

2025年

Jun

仕事と家庭の両立を目指す方が対象です

# 2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

**！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）**

3

4

5

6

7

9:30～11:30

ビジネスマナー  
&メイクセミナー

申込期間  
1月8日(水)  
9:00～

8

9

申込（託児あり）

申込（託児なし）

10

11

12

13

14

15

16

10:00～11:30

オンラインウェビナー  
「介護で仕事を  
あきらめない」

申込開始  
1月15日(水)  
9:00～

申込（託児なし）

17

18

19

20

21

22

23

9:30～12:00

パソコン講習  
基本5日間

申込（託児あり）

全5日間 ●抽選 ●申込期間：1月8日(水)9:00～ 1月16日(木)  
●当選者には1/23までに☎します

申込（託児なし）

24

25

26

27

28

申込（託児あり）

申込（託児なし）

10:00～11:30

プランクに  
とられない  
3つの就活のコツ

申込期間  
1月15日(水)  
9:00～

2025年 Jun

# 2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

## 対面式 パソコン講習基本5日間

託児あり

抽選

主に3か月以内の就職を目指している子育て中の方(20歳未満のお子さんがある方)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) (定員12名)

## 対面式 ビジネスマナ&メイクセミナー

託児あり

先着

面接時の爽やかな身だしなみ、ビジネスマナーを学び、自信をもって面接に行きましょう。  
また、パーソナルカラーを知って、好感度アップのメソッドを学びましょう。  
(定員12名)

## オンラインウェビナー 介護で仕事をあきらめない

先着

仕事と介護の両立や介護離職のリスクについて、今後直面する前に準備できる事、しておくべき事を一緒に考えていきましょう。  
介護だけでなく様々なライフイベントをイメージして乗り越えるためのコツもお伝えします。  
(定員20名)

## 対面式 ブランクにとらわれない3つの就活のコツ

託児あり

先着

- ①就活のポイントは“今の自分”を知ること！
  - ②家庭と仕事の両立/再就職は成功事例にヒントあり！
  - ③あなたにとっての“理想の求人票”を作ってみよう！
- (定員20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)

# 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 土日祝休み】

移  
転  
し  
ま  
し  
た