

Information

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

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

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
よいのか
わからない

書類選考が
通らない

応募書類の書き方に
自信がない

自己PRの仕方が
わからない・・・

～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

～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

～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

～強みが見つかる＆
伝わる書類
応募書類の作り方

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>

ベ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>

プランクが長く、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
参加できてよかったです。<30代>

多摩地区でも開催します！

清瀬	10月 8日(木)	会場 清瀬市生涯学習センター	セミナー ～受け答え・マナー総点検～ 面接前に知っておきたいマナーと対策
八王子	10月14日(水)	会場 京王プラザホテル八王子	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
青梅	10月22日(木)	会場 S&Dたまぐーセンター	セミナー ～わたしらしくはたらき第一歩～ これからのライフキャリアデザイン
羽村	10月29日(木)	会場 プリモホールゆとろぎ (羽村市生涯学習センター)	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

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9月8日(火)～※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!

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?

営業? 接客? 事務?

良い仕事が
見つかるか不安

¥0

参加費
無料

📍

都内各地
83回開催

📖

就活
ノウハウブック
プレゼント

👶

0歳6ヵ月～
無料託児付

二子玉川 10月6日(火) 二子玉川エクセルホテル東急 たまがわ 共催：世田谷区 三茶おしごとカフェ	大手町 10月15日(木) TKP東京駅大手町カンファレンス センター ホール22G 共催：板橋区	いたばし 10月20日(火) 板橋区立グリーンホール 1階ホール 共催：板橋区	新宿 10月27日(火) ビジョンセンター西新宿 Vision Hall 共催：新宿区
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	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	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	セミナー ～強みが見つかる＆伝わる書類～ 応募書類の作り方

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9月8日(火)～※定員になり次第、
締め切りとなります。



【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/>



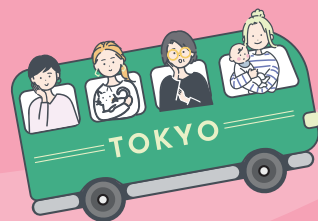
お問合せ
お申込み

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

・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。

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！

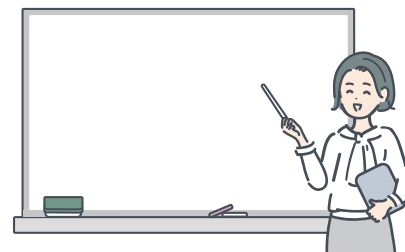


🕒 10:00～12:00

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

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、開催日の5営業日前までとなります。詳しくは右ページをご覧ください。
※会場内へのお子様の同伴はできません。セミナー参加中は託児サービス(事前申込制)をご利用ください。

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
就活セミナー 個別相談会
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9月8日(火)～

※定員になり次第、
締め切りとなります。



in 二子玉川

共催：世田谷区、三茶おしごとカフェ

2026年 10月6日(火)

10:00～12:00 [受付開始 9:30]

二子玉川エクセルホテル東急
たまがわ

東京都世田谷区玉川1-14-1 二子玉川ライズ 30F

定員
100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>
●東急田園都市線・東急大井町線
「二子玉川」駅(東口)から
徒歩約5分

無料託児申込締切日
2026年9月29日(火) 12:00

in いたばし

共催：板橋区

2026年 10月20日(火)

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
100名

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

「大事にしたいこと」「できること」「やりたいこと」を整理し、
自分を深く知ることから自分らしい選択ができる軸を見つけます。

ペアワーク
あり



<アクセス>
●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
2026年10月13日(火) 12:00

in 新宿

共催：新宿区

2026年 10月27日(火)

10:00～12:00 [受付開始 9:30]

ビジョンセンター西新宿 Vision Hall

東京都新宿区西新宿1-22-2
新宿サンエービル 7F

定員
100名

セミナー

～強みが見つかる & 伝わる書類～
応募書類の作り方

採用担当者に伝わる自己PRや志望動機の手書き方を知り、
書類選考を突破できる応募書類の作り方を学びます。

ペアワーク
あり



<アクセス>
●JR各線「新宿」駅(南口・西口)
から徒歩約5分
●東京メトロ・都営地下鉄
「新宿」駅(7番)から徒歩約1分

無料託児申込締切日
2026年10月20日(火) 12:00