

セミナーカレンダー

セミナー開催場所/東京しごとセンター 4 階（406 教室）

11

November

2026



専門サポート
コーナー

Specialized support corner

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日	4 PC講座 Word初級 1 日目 13:30~15:30	5 PC講座 Word初級 2 日目 13:30~15:30	6 自己理解・自己分析 10:00~11:30	7
8	9 求人の探し方 求人票の見方 10:00~11:30	10 SST習得 14:00~15:30	11 就職活動の心構え ~キックオフセミナー~ 14:00~15:30	12 働き方を考える 職種研究・働き方 10:00~11:30	13 キャリアチェンジ について 14:00~15:30	14
15	16 社会人マナー (身だしなみ) 14:00~15:30	17 PC講座 Excel中級 1 日目 13:30~15:30	18 PC講座 Excel中級 2 日目 13:30~15:30	19 PC講座 Word中級 1 日目 13:30~15:30	20 PC講座 Word中級 2 日目 13:30~15:30	21
22	23 勤労感謝の日	24 PC講座 タイピング トレーニング 13:30~15:30	25 就職活動の心構え ~キックオフセミナー~ 10:00~11:30	26 企業説明会 13:30~15:00	27 面接のコツ 模擬面接 10:00~11:30	28
29	30 応募書類の書き方 14:00~15:30	セミナータイトルの色表記について ●緑色/生活自立セミナー ●青色/社会自立セミナー ●赤色/就労自立セミナー ●オレンジ色/PC講座 ●紫色/企業説明会 当セミナーは、【東京しごとセンター専門サポートコーナー】 をご利用の方がご参加いただけます。ご希望の方はお問合せ ください。(各セミナーの2営業日前までにご予約が必要です) ※企業説明会にお申し込みの際は、担当アドバイザーに内容 確認をしてください。				

東京しごとセンター 専門サポートコーナー

☎ 03-5211-8701



〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 3-10-3
東京しごとセンター5 階（専門サポートコーナー）

開館時間

平日：午前 9 時～午後 8 時

土曜：午前 9 時～午後 5 時

※日曜・祝日・年末年始（12/29~1/3）は休館

東京しごとセンター専門サポート

検索

<https://tokyoshigoto-senmon.net/>





11月のセミナー内容



当セミナーは、【東京しごとセンター専門サポートコーナー】をご利用の方がご参加いただけます。ご希望の方はお問合せください。
(各セミナーの2営業日前までにご予約が必要です)
※企業説明会にお申し込みの際は、担当アドバイザーに内容確認をしてください。

社会自立セミナー

社会人マナー (身だしなみ)

ビジネスマナーの基本、社会人としての身だしなみ！相手への敬意を表し、自分自身の働くスイッチを入れる重要なツール。今一度おさらいしましょう

SST習得

社会生活スキルトレーニング
困難な状況に直面した際の適切な対応の仕方や解決方法を、ロールプレイをとおして習得します

PC講座

タイピングトレーニング

タイピングの基本からしっかり学び、楽しみながら正確さとスピードをアップして、パソコン操作をもっと快適にしてみませんか



Word 初級・中級講座

(2日間コース)
文章作成の基本を学ぶコース、見やすいレイアウトを自ら考えて完成度の高い文書作成を目指すコースの2講座

Excel 中級講座

(2日間コース)
表計算、データの整理や分析方法などの操作を学びます



企業説明会

企業説明会

企業が自社を知ってもらうために開催する説明会です。事業内容、理念、社風、採用情報などを直接伝えていただきます。希望者には個別面談も実施します



就労自立セミナー

キャリアチェンジについて

新しいスキルを学びながら自身の働き方やキャリアを大きく転換させる選択について理解を深めましょう



働き方を考える

ご自身の働き方を主体的に考えるために、様々な職種や働き方を学びます

Work life balance



自己理解・自己分析

今までの経験の棚卸しや、自分の特技や苦手なことなど自分自身を理解し職業選択に役立てます

求人探し方 求人票の見方

求人情報の入手方法や、求人票の記載内容・チェックするポイントをお伝えします



応募書類の書き方

送付状や履歴書、職務経歴書、志望動機の書き方などを学びます



面接のコツ 模擬面接

緊張を和らげ、自分の力を最大限に発揮できるよう、本番の面接を想定して練習します

就職活動の心構え 〜キックオフセミナー〜

就職活動を始めるにあたり、当コーナーの利用方法や就職までのステップなど確認します

