

女性事業サービスメニュー(予約制)

再就職支援セミナー (託児付き)+希望者には終了後、個別相談有

働き始める前に、まずは自分自身のこと整理することが大切です。簡単なワークを取り入れながら自己理解を深めていきます。メイク術やビジネスマナー・マネープランやカラーコーディネート等、様々な内容で皆様をサポートします。

子育て女性向けイベント (託児付き) セミナー+企業交流会

再就職に役立つセミナーと企業との交流会をセットにしたイベントです。再就職に不安があり、求職活動で悩んでいる女性が気軽に参加できるようなテーマでセミナーを実施。その後の交流会では、家庭と仕事の両立を応援している企業の生の声を聞けるチャンスです！

再就職サポートプログラム(拠点型) (託児付き) 13日間コース

職種別の基礎知識から、就職活動の基礎情報、専門スキルの習得、パソコン実習、職場体験並びに、企業人事担当者及び再就職成功者との交流会や、受講終了後の就職活動に役立つ知識の提供を組み合わせたプログラムです。(面接選考有)

再就職サポートプログラム(地域型) (託児付き) 5日間コース

拠点型より短期間で、パソコン実習、交流会、就活の基礎について多摩の各地域で実施するプログラムです。受講終了者のうち希望者を対象として、1~3日間の職場体験を行います。(面接選考有)

子育て女性向けセミナー

自分も子供も大切にしながら、私らしい働き方を見つめ、人生のキャリアプランを描いていきましょう！
育児をしながら再就職を考えている女性対象。
0~3歳までのお子さまと一緒に参加できるセミナーです。



お問い合わせ **042-529-9003**

※災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。
なお、中止・延期の際は、東京しごとセンター多摩ホームページ等でお知らせします。
※ご参加の際は、次のご協力をお願いします。(新型コロナウイルス感染症への対応)
●マスクの着用 ●検温 ●咳エチケット ●手洗い・うがい

「東京しごとセンター多摩」は東京都が設置した「しごとに関するワンストップサービスセンター」です。

東京しごとセンター多摩

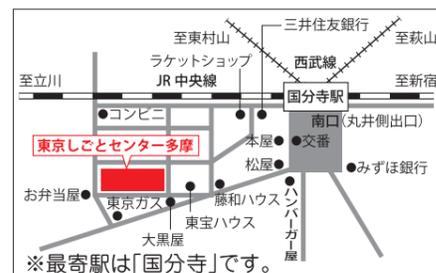
利用時間/月~金 9:00~20:00 土 9:00~17:00
※日曜・祝日・年末年始(12/29~1/3)は休業

042-329-4510

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

しごたま

検索



JR中央線・西武線「国分寺駅」南口徒歩5分
〒185-0021 東京都国分寺市南町3-22-10
東京都労働相談情報センター 国分寺事務所2階

ご利用無料



女性しごとと応援テラス 多摩ランチ

女性しごとと応援テラス 多摩ランチがあなたをサポート!
そのモヤモヤ、ここでお話しませんか?



お問い合わせ **042-529-9001**

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

〒190-0012 東京都立川市曙町2-34-13

オリンピック第3ビル 2階

【月~金曜日/9:00~17:00】

土曜・日曜・祝日・年末年始(12/29~1/3)はお休みです。



立川駅から徒歩7分



女性の「働きたい・働き続ける」を応援！

結婚・出産・育児・介護等から再就職を目指す方

女性しごと応援テラス
多摩ランチってなあに？

私らしい働き方をしたいがブランクがあって不安。働きたい気持ちがあってもなかなか一歩が踏み出せない...何から始めたら良いかわからない...など
そんなモヤモヤ、女性しごと応援テラス多摩ランチでまず相談してみませんか？キャリアカウンセリングや、各種セミナー等、利用者のニーズに応じた様々なサービスを提供しています。
また、多摩地域の市町村や、マザーズハローワーク立川等と連携し、就職まで一貫した支援を行います。

キッズスペース

お子様を連れてご利用いただけるよう、キッズスペースを設置しています。相談の待ち時間やパソコンで応募書類を作成したいときなどにご利用ください。



子どもを預けて就活に集中できるね♪

見守りサービス ※要予約・無料

保育士による見守り（※託児ではないため、オムツ交換等はありません）
●満1歳から6歳(未就学児に限ります)
●ご希望日の5営業日までに電話または窓口にてお申込みください。

