

3カ月間のサポートで  
早期正社員就職を応援

正社員まで一直線!

# 就活エクスプレス

## 受講特典

専任のコーディネーターが  
あなたに合った求人を紹介

書類選考なし! 毎月1回開催

合同面接会 | 8月28日(金)

5日間の  
短期集中  
プログラム

受講者満足度

98%

ムツマン  
サポート

## プログラム説明会

日時

7月27日(月)

14:00~14:30

場所

東京しごとセンター 2階  
201教室

予約

03-3239-3821

平日9時~17時  
「就活エクスプレス担当」

WEBでのご予約はこちらから→



## 適職探索コース

日程

8月3日(月)~8月7日(金)

申込み期間: 7月2日(木)~7月29日(水)

定員

各25名

対象

- ①30~54歳でパート、アルバイト、派遣社員  
など非正規雇用経歴のある方
- ②早期に正社員としての就職を目指す方

※退職日、廃業日が決定している場合のみ正社員在職中、自営の方も  
対象となります

在職中の方はこちら

在職者限定  
就活エクスプレス 1Dayコース



※申込み受付時間は平日9:30~19:30(土曜日は9:30~16:30)となります。

※プログラム申込み最終日の受付時間は15:00までとなります。

※初めて東京しごとセンターをご利用される場合は、利用登録の手続きが必要となりますので平日は17:00、土曜日は14:00までにお越しください。

詳細は裏面へ

# 就活エクスプレス ミドル層の正社員就職をサポート

## 受講者の声 早期就職決定の声が多数!



適職探索コース  
30代・男性

プログラムを通して日々気づきがあり、自己理解を深められたことで自分の方向性や働き方を考え直せました。他の受講者からのフィードバックや意見交換、これまでの経験を聞いたことで、応募先への視野も広がりました。就職活動を進める上で合同面接会へチャレンジできたことも貴重な経験となり、応募に積極的になれたことで早期就業につながったと思います。



適職探索コース  
40代・女性

棚卸しから自分の強みが明確になったことで、求人分析を通して企業が求める人物像を踏まえたアピールの仕方に工夫ができるようになり、非常に役に立ちました。仲間と励まし合えたことで、就職活動のモチベーションを保つことができ本当に良かったです。抱えていた不安や課題をジョブコーディネーターへ相談できたことで、納得ができる就職ができました。

## カリキュラム

### 適職探索コース

～見つけよう!あなたらしい働き方～

ゲームやカード等のツールを活用して、「職業興味」「価値観」「自分の強み」を探りながら、自分の資源の活かし方について考え、自分らしい就職を目指します。

1日目：自己の振り返りと「適職」のキーワード探索

2日目：興味・価値観と仕事の棚卸し

3日目：求人分析と自己資源の活かし方

4日目：企業交流会と適職の見える化

5日目：ジョブコーディネーターとの個別面談

時間 9:30～15:30 (休憩あり)

※会場までの交通費は自己負担となりますのでご了承ください。

## サポートの流れ

キャリア  
カウンセリング  
(申し込み)

※プログラム受講については  
選考をもって確定します。

プログラム  
5日間

・自己分析  
・就活ノウハウ

合同面接会  
毎月1回

・受講者限定  
・書類選考なし

フォローアップ  
8/17 8/21 8/24

・書類対策  
・面接対策

専任のコーディネーターによる個別支援(3ヵ月)と定期的なフォローアップで  
早期就職をサポート!

早期就職

お申し込み・お問い合わせ

## 東京しごとセンターミドルコーナ-

詳しくはこちら!

<https://www.shu-katu-express.com/>

就活エクスプレス

検索



ミドルコーナ-  
就活エクスプレス担当に  
お問い合わせください。

☎ 03-3239-3821



東京都が設置した  
施設です

アクセス

所在地

〒102-0072  
東京都千代田区飯田橋3丁目  
10番3号

受付時間

平日…9:00～20:00  
土曜…9:00～17:00  
休業…日・祝・年末年始  
(12/29～1/3)

最寄駅

JR総武線  
「飯田橋駅」東口徒歩7分  
「水道橋駅」西口徒歩5分  
地下鉄  
「九段下駅」徒歩10分

