

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

江東しごとサポートセンターとは？

区内中小企業の採用のお手伝い、求職者への職業紹介を行っています。
また、就職や採用のためのセミナーを数多く開催しています。

お申込みはこちら

12月15日(月) 9:30～

受付開始



※お申込みには、
当センターの利用登録が必要です

未登録の方は、セミナーのお申込み前に
利用登録をお願いいたします。
登録方法は、裏面の注意事項をご確認ください。

申込み専用フォームは
こちらのQRコードから

※毎月11日に翌月のセミナースケジュールを公開しています。
※発熱や強い倦怠感・体調不良の方の参加はご遠慮ください。※来館時のマスク着用・検温・手指の消毒は任意です。
※現在、同一内容のお申込みが重複して送信されるケースが増えております。
お申込み後には、自動返信メールをお送りしておりますので、必ずご確認くださいませようお願い申し上げます。

- 13日(火) 10:30～12:30

どなたでも

就活や職場で役立つビジネスマナー基礎講座
- 15日(木) 10:30～12:30

どなたでも

職場で求められる「基本的なPCスキル」
-Excel中級編-

抽選
- 19日(月) 10:30～12:30

女性

転職・再就職でワークライフバランスを再設計
「女性のためのキャリアチェンジ講座」

オンライン受講可
- 20日(火) 10:30～12:30

どなたでも

【就活初心者・ブランクがある方向け】
1日で基礎知識が身につく応募書類作成講座
- 21日(水) 10:30～12:30

どなたでも

職場で求められる「基本的なPCスキル」
-Excel初級編-

抽選
- 22日(木) 10:30～12:30

どなたでも

自分に合った求人の探し方
～求人票に散りばめられた謎を解き明かす！～
- 23日(金) 10:30～12:30

どなたでも

就職成功の秘訣！
企業が求める人材と最新の就職市場を知ろう

オンライン受講可
- 28日(水) 10:30～12:30

どなたでも

印象UP！就活や仕事で役立つ
ビジネスメールの基本

オンライン受講可

正社員を目指すあなたへ。2時間×3日間の短期集中セミナー！

各回10:30～12:30 どなたでも

全3回シリーズのセミナー。シリーズを通してご参加いただくと、より理解が深まります。ご都合の良い日程のみのお申込みも可能です。

1 1月27日(火) 自分の強みは必ずある！「自己分析」から自分に合う仕事をみつけ、自己PRに繋げる

2 1月29日(木) 企業を知れば志望動機が変わる「企業研究のポイント」と「志望動機」の書き方

3 1月30日(金) 面接官の質問の意図を理解すれば大丈夫「面接時のマナーと面接対策」



令和8年

1月セミナー内容

女性 … 年齢不問

どなたでも … 性別・年齢不問

グループワーク … 対面参加者同士でのグループワーク有

就活や職場で役立つビジネスマナー基礎講座

レクチャーと実技でビジネスマナーの基本を習得します。挨拶の仕方や名刺交換など、就活や職場ですぐに役立つ知識が満載です。ビジネスマナーを身につけて役立てていきましょう。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム グループワーク

職場で求められる「基本的なPCスキル」
-Excel中級編-

抽選

ROUND・COUNTIF・IF・VLOOKUP等の関数を中心に学びます。営業事務を目指す方や「関数を使った表計算」を使用する仕事を目指す方向けです。

※Excelの基本操作(表・グラフの作成やSUM関数・AVERAGE関数等)が問題なくできる方対象。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

転職・再就職でワークライフバランスを再設計
「女性のためのキャリアチェンジ講座」オンライン
受講可

経験したことのない業界・職種にチャレンジする上で大切なことは？キャリアチェンジに必要なスキルや考え方についてお伝えします。最新の労働市場を理解し、方向性を明確にしましょう。ブランク(離職期間)からの再就職やキャリアチェンジに向けて、一歩前に踏み出してみませんか。

女性 会場：9Fセミナールーム グループワーク

【就活初心者・ブランクがある方向け】
1日で基礎知識が身につく応募書類作成講座

履歴書・職務経歴書は自分自身のプレゼンテーションツールです。ペアワークを通して自分の強みを発見し、アピールする方法をお伝えします。併せて履歴書・職務経歴書・添え状の基本的な書き方と重要ポイントも解説します。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム グループワーク

職場で求められる「基本的なPCスキル」
-Excel初級編-

抽選

求人票に記載される「Excelの基本的な操作ができる方」の実務レベルはどのくらい？求められるスキルの確認をしてみましょう。知っていることと便利な機能もお伝えします。

※簡単なExcel入力操作や図の挿入ができる方対象。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

自分に合った求人の探し方
～求人票に散りばめられた謎を解き明かす！～

長く働くためには、自分に合う職業や企業を選ぶことが大切です。入社してから「こんなはずではなかった」がないように、自分に合う求人の考え方や、求人票から読み解く方法を学びます。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

就職成功の秘訣！
企業が求める人材と最新の就職市場を知ろうオンライン
受講可

就職活動において最新の就職市場を知ることとはとても大切です。現状を把握しながら就活を進めていきましょう。これから伸びていく業界や職種、企業が求人する背景や採用したい人物像なども解説します。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

印象UP！就活や仕事で役立つ
ビジネスメールの基本オンライン
受講可

就活や仕事を円滑に進めるために欠かせないビジネスメール。文書の目的と基本ルールを知ること、相手に伝わりやすい文章を作ることができます。読み手が一読して理解できるビジネス文書作成の基本を学びましょう。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

短期集中
2時間×3日間の
目指すあなたへ
正社員を目指す
あなたへ

自己分析

1 自分の強みは必ずある！「自己分析」から自分に合う仕事をみつけ、自己PRに繋げる
今までの経験を思い出し、仕事に活かせる強みを探して、自分に合う職業の見つけ方や、自己PRに繋げる方法を学びます。

企業研究

2 企業を知れば志望動機が変わる「企業研究のポイント」と「志望動機の書き方」
正社員を目指すために重要な企業研究の方法や、企業が求める人材を把握し、志望動機にまとめるコツを学びます。

面接対策

3 面接官の質問の意図を理解すれば大丈夫「面接時のマナーと面接対策」
正社員採用向けの面接官の視点や対策方法を学びます。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム グループワーク

お申込みは
こちらから！

注意事項

利用登録について

すべてのセミナーについて、お申込みには当センターの利用登録が必要です。登録方法は、ホームページまたはお電話でご確認ください。

お申込みについて

・12月15日(月)9:30～受付開始。

・ホームページの申込フォーム(表面QR記載)またはお電話でお申込み順でお受けします。※PCスキル講座は抽選になります。

・月に3講座までのお申込みとなります。

※「正社員を目指すあなたへ。2時間×3日間の短期集中セミナー！」は、月3講座までの申込制限の対象にはなりません。追加でご参加いただけます。

◆PCスキル講座

・受付〆切 12月19日(金)まで。応募多数の場合は、江東区民の優先枠(5割)を設け、抽選となります。

※利用登録がお済でない方は、12月19日(金)までに面談を含む利用登録の完了が必要です。

※受講が初めての方を優先とさせていただきます。

※各PCスキル講座ごとの抽選になります。

※抽選結果は、12月23日(火)に当センターホームページで当選者IDを発表します。

ご確認の上、返信いただくことで参加確定となります。

◆オンライン受講

・開催 8日前までに申込みください。

◆その他

・開催時間から20分以上遅れてのご参加は、当日の電車遅延等やむを得ない理由を除き、ご遠慮いただいております。

・感染症流行などやむを得ない理由により、講座が中止になる可能性があります。

