



東京都

東京しごとセンター

東京しごとセンター



2026年

1月

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?

良い仕事か不安



そんなアナタを応援します!

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▶



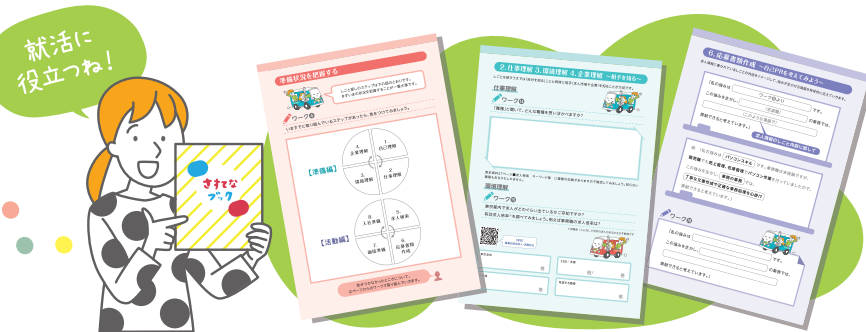
女性の「はたらく」をサポートするため 女性しごと応援キャラバン※があなたの街に伺います！

都内83ヵ所を巡り、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



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
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
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
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
(A1・A2)から徒歩約2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。

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…

人生を長く楽しむための
**50代からの
キャリアデザイン**

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…

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**

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…

これで安心！
**面接の心構えと
応答のポイント**

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…

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

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。