

働くために  
学びたい方向け

令和4年

# オンラインスキルアップ職業訓練 11月入校生募集

東京都

申込期間

令和4年8月31日(水)～ 令和4年9月13日(火)まで

応募資格

下記①～⑥の全てに該当する方  
①求職者、非正規労働に従事されている方又はフリーランスの方等  
②東京都内に在住している方  
③ハローワークに求職登録をしている方又は東京しごとセンター（飯田橋・多摩）の利用登録をしている方  
④自宅にパソコン等の必要な情報機器を備え、通信費の負担ができる方  
⑤正社員として就職を目指している方又は職業の安定を希望する方  
⑥原則、受講開始日から遡って1年以内に公共職業訓練又は求職者支援訓練の実践コースを受講していない方  
※この訓練は、雇用保険の延長給付、訓練手当の対象ではありません。

訓練内容

正規雇用に関与するeラーニング各コンテンツによる、訓練及びスクーリング（1回3時間×3回）。

訓練科目

①オフィスパソコン事務科 ②ビジネス経理事務科 ③Webサイト制作科 ④Webマーケッター科  
上記の中から、いずれか1コースを選んでください。

訓練期間

令和4年11月1日(火)から約3か月間  
※日程は、都合により変更が生じる場合がありますので、ご了承ください。

施設  
見学会

実施施設で施設見学会を開催します。スクーリングを受ける場所や訓練内容を事前に確認されることをお勧めします。日程等については、P.3、P.5で確認してください。

※新型コロナウイルス感染の拡大防止の観点から、施設見学会を中止する可能性があります。

施設見学を希望される方は、事前予約の要・不要に関わらず、必ず事前に実施施設に開催の有無を確認してください。

定員

①②コース合わせて50名、③④コース合わせて50名。

受講料

無料です。ただし、教科書代、通信料金、交通費等は本人負担となります。

申込方法

① 申込書・返信用封筒の準備  
とじ込みの「オンラインスキルアップ職業訓練受講申込書」（P.9～P.10）の表と裏の太枠内に必要事項を記入し、必ず写真（縦3.0cm×横2.4cm、裏面に氏名と科目番号を記入）を貼ってください（記入方法はP.8参照）。また、選考結果を申込者全員に通知するため、右の記入例のように「長3」封筒に必要事項を記入し、94円切手を貼ってください。  
※申込書・返信用封筒には、消せるペンや鉛筆は使用しないでください。  
② 申込先  
受講を希望されるご本人が住所地を管轄するハローワーク又は東京しごとセンター（飯田橋・多摩）に「オンラインスキルアップ職業訓練受講申込書」と返信用封筒を添えて申し込んでください。  
※郵送でのお申込みはできません。  
※雇用保険を受給できる方は、必ず住所地を管轄するハローワークに申し込んでください。  
※他の公共職業訓練との併願はできません。  
※ご提出いただいた申込書は返却いたしませんので、ご了承ください。  
※東京しごとセンター（飯田橋・多摩）で申込む場合は、東京しごとセンター（飯田橋・多摩）の利用登録（初回カウンセリングを含む）が必要となります。時間に余裕をもってお申込みください。

（記入例）  
「長3」封筒

|             |        |        |                      |
|-------------|--------|--------|----------------------|
| 94円切手       | □□□□□□ | あなたの住所 | 縦<br>23.5<br>センチメートル |
| 志望科目番号・科名   | あなたの氏名 |        |                      |
| 横 12センチメートル |        |        |                      |

選考

申込書の記載内容により書類選考を行います。

合格発表

選考結果は、令和4年10月7日(金)以降に郵送で通知します（郵便事情により前後する場合があります）。  
※辞退を申し出た方にも、辞退を受け付けた旨の通知を送付します。

合格者  
説明会

入校の手続きを兼ねた合格者説明会（訓練ガイダンス等）を実施しますので、合格者は必ず参加してください。  
開催予定日：令和4年10月19日(水)  
※合格者説明会は中止となる場合もあります。合格者説明会の詳細は、合格通知の際にお知らせします。

