



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...

面接に自信がない...  
面接で  
うまく話せない...  
聞きたいことを  
聞けない...

就活、何から  
始めたらいいの?  
自己流で  
就活してきた...  
イマドキの就活  
って?

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...

就職に使える  
アサーティブ  
コミュニケーションのすすめ

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

人生を長く楽しむための  
50代からの  
キャリアデザイン

“知らなかった”じゃもったいない  
しごと探しの  
ステップ

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)

23区でも開催します!

北区	5/7 (火)	会場 北とぴあ	セミナー 在宅ワーク入門セミナー
目黒	5/9 (木)	会場 ホテル雅叙園東京	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
港区	5/21 (火)	会場 港区立産業振興センター	セミナー 就職に使える アサーティブコミュニケーションのすすめ
船堀	5/29 (水)	会場 タワーホール船堀	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: 2024年4月15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(旧Twitter) Facebook >> #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/



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

TEL:03-6734-1346

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。

お問合せ  
お申込み

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



個別  
相談会

セミナー  
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  
見つかるか不安

そんなあなたを応援します!

無料  
託児付  
0歳6カ月~

in 調布	in 小平	in 立川	in 羽村
5月16日(木)	5月17日(金)	5月23日(木)	5月30日(木)
共催:調布市	共催:小平市	共催:立川市	後援:羽村市
調布クレストンホテル	ルネこだいら 小平市民文化会館	東京しごとセンター 多摩	プリモホールゆとろぎ (羽村市生涯学習センターゆとろぎ)
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」	セミナー 就職に使える 「アサーティブ コミュニケーションのすすめ」	セミナー 「知らなかった」じゃもったいない 「しごと探しのステップ」	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: 2024年4月15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！

※テーマは変更になる場合がありますのでご了承ください。

事前予約制  
先着順



**12:20~13:25**

### 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 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か月から託児可能！

託児可能時間

9:45~13:30

対象年齢(月齢)

0歳6か月~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 caravan

※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。

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: 2024年4月15日(月)~ ※定員になり次第、  
締め切りとなります。



in  
調布

共催:調布市

2024年 **5月16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

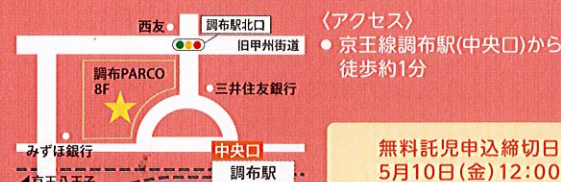
東京都調布市小島町1-38-1 調布PARCO8F

定員  
40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  
見つけ方、未来の設計図の描き方を学びます。



無料託児申込締切日  
5月10日(金)12:00

in  
小平

共催:小平市

2024年 **5月17日(金)**

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

ルネこだいら 小平市民文化会館  
レセプションホール

東京都小平市美園町1-8-5 ルネこだいら 小平市民文化会館B1F

定員  
40名

セミナー

### 就職に使える 「アサーティブ コミュニケーションのすすめ」

面接におけるコミュニケーションの意義や目的を知り、  
自信を持って自分の思いを伝える方法を学びます。



無料託児申込締切日  
5月13日(月)12:00

in  
立川

共催:立川市

2024年 **5月23日(木)**

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

東京しごとセンター多摩  
ホール

東京都立川市柴崎町3-9-2 東京しごとセンター多摩7F

定員  
40名

セミナー

### “知らなかった”じゃもったいない 「しごと探しのステップ」

就職活動の基本的なステップ、  
働き方、制度、求人探し方を学びます。



無料託児申込締切日  
5月17日(金)12:00

in  
羽村

後援:羽村市

2024年 **5月30日(木)**

10:00~12:00 [受付開始 9:30]

プリモホールゆとろぎ  
(羽村市生涯学習センターゆとろぎ)  
レセプションホール

東京都羽村市緑ヶ丘1-11-5 プリモホールゆとろぎB1F

定員  
40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につなげる方法を学びます。



無料託児申込締切日  
5月24日(金)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。