

障害者雇用就業サポートデスク多摩 3階

東京しごと財団では



を応援します。

障害者と企業のための無料の相談窓口

「障害者雇用就業サポートデスク」

来所相談と資料の閲覧が可能です。

障害のある方やその関係者（家族・友人・知人・就労支援機関等）
企業等の雇用と就業に対してそれぞれの状況やご希望に応じてご相談できます。

障害者手帳を持っていない方や障害があるかもしれないと思う方も利用可能です。

相談は予約制 TEL.03-5211-5462（飯田橋／多摩共通）

※電話・オンラインによるご相談は、飯田橋をご利用ください。

利用時間 月・水・金曜日のみ 9～17時

※祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く

https://www.shigotozaidan.or.jp/shkn/yourself_supporter/information_corner.html



労働相談情報センター多摩事務所 6階

夜間相談 来所・予約制 月・水曜日～20時

土曜相談 来所・予約制 土曜日（第1・第3）9時～17時

弁護士相談 来所・予約制 水曜日（第2・第4）14時～16時

外国人労働相談（英語通訳） 木曜日（毎週）14時～16時

心の健康相談 来所・予約制 木曜日（第2・第4）、金曜日（第1～第4）

オンライン相談 予約制（「TOKYOはたらくネット」下記URLより）

- 労働相談専用端末（テレビ会議システム）を用いて、多摩地域の自治体等と連携した遠隔相談を実施
- 労働関連法令や雇用契約等の質問にチャットボットで回答

来所相談 予約制月～金曜日9時～17時（祝日・年末年始を除く）

「来所予約・お問合せ先」 TEL.042-595-8004

電話相談 月～金曜日9時～20時（祝日・年末年始を除く）

「東京都ろうどう110番」 TEL.0570-00-6110



詳しくは「TOKYOはたらくネット」で順次お知らせします。

<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/sodan/sodan/index.html>

ハローワーク立川 4階

ワークプラザ立川南

利用時間 月・火・木・金曜日 10時～19時 水曜日 10時～18時 土曜日（第1～第4） 10時～17時

TEL.042-523-1509

マザーズハローワーク立川

利用時間 月～金曜日 9時～17時

TEL.042-529-7465



詳しくはハローワーク立川ホームページ <https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/tachikawa.html/>

東京しごとセンター多摩

JR「立川」駅徒歩4分、多摩都市モノレール「立川南」駅徒歩1分

所在地 〒190-0023東京都立川市柴崎町3-9-2
立川駅南口東京都・立川市合同施設 3階

利用時間 月～金曜日：9時～20時、土曜日：9時～17時
※日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く

代表 TEL.042-526-4510

<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/>



貸出施設についてのお問合せ

月～金曜日（祝日・年末年始を除く）9時～17時30分まで

「東京しごと財団 総合支援部 しごとセンター多摩 施設担当」 TEL.042-526-4514

<https://www.shigotozaidan.or.jp/facility/tachikawa/guide.html>



東京しごとセンター多摩 公式イメージキャラクター しごたまちゃん

東京しごとセンター多摩は3階です。
初めてご利用の方はまず3階の総合受付にお立ちください。



立川駅南口東京都・立川市合同施設外観

東京しごとセンター（飯田橋）

総合相談

- ・サービスの案内や窓口の紹介
- ・事業所向けサービス案内
- ・専門相談（予約制）
企業・創業相談／職業適性・相談／社会保険・年金相談
多様な働き方相談（NPO・ボランティアなど）

所在地

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3

利用時間

月～金曜日 9時～20時、土曜日 9時～17時
※日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く

年齢別の
就業支援
サービス

お一人おひとりの適性や状況を踏まえたカウンセリングから各種セミナー、能力開発、職業紹介まで、各種ニーズに合わせて、きめ細かなサービスを提供しています。

- ・ヤング（29歳以下の方）向けサービス
- ・ミドル（30歳以上54歳以下の方）向けのサービス
- ・シニア（55歳以上の方）向けのサービス
- ・女性 再就職を目指す女性向けサービス
- ・専門サポート 就労することが困難な方向けサービス



総合相談窓口

TEL.03-5211-1571

<https://www.tokyoshigoto.jp/>



個人情報の取扱いについて
公益財団法人東京しごと財団では、「個人情報の保護に関する法律」（平成15年法律第57号）、「個人情報保護に関する法律についてのガイドライン」及び関係諸法令等の遵守徹底を図るとともに、個人情報を適切かつ安全に取り扱うため、個人情報保護基本方針を制定しています。
個人情報の取扱いの詳細はホームページ（<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/>）または、窓口でご確認ください。