## ◆科目案内◆

| 科目番号                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 科 目 名                                                                     | 受 講 対 象                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | パソコンレベル |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | オフィスパソコン事務科                                                               | パソコンの初学者の方を対象とし、修了後<br>関連職種に就職を希望する方                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 初級      |
| <div>●コースの内容</div> <p>オフィスワークに必要なビジネスソフト（Word, Excel, PowerPoint）の操作方法を基礎から学び、実務での活用の仕方や資格試験対策を行います。また会計と保険の知識・ITパスポートの知識を科目選択式により習得します。</p> <div>●受験できる関連資格（受験料等は別途自己負担となります）</div> <p>①Microsoft Office Specialist(MOS) 365&amp;2019 Word, Excel, PowerPoint<br/>②ITパスポート試験(国家試験)</p> <div>●目標とする人材像</div> <p>ビジネスの世界で使用されているビジネスソフトの操作技術を身に付けた人材</p> <div>●修了後の関連職種</div> <p>一般事務、営業事務等及びパソコンを使用する業務</p> <div>●主な訓練カリキュラム</div> |                                                                           | <div>《実施機関名》</div> <p>東京商科・法科学院専門学校<br/>所在地：千代田区神田神保町2-10-33<br/>TEL：03-3234-8141</p> <div>《必要な設備・環境》</div> <p>OS: Windows8以降、MacOS X10.10以降<br/>ブラウザ: Internet Explorer10以降、Windows版Google Chrome、Windows版Mozilla Firefox、Mac OS版Safari、Microsoft Edge<br/>※上記ブラウザ以外での動作は保証しておりません。<br/>回線速度:常時600Kbps以上の回線速度（スピード再生時は、常時1Mbps以上の回線速度）<br/>※無線LANでのご利用の場合、通信が不安定になり、動画の再生に不具合が生じる場合がございます。<br/>その他: PDFファイルを表示できるアプリ（Adobe Reader11等）、メールアドレス、DVD再生ドライブ、Microsoft Office2019、ブラウザのCookie及びJava Scriptが有効になっていることが必要があります。<br/>注意事項:自作パソコンなど各メーカーのサポートを受けられない端末は対象外です。</p> <div>《標準訓練時間》3か月間（123時間程度）</div> <div>《教科書代》無料</div> <div>《スクーリング（就職支援）》</div> <p>①実施施設：東京商科・法科学院専門学校<br/>②所 在 地：千代田区神田神保町2-10-33<br/>③実施時間：3時間×3日間</p> |         |
| 学 科<br>〔114H程度〕                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ MOS対策（Word2019、Excel2019、PowerPoint2019）<br>※選択方式（・ ITパスポート ・ 会計＆保険の実務） |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |
| 就職支援<br>〔9H程度〕                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ・ ジョブ・カードの作成<br>・ 就職対策（履歴書等）<br>・ キャリアプラン設計①②<br>・ 企業が求める人物像<br>・ 面接対策    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |

