



東京都

東京しごとセンター

東京しごとセンター

多摩

共催

立川市

あなたの街で就活サポート!

女性しごとと応援キャラバン

就活セミナー

個別相談会

はたらきたい女性のイベント

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
見つかるか不安

¥0

参加費
すべて無料

県

都内各地
83回開催0歳6ヵ月～
無料保育付

定員

40名

予約制
先着順

～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～ タイムマネジメントのコツ

2026年 6月25日(木) 10:00～12:00 [受付開始 9:30]
※12:15～ 個別相談会(希望者のみ)

会場

東京しごとセンター多摩 ホール

東京都立川市柴崎町3-9-2 東京しごとセンター多摩 7F

- JR各線「立川」駅(南口)から徒歩約4分
- 多摩モノレール「立川南」駅から徒歩約1分

対象

はたらきたい女性の方ならどなたでもOK

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: 2026年5月7日(木)～ ※定員になり次第、
締め切りとなります。

無料保育申込締切日 2026年6月18日(木) 12:00

・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。

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 受付時間/平日 9:00～17:00

■ 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。

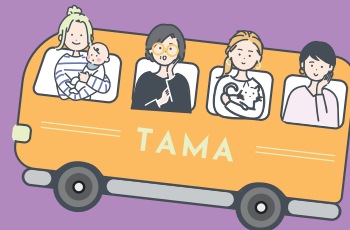
TEL:03-4550-0973

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、就活イベントを開催。
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。

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25万人が利用しています。



イベント当日のスケジュール

🕒 9:30

受付開始

メール記載の二次元バーコードをかざして受付を行います。

🕒 10:00

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。

事前予約制
先着順

定員
40名

12:00

～ライフ・ワーク・バランスを手に入れる働き方～ タイムマネジメントのコツ

仕事とプライベートのバランスを考えながら、
無理なく成果を出すための時間管理の方法を学びます。

ベアワーク
あり

講師

垂水 菊美 株式会社キャリアンサンプル 代表
一般社団法人あしたの働き方研究所 理事

キャリアコンサルタントとして、多様な人のライフワークバランスの実現を支援。自身の体験と多くの支援経験をもとに、実践的なタイムマネジメントを提供している。



※講師は変更になる場合がありますのでご了承ください。

🕒 12:15

個別相談会

1人30分 [定員 10名]

事前予約制
先着順

セミナー
参加特典

事前準備は不要です。
初めての方にも安心して
ご参加いただけます。

13:20

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。

無料保育サービスあり

定員
10名
程度

事前予約制
先着順



専門スタッフが対応しますので、
初めて保育を利用される方も
ご安心ください。

0歳6カ月から保育可能!

保育可能時間

9:45 - 13:25

対象年齢(月齢)

0歳6カ月～就学前

●無料保育申込締切日 2026年6月18日(木) 12:00

