

令和8年 6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				

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

5月15日(金) 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。

10日(水) 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」



12日(金) 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～

15日(月) 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

19日(金) 10:30～12:30

どなたでも

“忙しい”を手放す時間の使い方
～自分を取り戻すタイムマネジメント～



22日(月) 10:30～12:30

どなたでも

就活や職場で自分の魅力を引き立てよう
～パーソナルカラー講座～

23日(火) 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～

25日(木) 10:30～12:30

どなたでも

発想の転換～自分の見方と他者比較～



26日(金) 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



30日(火) 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」

申込み不要！
当日直接会場へ！

6月18日(木)

おしごと
応援相談会



＼ 出入り自由！ /
9:30～16:30

会場：江東区文化センター第4・第5研修室

江東しごとサポートセンター

セミナー受付開始日や、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

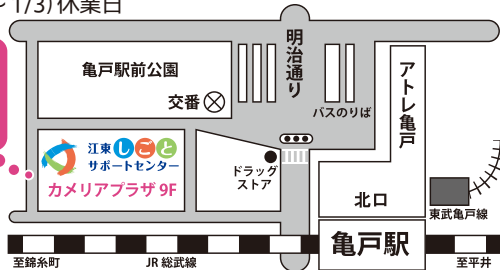
<https://koto-shigoto.jp/>

こうとうしごと 検索

TEL. 03-5836-5160

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

※この事業の運営は、江東区がパーソナ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。





令和8年

6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

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」

オンライン受講の
申込み締切▶6月2日(火)

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

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なると、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。ペーパー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

“忙しい”を手放す時間の使い方 ～自分を取り戻すタイムマネジメント～

オンライン受講の
申込み締切▶6月11日(木)

家事や育児、仕事などに追われ、「自分の時間が無い」と感じていませんか。本セミナーでは、時間に振り回される毎日から抜け出し、自分で時間を選ぶための考え方と実践方法を学びます。「何に時間を使っているのか」を見る化し、すぐに行動できる一歩を明確にしましょう。“忙しさの中でも自分らしく働く”ヒントを持ち帰っていただけます。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム

就活や職場で自分の魅力を引き立てよう ～パーソナルカラー講座～

パーソナルカラーとは人それぞれが持っているオリジナルの色調に調和し、際立たせる色のことです。パーソナルカラーの効果は長所を引き立て、好印象を引き出してくれます。自分に合う色を見つけ、面接や職場での第一印象UPにつなげましょう。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム | グループワーク

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。本セミナー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

発想の転換 ～自分の見方と他者比較～

オンライン受講の
申込み締切▶6月17日(水)

就職活動では欠かせない自分の見方(自己評価)について学びます。自分の見方や他者比較の背景を知ると、肯定的な自分に気づくことができ、前向きな気持ちで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

印象UP! 就活や仕事で役立つ ビジネスメールの基本

オンライン受講の
申込み締切▶6月18日(木)

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で、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

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、企業が何を求めているのか、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ります。

どなたでも | 会場：9Fセミナールーム | グループワーク

おしごと応援相談会

就職や働き方についての
“ちょっとした悩み”を
気軽に相談できるイベントです



専用ページは
こちらから

会場：江東区文化センター第4・第5研修室

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

- ・5月15日(金)9:30～受付開始。
- ・ホームページの申込フォームまたはお電話でお申込み順でお受けします。
- ・月に3講座までのお申込みとなります。
- ※イベント・出張セミナーは月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。

◆オンライン受講

- ・開催**8日前まで**にお申込みください。
- ・右のQRコードから、オンライン受講方法を動画で確認できます。▶▶▶▶



◆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。

スマホからかんたん

新規利用登録



就職決定の連絡は
こちらから▶



利用登録がお済の方へ

セミナー申込み



カウンセリング予約