| 科目番号                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 科 目 名     | 受 講 対 象                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | パソコンレベル |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ビジネス経理事務科 | パソコンの初学者の方を対象とし、修了後<br>関連職種に就職を希望する方                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 初級      |
| <div>●コースの内容</div> <p>中小企業の総務・経理業務に対応できる会計知識を身に付けると共に、業務で必要なIT・パソコン・会計事務の知識を科目選択方式により習得します。</p> <div>●受験できる関連資格（受験料等は別途自己負担となります）</div> <p>①日商簿記検定試験 3級<br/>②日商簿記CTB試験 3級<br/>③Microsoft Office Specialist(MOS) 365&amp;2019 Word, Excel<br/>④ITパスポート試験(国家試験)<br/>⑤3級ファイナンシャル・プランニング技能士(FP)(国家資格)</p> <div>●目標とする人材像</div> <p>会計知識を習得した上で、実務に必要なIT・パソコン及びファイナンシャル・プランニングの知識を活用できる人材</p> <div>●修了後の関連職種</div> <p>経理事務全般、パソコンを利用する事務全般、資産運用等の信託業務や保険事務等</p> <div>●主な訓練カリキュラム</div> |           | <div>《実施機関名》</div> <p>東京商科・法科学院専門学校<br/>所在地：千代田区神田神保町2-10-33<br/>TEL：03-3234-8141</p> <div>《必要な設備・環境》</div> <p>OS: Windows8以降、MacOS X10.10以降<br/>ブラウザ: Internet Explorer10以降、Windows版Google Chrome、Windows版Mozilla Firefox、Mac OS版Safari、Microsoft Edge<br/>※上記ブラウザ以外での動作は保証していません。<br/>回線速度: 常時600Kbps以上の回線速度(スピード再生時は、常時1Mbps以上の回線速度)<br/>※無線LANでのご利用の場合、通信が不安定になり、動画の再生に不具合が生じる場合がございます。<br/>その他: PDFファイルを表示できるアプリ(Adobe Reader11等)、メールアドレス、DVD再生ドライブ、Microsoft Office2019、ブラウザのCookie及びJava Scriptが有効になっていることが必要があります。<br/>注意事項: 自作パソコンなど各メーカーのサポートを受けられない端末は対象外です。</p> <div>《標準訓練時間》</div> <p>3か月間（125時間程度）</p> <div>《教科書代》</div> <p>無料</p> <div>《スクーリング（就職支援）》</div> <p>①実施施設：東京商科・法科学院専門学校<br/>②所 在 地：千代田区神田神保町2-10-33<br/>③実施時間：3時間×3日間</p> |         |
| 学 科<br>〔116H程度〕                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ・簿記3級     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |

## 施設見学会日程

1回目：令和4年9月5日(月) 14時

2回目：令和4年9月7日(水) 11時

3回目：令和4年9月8日(木) 14時

(要事前予約)

《予約受付電話番号》 03-3234-8141 (受付時間：平日9:00～17:30)

※上記日程でご都合が悪い方は、東京商科・法科学院専門学校(03-3234-8141)までお気軽にお問合せください。

東京商科・法科学院専門学校

千代田区神田神保町2-10-33



■ JR 線「水道橋駅」西口 徒歩 9 分

■ 都営新宿線・三田線、東京メトロ半蔵門線「神保町駅」A2 出口 徒歩 3 分

■ 都営新宿線、東京メトロ東西線・半蔵門線「九段下駅」5 番出口 徒歩 6 分

## 注意事項

※スクーリング(就職支援)は、原則オンライン会議システム(Google Meet)での実施を予定しております。

【新型コロナウイルス感染拡大防止の観点による施設見学会中止の可能性について】

施設見学会の日時が記載されておりますが、新型コロナウイルス感染の拡大防止の観点から、施設見学会を中止する可能性があります。施設見学会を希望される方は、事前予約の要・不要に関わらず、必ず事前に実施施設に開催の有無を確認してください。

