

2024年 December

# 12月

失業給付の  
求職活動実績の対象

# セミナー日程表

## マザーズハローワーク東京

仕事と家庭の両立を目指す方が対象です



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 	2	3	4	5	6 9:30~11:30 コミュニケーション セミナー 申込開始 11月7日(木) 9:00~	7
8	9	10	11 9:30~12:30 Excel中級講習 3日間 申込開始 11月19日(火) 9:00~	12 9:30~12:30 Excel中級講習 3日間	13 9:30~12:30 Excel中級講習 3日間	14
15	16	17	18 10:00~11:30 自分のココロとの 付き合い方 申込開始 11月19日(火) 9:00~	19 9:30~11:30 ライフプラン セミナー 申込開始 11月7日(木) 9:00~	20	21
22	23 10:00~11:30 職業興味検査 (VPI)を使って 申込開始 11月19日(火) 9:00~	24	25	26	27	28

申込 (託児あり)

申込 (託児なし)

申込 (託児あり)

申込 (託児なし)

全2日間 ●抽選 ●申込期間: 11/7(木) ~ 11/15(金)  
当選者にのみ 11/22 までに ☎ します

申込 (託児あり)

申込 (託児なし)

申込 (託児あり)

申込 (託児なし)

申込 (託児あり)

申込 (託児なし)

**！各セミナーの申込み受付開始時間は  
申込日の9:00~です**  
 カレンダー内の 申込 (託児あり) 申込 (託児なし) を  
 クリックして申込フォームへGO♪

**！セミナー後、1週間以内に、窓口かオンライン  
で 職業相談 必須 (予約制)**

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名です \* 生後3ヶ月～未就学児対象 \* 申込は託児希望専用フォームへ

託児あり

抽選

## 対面式 Excel中級講習 3日間

ExcelのSUM,AVERAGE関数ができる方が対象。  
 関数の活用方法、書式設定の方法等を習得  
 します(連続3日間要受講) (定員12名)

託児あり

先着

## 対面式 コミュニケーション

意外と難しいコミュニケーション。面接時に効果  
 的な自己表現が行えるよう、身につけましょう。  
 入社後にも応用できます☆ (定員12名)

## 対面式 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。 (定員12名)

託児あり

先着

## 対面式 自分のココロとの付き合い方

毎日を気持ちよく過ごすために  
 ココロの仕組みを知って、少しラクになってみませんか☆

託児あり

先着

(定員12名)

## 対面式 職業興味検査 (VPI) を使って

再就職する前に職業興味検査を使って、自己理解を深めませんか？  
 検査結果を見ながら、セミナーに参加した皆さんと感想を話し合ってみましょう。  
 最近お仕事を探す上でちょっと気になっていたことも、この機会に解消するかもしれません！  
 (定員12名)

託児あり

先着

## 【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くため、セミナーを複数回受講することをご遠慮いただいております。  
 (抽選制のセミナーにのみお申込みの方は、  
 ほかのセミナーにお申込み可能です)
- ※ 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。
- ※ キャンセルの際は、セミナー開始前までに電話でご連絡願います。
- ※ 「オンライン参加型」セミナーはマイク・カメラをONにさせていただきます
- ※ 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



(申込初日の  
 9時以降に  
 申込ボタン  
 が出現)

申込み初日のみ9:00 受付開始  
 定員になり次第締め切りとします。  
 (パソコン講習は抽選です)