

30歳～44歳対象

参加無料!

11月実施

# 自分らしい就職を 実現しよう!!

## 就活エクスプレス

### 受講特典

専任のコーディネーター  
による求人紹介

フォローアップ講座で  
早期就業をサポート

11月21日(火)他、定期的に開催

書類選考なし! 毎月1回  
「合同面接会」

2017年11月24日(金)

5日間の  
短期集中  
プログラム

仲間と一緒に  
就職活動

参加者の  
約80%が  
就職決定



### 『プログラム説明会』開催! (予約制)

日時 10月26日(木) 14:00～(30分程度)

予約 03-3234-1433 平日9時～17時  
「就活エクスプレス担当」宛

場所 東京しごとセンター2階「NJルーム」

適職探索  
コース

11月6日(月)～11月10日(金)

申し込み期間  
10月6日(金)～11月1日(水)

面接突破  
コース

11月13日(月)～11月17日(金)

申し込み期間  
10月13日(金)～11月9日(木)

場所

東京しごとセンター2階 ミドルコーナ-  
東京都千代田区飯田橋3-10-3

定員

各コース  
25名

対象

- ①30歳～44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 (原則として正社員在職中及び自営の方は対象となりません)

※申込み最終日の受付時間は15:00までとなります。  
※ミドルコーナ-のアドバイザーを通してお申込みください。受付時間は平日9:30～19:30(土曜日は9:30～16:30)となります。  
※初めてしごとセンターのカウンセリング等を受ける場合は、東京しごとセンターでのご登録が必要です。  
混雑状況などにより、お待ちいただく場合があります。お時間に余裕を持って平日は17:00、土曜日は14:00までにお越しください。

詳細は裏面へ

カリキュラム

適職探索コース

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 自己分析マップを描く
- 2日目 職業興味と適職探索
- 3日目 求人分析と自己資源の活かし方
- 4日目 企業交流で企業ニーズを知る
- 5日目 就職活動計画と個別面談

面接突破コース

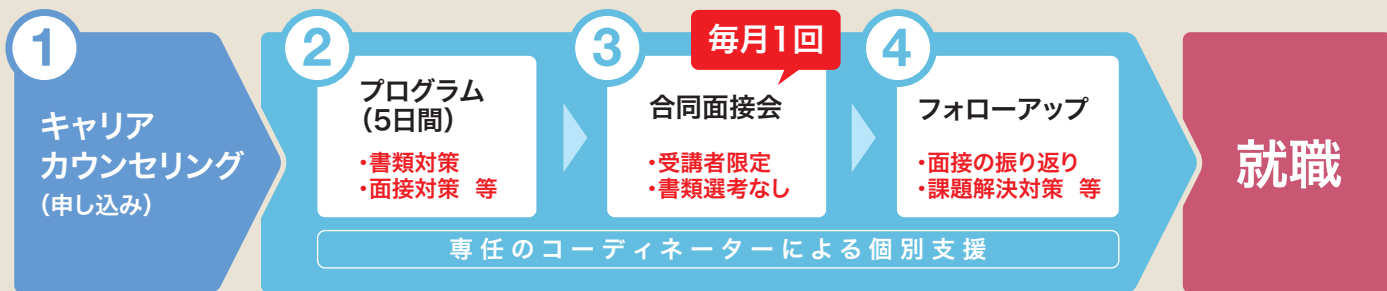
企業側の視点から、アピールできる自分の経験や強みを整理しロールプレイング等の実践的なワークを通して面接時の第一印象や面接に必要なコミュニケーション力を強化します。

- 1日目 第一印象とコミュニケーションの振り返り
- 2日目 求人ニーズに合わせた自己アピール
- 3日目 志望動機のポイントと面接演習
- 4日目 企業交流で採用ポイントを知る
- 5日目 就職活動計画と個別面談

各コース共に 時間 9:30～15:30

・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。  
※どちらかのコースを1回のみ受講できます。

サポートの流れ



受講者の声



企業交流では人事担当者の生の声を聞くことができ、企業ニーズを考えた自己資源の活かし方を学ぶことができました。

(適職探索コース・30代・男性)



面接演習でコーディネーターからアドバイスを頂いたり、第一印象を振り返ることで今後の面接に自信ができました。

(面接突破コース・40代・女性)

お申し込み・お問い合わせ

東京しごとセンター  
ミドルコーナー

詳しくはこちら!

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

東京しごとセンター

検索



ミドルコーナー  
就活エクスプレス担当に  
お問い合わせください。

☎ 03-3234-1433



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  
3-10-3

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中央線・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