## ◆ 科目案内 ◆

| 科目番号                                                                                                                                                                                                                    | 科 目 名                                                                                                                                                                           | 受 講 対 象                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | パソコンレベル   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>3</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>Webサイト制作科</b>                                                                                                                                                                | 中級程度のパソコンレベルがあり、修了後<br>関連職種に就職を希望する方                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>中級</b> |
| <b>●コースの内容</b><br>Webサイト制作に必要なとなるHTML、CSSの基礎知識・制作技術を身に付け、制作およびWebサイトの制作進行や、運用管理に必要なとなるマーケティングや著作権に関する知識を検定対策を通じて習得します。<br>※詳細は、 <a href="https://www.c-place.ne.jp">https://www.c-place.ne.jp</a> まで(職業訓練.. より詳細確認ください) |                                                                                                                                                                                 | <b>《実施機関名》</b><br>C&R社プロフェッショナルエデュケーションセンター<br>所在地：港区新橋4-1-1新虎通りCORE<br>TEL：03-4550-0061                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |
| <b>●受験できる関連資格（受験料等は別途自己負担となります）</b><br>①ウェブデザイン技能検定(国家検定) 3級<br>②ネットマーケティング検定                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                 | <b>《必要な設備・環境》</b><br><b>【OS/ブラウザ】</b><br>・OS:Windows 10以降/ブラウザ:IE11以降、Mozilla FireFOX、Google Chrome、Microsoft Edge<br>・OS: Mac OS X/ブラウザ: Safari<br>・OS: iOS7.0以降/ブラウザ: Safari<br>・OS: Android4.0以降/ブラウザ: 標準ブラウザ<br><b>【その他の環境】</b><br>・回線速度 下り: 512kbps以上、上り: 256kbps以上<br>・解像度: 1024×768ピクセル以上を推奨<br>・CPU: Celeron1GHz以上、またはCore Duo 1.66GHz以上、または上記に相当以上のCPU |           |
| <b>●目標とする人材像</b><br>一般企業等においてWebサイト制作アシスタントや、更新業務、Web広告やサイトの進行管理、ECサイトなどの簡単な更新などができる人材                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                 | <b>《標準訓練時間》</b> 3か月間（121時間程度）<br><b>《教科書代》</b> 10,000円<br><b>《スクーリング（就職支援）》</b><br>①実施施設：C&R社 本社5階セミナールーム<br>②所 在 地：港区新橋4-1-1新虎通りCORE 5 階<br>③実施時間：3時間×3日間                                                                                                                                                                                                      |           |
| <b>●修了後の関連職種</b><br>一般企業のWeb担当、ECサイトの管理者、制作進行管理                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>●主な訓練カリキュラム</b>                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>学 科</b><br><b>(112H程度)</b>                                                                                                                                                                                           | ・PC基礎 ・ネットリテラシー ・Webサイト制作の基礎<br>・Webの基礎知識 ・Webサイト制作の基礎/演習<br>・ウェブデザイン技能検定3級対策 ・ネットマーケティング検定対策                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>就職支援</b><br><b>(9H程度)</b>                                                                                                                                                                                            | ・クリエイティブ関連業務従事者又は、クリエイティブ業界の人事担当者による、業界動向、職種理解<br>・各自学習状況の確認、フォロー（個別面談等）<br>・応募書類の作成・自己PRの仕方（履歴書・職務経歴書等）<br>・就職活動の仕方 ・ネットリテラシー<br>・SNS運用について（SEO対策など）<br>・Web、インターネット、EC業界の最新動向 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |

| 科目番号                                                                                                                                                                                                        | 科 目 名                                                                                                                                                                           | 受 講 対 象                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | パソコンレベル   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>4</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Webマーケッター科</b>                                                                                                                                                               | 中級程度のパソコンレベルがあり、修了後<br>関連職種に就職を希望する方                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>中級</b> |
| <b>●コースの内容</b><br>Webマーケッターに必要なとなるインターネット上のマーケティングの基礎知識を身に付け、Webマーケット、ネット広告、SNSマーケティング、アクセス解析に関する知識を習得します。<br>※詳細は、 <a href="https://www.c-place.ne.jp">https://www.c-place.ne.jp</a> まで(職業訓練.. より詳細確認ください) |                                                                                                                                                                                 | <b>《実施機関名》</b><br>C&R社プロフェッショナルエデュケーションセンター<br>所在地：港区新橋4-1-1新虎通りCORE<br>TEL：03-4550-0061                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |
| <b>●受験できる関連資格（受験料等は別途自己負担となります）</b><br>①ビジネス著作権検定® 初級<br>②ネットマーケティング検定                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                 | <b>《必要な設備・環境》</b><br><b>【OS/ブラウザ】</b><br>・OS:Windows 10以降/ブラウザ:IE11以降、Mozilla FireFOX、Google Chrome、Microsoft Edge<br>・OS: Mac OS X/ブラウザ: Safari<br>・OS: iOS7.0以降/ブラウザ: Safari<br>・OS: Android4.0以降/ブラウザ: 標準ブラウザ<br><b>【その他の環境】</b><br>・回線速度 下り: 512kbps以上、上り: 256kbps以上<br>・解像度: 1024×768ピクセル以上を推奨<br>・CPU: Celeron1GHz以上、またはCore Duo 1.66GHz以上、または上記に相当以上のCPU |           |
| <b>●目標とする人材像</b><br>Webサイトを取り扱う企業や一般企業において、インターネットの特性を理解し、Web担当者として状況に応じて正しい知識と技術をもって、効果的なマーケティング手法を選択できる人材                                                                                                 |                                                                                                                                                                                 | <b>《標準訓練時間》</b> 3か月間（119時間程度）<br><b>《教科書代》</b> 7,000円<br><b>《スクーリング（就職支援）》</b><br>①実施施設：C&R社 本社5階セミナールーム<br>②所 在 地：港区新橋4-1-1新虎通りCORE 5 階<br>③実施時間：3時間×3日間                                                                                                                                                                                                       |           |
| <b>●修了後の関連職種</b><br>一般企業のWeb担当、ECサイトの管理者、Webマーケッター、Webディレクター                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>●主な訓練カリキュラム</b>                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>学 科</b><br><b>(110H程度)</b>                                                                                                                                                                               | ・PC/Web基礎 ・ネットリテラシー ・Webマーケッター基礎編<br>・Webマーケッター実習編 ・ネットマーケティング検定対策<br>・ビジネス著作権検定対策                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |
| <b>就職支援</b><br><b>(9H程度)</b>                                                                                                                                                                                | ・クリエイティブ関連業務従事者又は、クリエイティブ業界の人事担当者による、業界動向、職種理解<br>・各自学習状況の確認、フォロー（個別面談等）<br>・応募書類の作成・自己PRの仕方（履歴書・職務経歴書等）<br>・就職活動の仕方 ・ネットリテラシー<br>・SNS運用について（SEO対策など）<br>・Web、インターネット、EC業界の最新動向 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |



