

2026年 March

仕事と家庭の両立を目指す方が対象です！！

3月セミナー日程表

マザーズハローワーク東京



MON	TUE	WED	THU	FRI		
2 託児あり	3 10:00~11:30 対面式 再就職準備 セミナー ●先着 申込開始 2月12日(木)~	4 9:30~11:30 税金と保険・ ライフプラン セミナー ★抽選 申込期間 2月4日~18日 託児あり	5	6		
9 9:30~12:00 パソコン講習 基本5日間	10 9:30~12:00 パソコン講習 基本5日間	11 9:30~12:00 パソコン講習 基本5日間	12 9:30~12:00 パソコン講習 基本5日間	13 9:30~12:00 パソコン講習 基本5日間	14 託児あり	15
全5日間（全5日間受講可能な方限定） ★抽選 申込期間： 2月4日（水）～18日（水）						
16	17 10:00~11:30 オンライン 今後の わたしの計画書 ●先着 申込開始 2月12日(木)~	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

HP・LINEの申込フォームからお申込みください。

※セミナー受講後、1週間以内に窓口かオンラインで
職業相談が必須となります。（予約制）

★抽選制セミナー

申込期間： 2月4日（水）9:00～18日（水）23:59

当選者にのみ 2月24日（火）までに

マイページまたはお電話でご連絡いたします。

2026年 March

3月

開催予定のセミナー情報

全セミナーで“無料託児サービス付”です！(オンラインは除く)
 ＊託児サービスは定員3名 ＊生後3ヶ月～未就学児対象 ＊申込時に託児希望を選択ください

託児あり

抽選

対面

パソコン講習基本5日間

主に3か月以内の就職を目指している方を対象に、WordとExcelの基本操作を学んでいただく講習です。キーボード操作ができる方対象。

(全5日間受講可能な方限定)

- 当選者には2/24(火)までにマイページまたは電話にて連絡いたします。
(定員12名)

託児あり

抽選

対面

税金と保険・ライフプランセミナー

家族のライフプランを改めて練り直し、家庭と仕事の両立について考えます。仕事を探す上で重要な社会保険制度の仕組みや税金などもお伝えします。

- 当選者には2/24(火)までに、マイページまたは電話にて連絡いたします。
(定員12名)

託児あり

先着

対面

再就職準備セミナー

再就職活動で不安を感じたことはありませんか？ブランクや年齢、両立できる働き方、最近話題の「Web面接」「年収の壁」など。気になるワードを解説し、成功事例を紹介します。「私の10年プラン」を作成し、自分にぴったりの就職活動をはじめましょう！

(定員16名)

先着

オンライン(ウェビナー)
今後のわたしの計画書

「今の環境・わたしが大切にしたい気持ち」を整理し、これからの働き方・生き方をじっくり考える90分です。今後を考えるきっかけとして、お気軽にご参加ください。

カメラオフ・声出しなしでご参加いただけます。
(定員30名)

【ご案内】

- ※ マザーズハローワーク東京でご相談されている方、およびご利用予定で相談を希望される方が対象です。
- ※ 多くの方にご参加いただきたくため、キャンセルの際は早めにキャンセルフォームまたはお電話でご連絡ください。(無断キャンセルがあった場合、他のセミナーの受講をお断りする場合があります。)
- ※ オンラインセミナーにおける端末・通信費は参加者負担です。また、電話でお申し込みの場合、マザーズハローワーク東京HPから「オンラインサービス利用規約」を事前に確認してください。
- ※ 「オンライン」セミナーのお申し込みの際は、自動返信メールをご確認ください。(申込内容・ZOOM参加方法・キャンセル手続き・受講証明書について記載されています。shibuya_0296@mhlw.go.jpからのメールが受信できるようにしておいてください。)
- ※ やむを得ない理由によりセミナーが急遽中止になる場合がございます。予めご了承ください。

申込方法

すべてネット申し込み↓コードから☆

HP



LINE



先着順セミナーは定員になり次第締め切りとなります。キャンセル待ちフォームをご利用ください。
 抽選セミナーは、当選者に2月24日(火)までにご連絡いたします。

マザーズハローワーク東京 TEL 03-5728-8609

150-0031

東京都渋谷区桜丘町1-2 渋谷サクラステージ
 セントラルビル SHIBUYAサイド 10階

【平日9:00～17:00 土日祝休】