

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 31	25	26	27	28	29	30

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

7月15日(火) 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。

6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

7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」
-実務PowerPoint編-

抽選

12日(火) 10:30～12:30

どなたでも

心理テスト(エゴグラム)を活用した
就職活動や職場でのコミュニケーション

14日(木) 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

18日(月) 10:30～12:30

どなたでも

面接の基本を学んで実践練習
「自信がつく面接対策講座」

20日(水) 10:30～12:30

どなたでも

就活や職場でのストレス対策
～マインドフルネスと椅子座禅～

オンライン
受講可

25日(月) 10:30～12:30

どなたでも

表情豊かに、就職力UP
～フェイスメソッドで自信の持てる自分へ～

28日(木) 10:30～12:30

どなたでも

書き出して見つける私の強み！
自己理解と仕事の見つけ方

イベントのお知らせ

8月27日(水) 13:00～16:00

現役職員が直接解説、よくわかる！

高齢・障害福祉分野の仕事

専用ページはこちら▼





令和7年

8月セミナー内容

求職者向け

参加費無料



どなたでも…性別・年齢不問

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

職場で求められる「基本的なPCスキル」
-実務PowerPoint編-

抽選

実務で活かせるパワーポイント資料の作り方、活用などを学びます。プレゼンテーションを効果的に使う方法もお伝えします。

※Word&Excelの基本操作をマスターされている方対象。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

心理テスト(エゴグラム)を活用した
就職活動や職場でのコミュニケーション

エゴグラムは、人間関係の心理学理論に基づいた性格診断です。性格の型や特徴を知ること、自分や相手の個性が理解でき、社会人として身につけたいコミュニケーション力や信頼関係の構築に役立ちます。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

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

面接の基本を学んで実践練習
「自信がつく面接対策講座」

様々な企業の面接にも対応できるように、面接の流れや、目的・マナー・ルールなど「面接の基本」と、企業が何を見ているのか、どんな質問をされるのかまでわかりやすく解説します。実際に面接練習をすることで不安解消に繋がきましょう。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

就活や職場でのストレス対策
～マインドフルネスと椅子座禅～オンライン
受講可

就職活動は、不安やストレスなどネガティブな感情が多くなりがちです。このセミナーでは、心を整える為のマインドフルネス(瞑想)と椅子座禅の方法でストレスを低減し、就活を乗り越える方法を学びます。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

表情豊かに、就職力UP
～フェイスメソッドで自信の持てる自分へ～

フェイスメソッドとは、英国予防医学機関により公認されているセルフケアメソッドです。笑顔の「心理学」や「効果」について学び、表情筋のトレーニングや顔のヨガや指圧などのセルフケア方法を実践します。面接や職場での印象UPにつなげましょう。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

書き出して見つける私の強み！
自己理解と仕事の見つけ方

今までの経験を書き出しながら自己理解を深め、仕事に活かせる強みを探します。自分の軸を知り、自分に合う仕事の見つけ方を学びましょう。

どなたでも 会場：9Fセミナールーム

現役職員が直接解説

よくわかる！

高齢・障害福祉分野の仕事

どんなイベント？



どなたでも

会場：9Fセミナールーム

業界職種理解セミナーと区内福祉施設・事業所の現役職員との交流会を通じて、**情報・雰囲気・仕事内容**などリアルな情報を聞くことができます。また、就職に向けて知りたいことや心配なことを質問できる機会です。情報収集の場として**お気軽にご参加ください**。



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

・7月15日(火)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

・受付が切7月19日(土)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、7月19日(土)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、7月23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▶