## 施設見学会日程

令和4年9月7日(水) 14時/16時(オンライン実施予定)

(要事前予約) 右側にあるQRコードよりご予約ください。

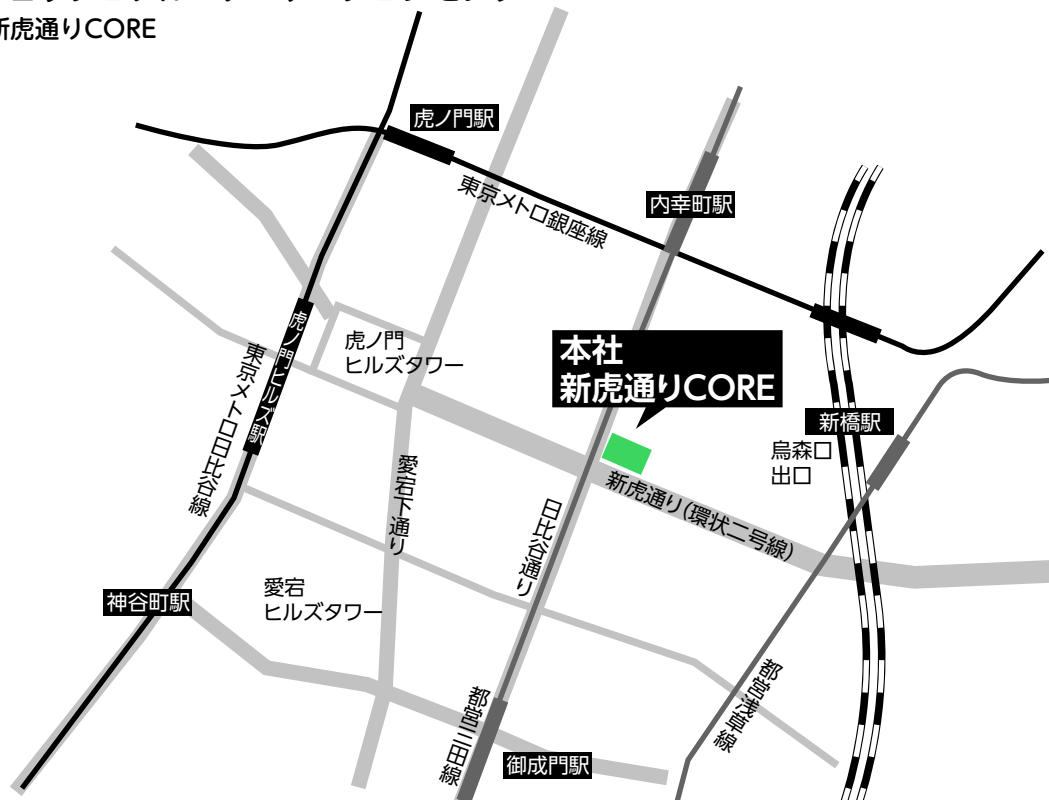
《お問合せ電話番号》 03-4550-0061 (受付時間: 平日10:00 ~ 17:00)

