

3月セミナースケジュール

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

2月16日(月) 9:30～
受付開始



申込み専用フォームは
こちらのQRコードから ▶

※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。

※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。

6日(金) 10:30～12:30 | どなたでも
第一印象で信頼と好感を高める
大人の就労&職場印象アップ～メイクアップ講座～

9日(月) 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**

11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」
-実務Word編- **抽選**

13日(金) 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**

16日(月) 14:30～16:30 | どなたでも
働く上で必要な労働法の基本知識 **オンライン
受講可**

18日(水) 10:30～12:30 | どなたでも
相手にうまく伝えてより良い人間関係をつくる
アサーティブ・コミュニケーション術

19日(木) 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

23日(月) 10:30～12:30 | どなたでも
迷わない就職準備
就職活動の進め方と準備のポイント講座

25日(水) 10:30～12:30 | どなたでも
怒りの感情コントロール術
～アンガーマネジメント講座～

27日(金) 10:30～12:30 | どなたでも
就職活動や職場のメンタルヘルス対策
～セルフケア術～ **オンライン
受講可**



セミナー受付開始日や抽選セミナー当選発表、その他おススメ情報をチェック！

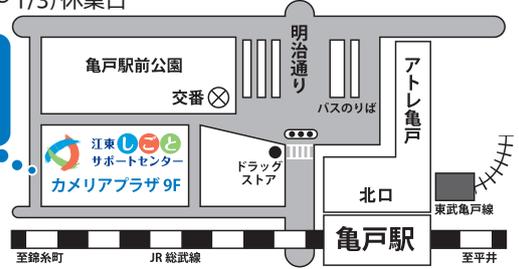


【所在地】〒136-0071 江東区亀戸 2-19-1 カメラアブラザ9F

【利用時間】平日 9:30～18:00 / 土曜 9:30～17:00 ※日祝・年末年始(12/29～1/3) 休業日

<https://koto-shigoto.jp/>
こうとうしごと 検索

・JR総武線「亀戸駅」北口
・東武亀戸線「亀戸駅」
徒歩2分



TEL. 03-5836-5160

Mail: koto-shigoto@os.persol-bd.co.jp

※この事業の運営は、江東区がパーソルビジネスプロセスデザイン株式会社に委託して行っています。



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

令和8年

3月セミナー内容

第一印象で信頼と好感を高める

大人の就労&職場印象アップ～メイクアップ講座～

年齢や経験を重ねるほど「第一印象」「清潔感」「身だしなみ」は重要になります。本講座では大人世代向けに、信頼される印象をつくるメイクのポイントを実践形式で分かりやすく解説。就職・転職活動や職場でのコミュニケーションに役立つ「今の自分に合った印象づくり」を一緒に整えましょう。男性も参加可能です。

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

職場で求められる「基本的なPCスキル」

-実務Word編-

抽選

職場で求められているWordの基本的な実務レベルはどのくらい？チェックを兼ねて、知っている便利な機能も習得しましょう。

※簡単な表作成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

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

働く上で必要な労働法の基本知識

オンライン受講可

長く働き続けることができる企業を見つけるためには、働く側も労働法の正しい知識を身につけておくことが必須です。労働契約・労働時間・残業代の計算など、基礎的な法制度を知り、安心して働ける企業選びに役立てましょう！

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム

相手にうまく伝えてより良い人間関係をつくる

アサーティブ・コミュニケーション術

ビジネスシーンにはさまざまな価値観の方が集まっています。相手を不快にさせずに自分の気持ちを伝える「アサーティブ・コミュニケーション」のポイントを学び、スムーズな人間関係を保つ方法をお伝えします。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム | グループワーク

【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見出し、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

迷わない就職準備

就職活動の進め方と準備のポイント講座

就職活動を始めるにはどんな準備が必要なの？就活開始から就職決定までの流れや、心構え・求人探し方・スケジュール管理方法など押さえておきたいポイントや、最新の就職動向などをお伝えします。現在の就職事情を正確に知ることにより効果的に就活が進みます。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム | グループワーク

怒りの感情コントロール術

～アンガーマネジメント講座～

怒りのメカニズムや対処法をケーススタディを通して学び、楽しく働くための「感情のマネジメント」方法を身につけます。イライラや怒りを自分でコントロールできるようにすると、職場や家庭でのスムーズな人間関係が築けるようになります。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム

就職活動や職場のメンタルヘルス対策

～セルフケア術～

オンライン受講可

メンタルヘルスの基礎を学び、自分とストレスの関係を整理して、ストレスとの向き合い方を考えます。セルフケアを行うと、自己肯定感を保ちながら就職活動にのぞむことができます。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム | グループワーク

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

・2月16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。

◆PCスキル講座

・受付~~は~~切2月20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、2月20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、2月25日(水)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日前までにお申込みください。

◆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。



登録ページはこちら▶

