

東京しごとセンター

あなたのしごと探しをサポート!!

ご利用は
無料
です

東京しごとセンターは、
東京都が都民の方の雇用や就業を
支援するために設置した

**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

@tokyoshigoto

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋三丁目10番3号

<飯田橋駅から>

- JR中央・総武線「東口」より徒歩7分
- 都営地下鉄大江戸線・東京メトロ有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分
- 東京メトロ東西線「A5出口」より徒歩3分

<水道橋駅から>

- JR中央・総武線「西口」より徒歩5分

<九段下駅から>

- 東京メトロ東西線「7番出口」より徒歩8分
- 東京メトロ半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」「5番出口」より徒歩10分

※東京しごとセンターには駐輪場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

各種サービスは、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ホームページ等でお知らせします。
東京しごとセンターは、地震等が発生した際に帰宅困難となった方の一時滞在施設として、東京都から指定を受けています。

利用時間 平日:午前9時～午後8時 土曜:午前9時～午後5時
<日曜、祝日及び年末年始(12/29～1/3)はお休み>

お問い合わせ <https://www.tokyoshigoto.jp/>



多摩地区の方はこちら!



〒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
TEL.042-329-4510
<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/>



東京しごとセンターの 主なサービス一覧

1階 | 総合相談

- **総合相談**
はじめて来所した方へのサービス内容や利用方法の案内をします。
- **専門相談 (予約制)**
 - 起業・創業相談
 - 社会保険・年金相談
 - 多様な働き方相談:
・NPOへの就労・自営型テレワークなどの相談
・NPOスタッフ体験の案内
 - 職業適性検査、相談
- **多様な働き方セミナー**
 - 自営型テレワーク、派遣労働、NPOでの就業等の全年齢対象セミナーを実施します
- **パソコン・情報コーナー**
パソコンを使って、書類作成等が出来ます。

※託児サービス、手話通訳サービス(いずれも予約制)もご利用できます。

☎ **03-5211-1571**

事業所向けサービス案内

求人申込や事業所向けサービスの案内。
※平日:午前9時～午後5時

☎ **03-5211-2804 (直通)**

緊急就職支援事業 (被災者向け)

東日本大震災(長野県北部の地震を含む)で被災された方を対象に、継続的な就職支援を行います。

※対象者を雇用した企業に、助成金を支給します。(支給要件あり)

☎ **03-5211-3312**

オンライン就職支援サービス

オンライン(WEB)でも各種支援サービスを提供しています。

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

※オンライン就職支援サービスのご利用には、登録手続きが必要です。



STEP 1 相談・アドバイス

STEP 2 就職に必要な 知識・技能を身につける

STEP 3 仕事を紹介

3階 | ヤング (29歳以下の方) 向けサービス

☎ **03-5211-2851**

LINE@ @tsc_young

@tokyo_shinsotsu

東京しごとセンター
ヤングコーナー

- **キャリアカウンセリング**
就職支援アドバイザーが、マンツーマンで就職活動を全面的にサポートします。
- **パソコン・情報コーナー**
パソコンを使って、情報検索・書類作成等ができます。



- **求職活動支援セミナー**
自己分析、応募書類、面接対策等、実践的な就職ノウハウが学べます。また、業界職種勉強会やしごと研究、コミュニケーションに関するセミナー等も開催しています。
- **合同企業説明会・中小企業見学**
採用に意欲的な中小企業等との交流や職業体験の場を提供します。また、企業を訪問し働く現場を見学することもできます。

- 「ハローワークU-35」と連携した職業紹介
全国のハローワーク求人情報が検索でき、就職に関する相談・職業紹介が受けられます。

【利用時間】
平日:午前10時～午後6時30分
第3土曜日:午前9時～午後5時



2階 | ミドル (30歳以上54歳以下の方) 向けサービス

☎ **03-3265-8904**

LINE@ @tokyomiddle

@tokyomiddle

東京しごとセンター
ミドルコーナー

- **キャリアカウンセリング**
就職支援アドバイザーが、マンツーマンで就職活動を全面的にサポートします。
- **パソコン・情報コーナー**
パソコンを使って、情報検索・書類作成等ができます。



- **求職活動支援セミナー**
就活の進め方や自己分析、応募書類、面接マナー等、実践的な就職ノウハウが学べます。
- **能力開発コース**
キャリアデザイン・コミュニケーション等の就職に必要なスキルを身につけるための各種講座を行います。

- **独自に開拓した求人等の職業紹介**
独自に開拓した求人や、一般に公開されている求人の閲覧・検索ができ、紹介が受けられます。また、合同就職面接会を開催しています。



1階 | シニア (55歳以上の方) 向けサービス

☎ **03-5211-2335**

東京しごとセンター
シニアコーナー

- **キャリアカウンセリング**
シニアの求人状況や求職活動のポイントを踏まえた、アドバイザーによるきめ細かな個別相談です。
- **しごとチャレンジ65**
65歳以上の方を対象に、実際に働く現場での体験(見学)を実施します。