公正な採用選考のために
東京都では、就職の機会均等を確保するため、応募者本人の適性や能力に基づく公正な採用選考を推進しています。
詳細は、TOKYOはたらくネット（<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/>）をご覧ください。

リサイクル適性[Ⓐ]

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

発行日：令和4年10月

TOKYO
EMPLOYMENT SERVICE
CENTER TAMA



ご利用
無料

“はたらく”を、サポート
シゴト探しはしごたまへ

NEW

都内で仕事をお探しの方であれば、
都民以外の方もご利用になれます。



しごと探しはしごとたまへ！

TOKYO EMPLOYMENT SERVICE CENTER TAMA

STEP 01 個別相談



キャリアカウンセリング

経験豊富な就職支援アドバイザーが、
就職活動を支援します！

- 就職・適職相談
- 能力開発コース等相談
- 面接対策
- 応募書類の添削
- オンラインカウンセリング
- 情報提供

予約制 TEL.042-521-6761

利用時間：月～金曜日：9時～20時、土曜日：9時～17時
※日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く

STEP 02



各種セミナー/プログラム

- 年齢別ノウハウセミナー
- グループカウンセリング
- 土曜セミナー
- 夜間ゼミ
- オンラインセミナー
- ターゲットセミナー
- 就職チャレンジ多摩 他

TEL.042-521-6761

利用時間：月～金曜日：9時～20時、土曜日：9時～17時
※日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く

STEP 03



就職情報コーナー

就職活動に役立つスペースです

目的に合わせたパソコン
（作成データ保存用にUSBメモリをお持ちください）

- 職業適性診断・情報検索・応募書類作成

就職に役立つ本や雑誌、デスクスペースもあります。

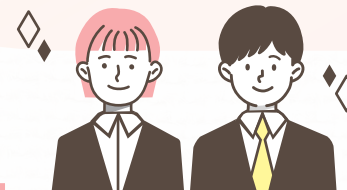
STEP 06 随時実施



就職後の アフターフォロー

就職後もカウンセリング等
ご利用できます。

STEP 05 就職



STEP 04 しごとに 会うチャンス



企業の採用担当者にも会える

就職面接会（主に全年齢・シニア対象）

書類選考なしで、直接企業の担当者と面接ができます。
東京しごとセンター多摩及び多摩地域各地で年16回程度開催。

既卒等若年者向け就職面接会

東京しごとセンター多摩にて、定期開催している若者を対象とした
面接会です。書類選考なしで、その場で面接ができます。

女性再就職サポートプログラム

女性を対象とした再就職プログラム。
カリキュラムの中で、交流会（半日）と職場体験（1～3日）を実施。

合同企業説明会（新卒及び既卒3年以内対象）

新卒採用に積極的な魅力ある企業が一度に20社程度集結します。
事業内容、仕事内容など、人事担当者から直接聞くことができます。

若者と企業の交流会（おおむね29歳以下対象）

業界業種の異なる企業4社の人事担当者どとざっばらんに話ができます。
面接で聞きにくいことなども、気軽に質問できるイベントです。



女性しごと応援テラス多摩

3階

女性の「働きたい・働きたい」を応援します。



相談コーナー



託児サービス
要予約・無料



情報コーナー
パソコン・情報検索・
書類作成・テレワーク体験



キッズスペース



少人数制で
就職ノウハウが学べる
2時間程度のセミナー



就職に役立つ知識や
職種別の実習、
職場体験までをセットにした
最大13日間のプログラム

女性しごと
応援テラス
多摩

各多摩地域で開催するサービスも多数あります。
<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/kyuusyoku/jyosei/>



東京しごとセンター多摩 託児サービス

予約制

キャリアカウンセリングや各種セミナー等をご利用する際、託児サービス（事前予約制）をご利用できます。

対象となる幼児	満1歳から6歳（未就学児に限る）までのお子様
対象となるサービス	カウンセリング、各種セミナー等 ※サービスをご予約後にお申込みが可能です。
利用可能曜日・時間帯	月～金曜日 9時～17時
申込締切	ご希望日の6営業日前（祝日、年末年始等により、変わる場合があります。）
お問合せ・お申込み先	TEL.042-529-9001 窓口またはお電話でご予約ください。詳細はHPをご確認ください。