■お申込先
042-529-9003



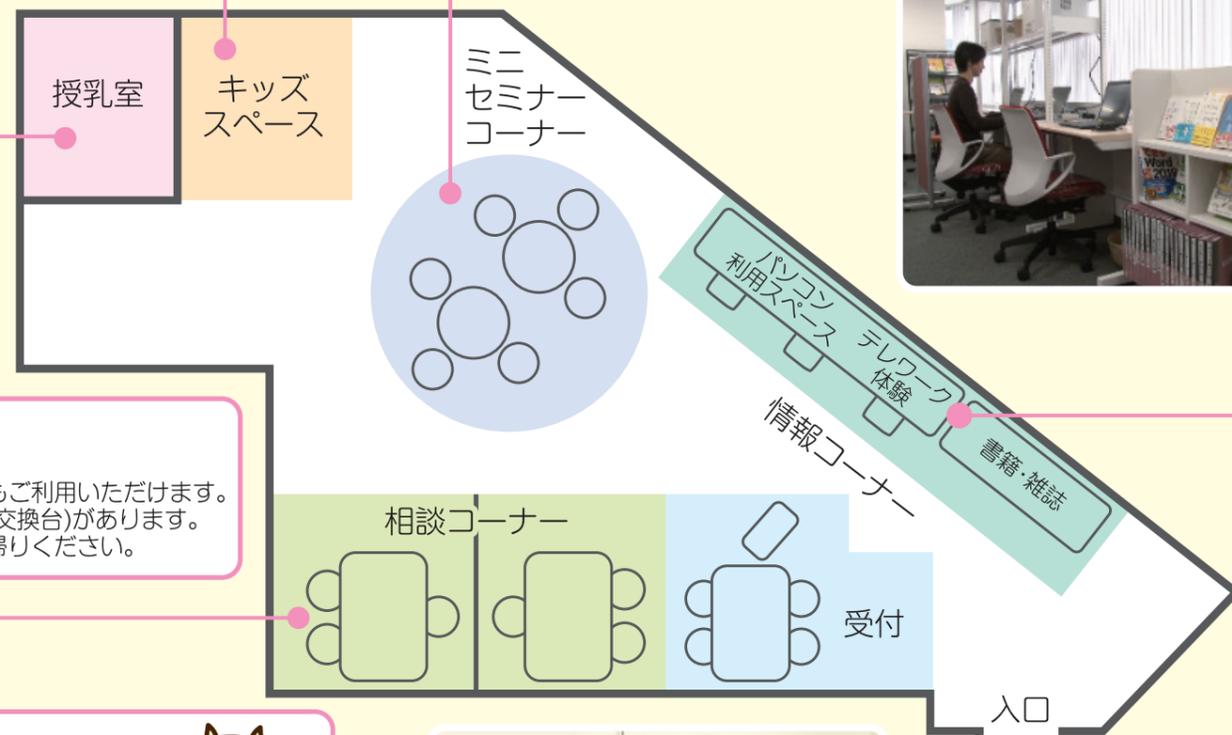
ミニセミナーコーナー

定員5名程度の少人数で、気楽に情報交換しながら、女性が働く上でのノウハウや課題解決のヒントを得るコーナーです。

- 〈テーマ例〉
- ブランクの不安を解消しよう
 - 忙しい時のゆる家事
 - 人間関係を楽しくするヒント etc...



※セミナーの内容・日程等はホームページまたはセミナーチラシでご確認ください。



子どもが小さくても安心だね♪

授乳室

必要な方はどなたでもご利用いただけます。ベビーベッド(オムツ交換台)があります。※ゴミは各自お持ち帰りください。

相談コーナー

相談コーナー

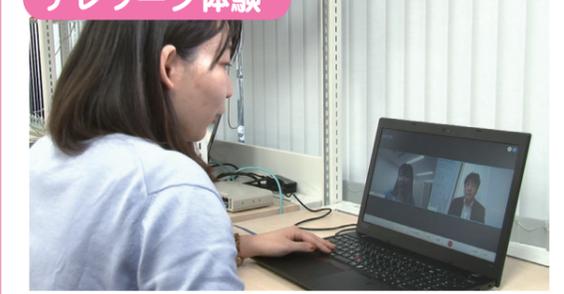
担当アドバイザー制で皆様のご相談にきめ細やかに対応し、就職活動をサポートします。何から始めればいいのか...など一緒に相談していきましょう。



情報コーナー

求人情報の検索や応募書類の作成にご利用いただけるパソコンをご用意しています。また、就職活動に関する書籍やパソコンに関する書籍等、取りそろえています。多摩地域の保育園情報等もご自由に閲覧いただけます。

テレワーク体験



WEB会議や勤怠管理等のコミュニケーションツールを体験することができます。実際のパソコンでアドバイザーとWEB会議を体験してみましょう！

ご利用方法 初めてご利用の際は、予約不要です。まずは、お気軽にお立ち寄りください。2回目以降はご希望のサービスをご予約の上、ご来所ください。

利用申し込み
施設案内

初回
カウンセリング

キャリアカウンセリング
能力開発(各種セミナー等)

職業紹介
(マザーズハローワーク立川・東京しごとセンター多摩)