- **再就職支援セミナー**
履歴書の書き方、職務経歴書の書き方、求人の見方・探し方、面接のポイント等
 - **これから働き方考えるセミナー**
職種転換、再就職体験談、定年退職後、社会参加など各テーマ別
- 知識や技能を身につけて再就職にチャレンジ!!**
- **55歳以上の方のための就職支援講習** ☎03-5211-2327
 - **豊富な経験と能力を活かして中小企業をサポートする人材へ!**
 - **シニア中小企業サポート人材プログラム** ☎03-5211-2325

- 「ハローワーク専門援助第3部門(シニアコーナー)」と連携した職業紹介
東京都内のハローワークと同じ求人情報が閲覧でき、就職に関する相談・職業紹介が受けられます。

【利用時間】
平日:午前10時～午後6時



1階 | 女性しごと応援テラス (結婚、出産、育児、介護から再就職を目指す方)

☎ **03-5211-2855**

@jyoseishigoto

東京しごとセンター
女性しごと応援テラス

- **キャリアカウンセリング**
就職支援アドバイザーが、マンツーマンで就職活動を全面的にサポートします。
- **パソコン・情報コーナー**
パソコンを使って、情報検索・書類作成等ができます。



- **再就職サポートプログラム**
 - **ミニセミナー** 少人数制のセミナーです。
 - **企業説明会 & 面接会** ● **職場見学会**
- 都内各地で実施するセミナー**
- **地域型再就職サポートプログラム**
 - **再就職支援セミナー**
 - **子育て女性向けセミナー** 等



- **職業紹介**
独自に開拓した求人や、一般に公開されている求人の閲覧・検索ができ、紹介が受けられます。また、就職面接会や企業説明会、職場見学会を開催しています。



結婚 出産 育児 介護 から再就職を目指す方 **女性しごと応援テラス**

非正規雇用から正社員への転換を 応援するプログラム

29歳以下対象

※ヤングコーナー代表
☎03-5211-2851

就活予備校 就よび!

仲間と共に早期に就職したい方

約1か月半(週2日・全12回)、少人数クラスでのグループワークを通じ「自己理解・表現力」「面接力」等を身につけます。プログラム期間中から終了後も、専任のアドバイザーによる個別支援で早期就職を支援します。

若者正社員チャレンジ事業

企業内実習をしてから就職したい方

4日間のセミナー後に企業内で実習(10日~20日間)を行い正社員就職を目指します。担当のジョブリーダーが実習中の職場訪問や就職後の定着支援を行います。

企業内実習に助成金を支給します。(支給要件あり)

就職力up!

スキルを身につけて就職したい方

10日間の社会人基礎力セミナー・パソコン実習を含む職業理解セミナー・職場見学がセットになったプログラムで、身につけておきたいマナーやスキルを習得します。

プログラム期間中から終了後も個別サポートがあり、就職準備を支援します。

※各事業の詳細や対象者については、各コーナーへお問い合わせください。

30~54歳対象

※ミドルコーナー直通
☎03-5211-3312

就活エクスプレス

早期に正社員を目指す方

5日間の短期集中プログラムで就職活動に必要な基本的知識を学びます。修了後は、専任のコーディネーターによる求人紹介や合同面接会を実施し、早期の正社員就職を支援します。

Jobトライ

企業内実習をしてから就職したい方

4日間のセミナー後に企業内で実習(15日~20日間)を行い正社員就職を目指します。担当のジョブリーダーが実習中の職場訪問や就職後の定着支援を行います。

企業内実習に助成金を支給します。(支給要件あり)

東京しごと塾

実践力をしっかりと身につけたい方

2か月間の職務実習型プログラムで、正社員として就職し、働き続けるために必要なスキルを実践的に学びます。就職後は職場訪問や定着支援講座を実施し、継続的に支援します。プログラム期間中は助成金を支給します。(支給要件あり)

各地域で実施するシニア向けプログラム

55歳以上対象

※シニアコーナー直通
☎03-5211-2335

☎03-5211-2317

シニア生涯ワーキングセミナー

これからの生活とキャリアを考えたいシニアの方

これから就職活動を始めたい、または既に就職活動中の55歳以上の方を対象に、今後の生活設計に備えたプランニング知識と再就職での働き方について学ぶことができるセミナーです。ハローワークや区市町村等と連携して、都内各地域で年60回開催しています。

シニア就業支援キャラバン

地域での就職を目指すシニアの方

都内各所で①セミナー②合同就職面接会③しごとの相談をまとめて1日で実施するイベントを年間12回開催します。イベント終了後も引き続き都内12カ所に設置されているアクティブシニア就業支援センターで、相談から無料職業紹介まできめ細やかにサポートします。一緒に就職活動へ一歩踏み出しましょう。

※各事業の詳細や対象者については、各コーナーへお問い合わせください。

個人情報の取扱について

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)、「個人情報の保護に関する法律についてのガイドライン(通則編)」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。個人情報の取扱の詳細はホームページ(<https://www.shigotozaidan.or.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.jp/>)をご覧ください。