意識して実践してみたいです。〈40代〉
- ご案内係の方もナレーターの方も
先生もとても親切でリラックスして
受講できました。〈60代〉

(参加者アンケートより)

多摩地区でも開催します！

東村山	1 / 8 (木)	会場 東村山市市民ステーション サンパルネ	セミナー 在宅ワーク入門セミナー
八王子	1 / 28 (水)	会場 京王プラザホテル八王子	セミナー 可能性を広げるしごと探し 応募したい求人に出会うコツ

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：2025年 12月8日(月)～ ※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。

セミナー内容、開催レポート、イベントの様子など掲載中



情報発信中！

Instagram

X

Facebook

TikTok

>> #女性しごと応援キャラバン

【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

女性しごと応援キャラバン 検索

■ 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:03-6734-1346

都内各地83回 \ あなたの街で就活サポート！ /

女性しごと応援キャラバン

参加
無料

はたらきたい女性の方ならどなたでもOK



セミナー

個別
相談会就活
ノウハウブック自分の将来も
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

そんなあなたも応援します！

無料
託児付
0歳6カ月～in
中野

1月14日(水)

共催：中野区

中野セントラルパーク
カンファレンス

セミナー

人生を長く楽しむための
「50代からの
キャリアデザイン」in
おた

1月15日(木)

共催：大田区

大田区立男女平等推進センター
「エセナおた」

セミナー

職場の人間関係がうまくいく！
「コミュニケーションの
コツ」in
いたばし

1月21日(水)

共催：板橋区

板橋区立
グリーンホール

セミナー

これで安心！
「面接の心構えと
応答のポイント」in
港区

1月27日(火)

共催：港区

港区立
産業振興センター

セミナー

今の自分ができること、やりたいこと
「自己理解・
自己PRのポイント」

各日 10:00～12:00 [受付開始 9:30] ※12:20～ 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から便利! /

受付期間：2025年 12月8日(月)～ ※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。

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！

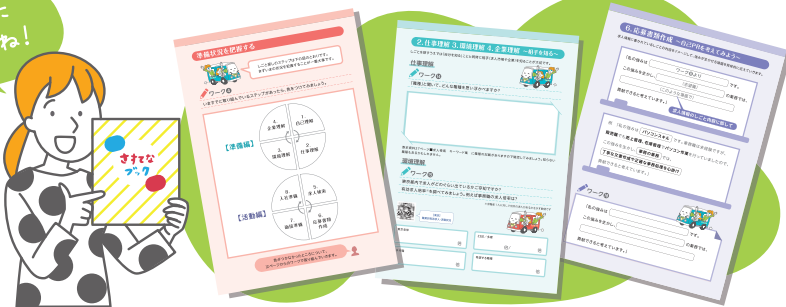
都内83カ所を巡り、女性限定のイベントを開催。
お近くの会場、気になるセミナーなど、お気軽にご参加ください。

イベント当日のスケジュール

9:30
受付開始

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」プレゼント

就活に
役立つね！



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



12:20~13:25
個別相談会 (1人30分) [定員各12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 事前予約制／先着順



定員
10名程度

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ヵ月から託児可能！

託児可能時間

9:45~13:30

対象年齢(月齢)

0歳6ヵ月~就学前

※申込締切は、右ページをご覧ください。

※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20万人が利用しています。

女性しごと応援キャラバン caravan

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：2025年 12月8日(月)～ ※定員になり次第、
締め切りとなります。



in
中野

共催：中野区

2026年

1月14日(水)

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

**中野セントラルパーク
カンファレンス ホールA+B**

東京都中野区中野4-10-2 中野セントラルパークサウスB1F

定員
100名

セミナー

**人生を長く楽しむための
「50代からのキャリアデザイン」**

いきいきとした人生にするために、50代からの
キャリアのつけ方、未来の設計図の描き方を学びます。



● JR中央線・総武線/東京メトロ東西線
中野駅(北口)から徒歩約5分

無料託児申込締切日
1月7日(水) 12:00

in
いたばし

共催：板橋区

2026年

1月21日(水)

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

**板橋区立グリーンホール
1階ホール**

東京都板橋区栄町36-1 板橋区立グリーンホール1F

定員
50名

セミナー

**これで安心！
「面接の心構えと応答のポイント」**

面接官への印象を上げる立ち居振る舞いや
感じよく伝える方法を、ワークを通じて学びます。



● 東武東上線 大山駅(北口)から
徒歩約5分
● 都営三田線 板橋区役所前駅(A3)
から徒歩約5分

無料託児申込締切日
1月15日(木) 12:00

in
おおた

共催：大田区

2026年

1月15日(木)

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

**大田区立男女平等推進センター
「エセナおおた」 多目的ルーム**

東京都大田区大森北4-6-7 大森北四丁目複合施設(スマイル大森)6F

定員
50名

セミナー

**職場の人間関係がうまくいく！
「コミュニケーションのコツ」**

相手を尊重しながら自分の意見を伝える方法と
関わり方を学びます。



● JR浜東北線 大森駅(東口)から
徒歩約6分

無料託児申込締切日
1月8日(木) 12:00

in
港区

共催：港区

2026年

1月27日(火)

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

**港区立産業振興センター
研修室**

東京都港区芝5-36-4 札の辻スクエア11F

定員
50名

セミナー

**今の自分ができること、やりたいこと
「自己理解・自己PRのポイント」**

経験やスキルを洗い出し、自分の強みを明確にして、
自己PRへつなげる方法を学びます。



● 都営三田線・浅草線 三田駅(A4)
から徒歩約3分
● JR田町駅(三田口・西口)から
徒歩約4分

無料託児申込締切日
1月21日(水) 12:00

※各回、希望者には12:20~個別相談会を行います。

※駐車場・駐輪場につきましては、各会場の公式ホームページをご確認ください。