※上記日程でご都合が悪い方は、C & R社プロフェッショナルエデュケーションセンター  
(03-4550-0061) までお気軽にお問合せください。

※QRコードからも予約やお問合せいただけます。



C&R社プロフェッショナルエデュケーションセンター  
港区新橋4-1-1新虎通りCORE



■都営三田線「内幸町」 A1 出口 徒歩約 5 分

■JR・地下鉄各線「新橋」烏森口出口 徒歩約 6 分

■東京メトロ銀座線「虎ノ門」 1 出口 徒歩約 10 分

会場(ホール)は5階です。2階のオフィスエントランスから、エレベーターで5階に上がることができます。

※1階から2階のオフィスエントランス階へは、エスカレーター・エレベーターで上がることができます。

## 注 意 事 項

※スクーリング(就職支援)は、原則オンライン会議システム(Zoom)での実施を予定しております。

【新型コロナウイルス感染拡大防止の観点による施設見学会中止の可能性について】

施設見学会の日時が記載されておりますが、新型コロナウイルス感染の拡大防止の観点から、施設見学会を中止する可能性があります。施設見学会を希望される方は、事前予約の要・不要に関わらず、必ず事前に実施施設に開催の有無を確認してください。

# 関連機関一覧

訓練についての問合せ先とは異なりますので、ご注意ください。  
問合せ先は裏表紙をご覧ください。

**東京しごとセンター**  
☎ 03 (5211) 1571 (代)

〒102-0072 千代田区飯田橋3-10-3  
飯田橋駅

- JR中央・総武線「東口」徒歩7分
- 都営地下鉄大江戸線・東京メトロ有楽町線・南北線「A2出口」徒歩7分
- 東京メトロ東西線「A5出口」徒歩3分
- JR中央・総武線「西口」徒歩7分
- 九段下駅
- 東京メトロ東西線「7番出口」徒歩8分
- 東京メトロ半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」徒歩10分

**東京しごとセンター多摩**  
☎ 042 (329) 4510

〒185-0021 国分寺市南町3-22-10  
東京都労働相談情報センター国分寺事務所 2F  
JR中央線・西武線 国分寺駅「南口」徒歩5分

※令和4年10月1日(土)に立川へ移転します。

**東京都立中央・城北職業能力開発センター**  
☎ 03 (5800) 2611 (代)

〒112-0004 文京区後楽1-9-5  
JR中央・総武線・東京メトロ東西線・有楽町線・南北線 飯田橋駅 徒歩5分  
都営大江戸線 飯田橋駅C2出口 徒歩1分

