

45~54歳対象

東京都

東京しごとセンター  
ミドル世代

一部オンライン対応有

ミドル世代のための

# キャリアチェンジ ← 支援プログラム →

働き方の新たな方向性・可能性を見出して6ヶ月以内の就職を目指すプログラムです。

10月開催は、一部ご自宅でも参加できるオンライン対応版です。

ご自宅でじっくり取組みたい方にお勧めします。



10月4日(月) ~ プログラム開始!

プログラム説明会開催

日時: 2021年9月14日(火) 13:00~

場所: 東京しごとセンター 201教室



申込間

9月1日(水) ~ 9月30日(木)

場所

東京しごとセンター(飯田橋)

東京都千代田区飯田橋3丁目10番3号

※1日目はZOOMによるオンライン実施

プログラム内容

ライフデザイン・  
キャリアチェンジセミナー

3日間

1日目 10/4(月)

ZOOM

9:30~12:30  
Zoomによる  
オンライン実施

2日目 10/5(火)

ご来所

10~16時  
5階セミナー室

3日目 10/6(水)

ご来所

10~16時  
5階セミナー室

職種理解の  
見学会  
1日間

合同企業  
説明会  
1日間

職場体験  
5日間  
(最大)

担当ジョブコーディネーターによるマッチング支援

6ヶ月間

ライフデザイン・キャリアチェンジセミナーを終了後、6ヵ月間、プログラム参加者のみ利用できます。

さらに、担当ジョブコーディネーターによる求人情報提供などのマッチング支援があります。

※1日目のセミナーはZoomを使用して実施します。セミナー実施前までに動作確認をお願いいたします。

※1日目のセミナー前後に、動画視聴と個人ワークに取り組んでいただきます。

災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

書いてみる  
話してみる

## ライフデザイン・ キャリアチェンジセミナー

グループワークや自身の振り返りを通じて、100歳までの人生を視野に今後の生き方・働き方について考えます。



見てみる

## 職種理解の見学会

百聞は一見にしかず！実際に働いている人のところに行って、働くイメージを持ちます。



1日目



よりどころを  
感じる

2日目



資源の  
洗い出し

3日目



可能性を  
結晶化

聞いてみる

## 合同企業説明会

実際に本プログラムに沿った求人を出している採用意欲のある求人企業の担当者と、直接話せて質問できる説明会です。



体験  
してみる

## 職場体験

働くイメージと実感を持つために、実際の職場を体験します。

※期間は職場体験の日数によって変わります。



1日目



体験前講座

2~4日目



体験先企業での  
職場体験

5日目



体験後講座

対象

### 以下のすべてに該当する方

- 45歳以上54歳以下の方
- 離職中の方
- 6カ月以内に就職を希望される方
- キャリアチェンジも含め、就職の方向性の拡大を検討している方
- ライフデザイン・キャリアチェンジセミナー3日間にすべて参加できる方

申し込み

**定員 20名** (先着順です。定員に達した場合は受付を終了します。)

### 申込期間

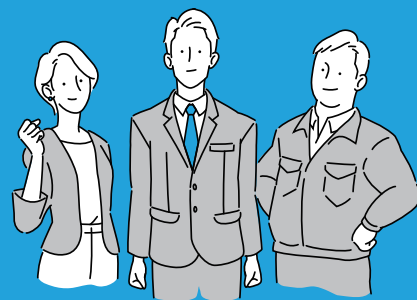
**2021年9月1日(水)~2021年9月30日(木)**

申込用紙にご記入いただき、担当アドバイザーを通してお申込みください。東京しごとセンターを初めてご利用の方は、1階総合相談窓口にお越しいただき利用登録をしてください。

### プログラム参加者の声

事務職から介護職へキャリアチェンジ・50代

長く働き続ける仕事を選びたいと思い、キャリアチェンジ支援プログラムに参加しました。3日間のセミナーに参加して仕事への視野が広がり、まずは興味にこだわらずに「職場見学」や「職場体験」に参加してみました。その中で実際に介護の仕事に触れたことで研修が充実していることや介護器具も活用できることがわかり、経験がないから無理だと思い込んでいたイメージが大きく変わりました。このプログラムに参加して、自分の可能性を広げることができました。



お申し込み・お問い合わせ先

☎ 03-3239-3821

## 東京しごとセンター ミドルコーナ-

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3丁目10番3号 2階

詳しくはこちら <https://tokyoshigoto-middle.jp/>

東京しごとセンター ミドルコーナ-



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

「飯田橋駅」東口徒歩7分  
「水道橋駅」西口徒歩5分  
「九段下駅」徒歩10分

東京都が設置した  
施設です

