

# いきいきと、働く自分に出会う。

## トークショー&セミナー

これからの「働き方」について考える上で役に立つ、講演・セミナーを多数実施

### 第1回 新宿会場 ステージプログラム

第1部	11:00 - 11:45	「働くこと」を考える 登壇:松本すみ子氏 ★
	12:00 - 12:45	人生100年時代のライフプラン 登壇:八木陽子氏 ★
	12:00 - 12:45	面接対策セミナー「伝わるテクニック」 登壇:山本ミッシェルのぞみ氏
第2部	13:15 - 14:00	アクティブシニア就業支援センターによる事例紹介
	14:00 - 14:30	草野仁氏トークショー「いつもチャレンジ精神で」★
	14:30 - 15:15	姿勢・呼吸・心を整える呼吸法トレーニング★
	15:15 - 16:00	こころ元気に生きる 登壇:鎌田敏氏 ★

### 第2回 立川会場 ステージプログラム

第1部	10:45 - 11:30	姿勢・呼吸・心を整える呼吸法トレーニング★
	11:45 - 12:30	人生100年時代のライフプラン 登壇:八木陽子氏 ★
第2部	13:15 - 14:00	面接対策セミナー「伝わるテクニック」 登壇:山本ミッシェルのぞみ氏
	14:15 - 14:45	草野仁氏トークショー「いつもチャレンジ精神で」★
	15:00 - 15:45	「働くこと」を考える 登壇:松本すみ子氏 ★

#### 講師紹介



松本 すみ子氏

有限会社アリア代表取締役、NPO法人シニアわーくすRyoma21理事長。シニアライフアドバイザー／産業カウンセラー／キャリアコンサルタントとして、シニア世代の動向研究、ライフスタイルの提案と情報提供を行う。



八木 陽子氏

株式会社イーカンパニー代表。ファイナンシャルプランナーやキャリアカウンセラーとしての10年以上の仕事実績と消費者の視点から、誰よりも分かりやすく「お金」「経済」「キャリア」を伝える。



鎌田 敏氏

こころ元気研究所所長。平成17年3月「こころ元気研究所」を設立。こころ元気配達人として講演活動を始める。「元気を分かち合う」べく、「楽しく、わかりやすく、ためになる！」をモットーに、元気講演を届ける。

## イベントブース出展

シニア就業に関する最新情報をはじめ、支援機関ブースや健康測定コーナーなどをご用意

### 就業支援機関のブース出展

シニア就業に関するセミナーや個別の就業相談ができます。他にもシルバー人材センターブースで小物販売を行っています。

### シニア向け健康測定

いま現在のご自身の健康状態を簡単な健康測定でチェックできます。



- ◎体成分バランスチェック ◎血管推定年齢チェック
- ◎歩行・姿勢・バランス・速度年齢チェック ※新宿のみ
- ◎ストレスチェック ※新宿のみ

## 就職面接会

都内ハローワークと連携し、完全予約制による就職面接会を実施

### シニア就職面接会【完全予約制】

【実施時間】※各回共通

13:00-16:00 (受付開始 12:30-)

【参加企業数(予定)】

新宿会場 15社 / 立川会場 10社



企業ごとに面接時間の予約が必要になりますので、各ハローワークへお電話または訪問でご予約ください。

面接会当日は、予約時間の10分前に、履歴書、ハローワークの紹介状をご持参のうえ、ご来場ください。

※面接会参加企業・求人内容は、決定次第ホームページで公開します。

公開スケジュール

- ◎新宿会場: 令和3年9月中旬予定
- ◎立川会場: 令和3年10月上旬予定

## 会場アクセス

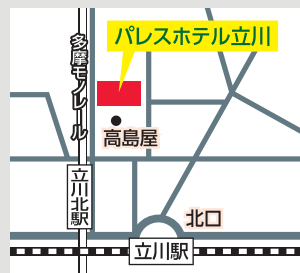
### 第1回会場: 新宿NSビル

- ◎JR線・京王線・小田急線・東京メトロ丸の内線 新宿駅「南口・西口」より徒歩7分
- ◎都営地下鉄線(新宿線)・京王新線 新宿駅「新都心口」より徒歩6分
- ◎西武線(新宿線) 西武新宿駅より徒歩15分
- ◎都営地下鉄線(大江戸線) 都庁前駅A3出口より徒歩3分



### 第2回会場: パレスホテル立川

- ◎JR立川駅北口、多摩モノレール 立川北駅より歩行者デッキで直結
- ◎徒歩で立川駅北口より3分、立川北駅より2分



## お問い合わせ

シニアしごとEXPO事務局

info@seniorshigotoexpo.metro.tokyo.lg.jp

0120-954-669 (受付時間 / 平日 10:00-17:00)

新型コロナウイルス感染症  
拡大防止への取組み

会場では、検温の実施・アルコール消毒液の設置、ビニールシートの設置、一定の距離のある座席の配置等の対策を実施します。ご参加の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

事前参加申込・イベントと就職面接会の詳細はWebから!

シニアしごとEXPO