# ハローワーク（公共職業安定所）東京しごとセンター

| 所 名            | 電話番号         | 郵便番号     | 所在地                                           | 最寄り駅                          | 管轄区域                             |
|----------------|--------------|----------|-----------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 飯 田 橋          | 03-3812-8609 | 112-8577 | 文京区後楽1-9-20                                   | JR飯田橋 徒歩5分                    | 千代田、中央、文京、島しょ                    |
| 上 野            | 03-3847-8609 | 110-8609 | 台東区東上野4-1-2                                   | JR上野 徒歩5分                     | 台東                               |
| 品 川            | 03-5419-8609 | 108-0014 | 港区芝5-35-3                                     | JR田町 徒歩3分                     | 港、品川                             |
| 大 森            | 03-5493-8609 | 143-8588 | 大田区大森北4-16-7                                  | JR大森 徒歩8分                     | 大田                               |
| 渋谷             | 03-3476-8609 | 150-0041 | 渋谷区神南1-3-5                                    | JR渋谷 徒歩10分                    | 渋谷、世田谷、目黒                        |
| 新 宿            | 03-5325-9593 | 163-1523 | 西新宿庁舎（一般求職者）<br>新宿区西新宿1-6-1<br>新宿エルタワービル23階   | JR新宿 徒歩3分                     | 新宿、中野、杉並                         |
|                | 03-3200-8609 | 160-8489 | 歌舞伎町庁舎（障害のある方、学卒の方）<br>新宿区歌舞伎町2-42-10         | 西武新宿線西武新宿<br>徒歩1分             |                                  |
| 池 袋            | 03-5911-8609 | 170-6003 | サンシャイン庁舎（一般求職者）<br>豊島区東池袋3-1-1<br>サンシャイン60 3階 | JR池袋 徒歩10分                    | 豊島、板橋、練馬                         |
|                | 03-3987-8609 | 170-8409 | 池袋本庁舎（障害のある方、学卒の方）<br>豊島区東池袋3-5-13            |                               |                                  |
| 王 子            | 03-5390-8609 | 114-0002 | 北区王子6-1-17                                    | 東京メトロ南北線<br>王子神谷 徒歩7分         | 北                                |
| 足 立            | 03-3870-8609 | 120-8530 | 足立区千住1-4-1 東京芸術センター 6～8階                      | JR北千住 徒歩6分                    | 足立、荒川                            |
| 墨 田            | 03-5669-8609 | 130-8609 | 墨田区江東橋2-19-12                                 | JR・東京メトロ半蔵門線 錦糸町徒歩4分          | 墨田、葛飾                            |
| 木 場            | 03-3643-8609 | 135-8609 | 江東区木場2-13-19                                  | 東京メトロ東西線<br>木場 徒歩3分           | 江東、江戸川                           |
| 八 王 子          | 042-648-8609 | 192-0904 | 八王子市子安町1-13-1                                 | JR八王子 徒歩3分                    | 八王子、日野                           |
| 立 川            | 042-525-8609 | 190-8609 | 立川市緑町4-2<br>立川地方合同庁舎1～3階                      | JR立川 徒歩10分                    | 立川、国立、小金井、昭島、小平、東村山、国分寺、東大和、武蔵村山 |
| 青 梅            | 0428-24-8609 | 198-0042 | 本庁舎（一般求職者）<br>青梅市東青梅3-12-16                   | JR東青梅 徒歩6分                    | 青梅、福生、あきる野、羽村、西多摩郡               |
|                |              |          | 分庁舎（障害のある方、学卒の方）<br>青梅市東青梅3-20-7              |                               |                                  |
| 三 鷹            | 0422-47-8609 | 181-8517 | 三鷹市下連雀4-15-18                                 | JR三鷹 徒歩14分                    | 三鷹、武蔵野、西東京、東久留米、清瀬               |
| 町 田            | 042-732-8609 | 194-0022 | 森野ビル庁舎（一般求職者）<br>町田市森野1-23-19<br>小田急町田森野ビル 2階 | 小田急線町田<br>徒歩5分<br>JR町田 徒歩8分   | 町田                               |
|                |              |          | 本庁舎（障害のある方、学卒の方）<br>町田市森野2-28-14<br>町田合同庁舎 1階 | 小田急線町田<br>徒歩10分<br>JR町田 徒歩13分 |                                  |
| 府 中            | 042-336-8609 | 183-0045 | 府中市美好町1-3-1                                   | 京王線府中<br>徒歩7分                 | 府中、稲城、多摩、調布、狛江                   |
| 東京しごとセンター（飯田橋） | 03-5211-1571 | 102-0072 | 千代田区飯田橋3-10-3                                 | JR・地下鉄飯田橋<br>徒歩7分             |                                  |
| 東京しごとセンター（多摩）  | 042-329-4510 | 185-0021 | 国分寺市南町3-22-10<br>東京都労働相談情報センター<br>国分寺事務所2階    | JR・西武線国分寺<br>徒歩5分             |                                  |

# 受講申込書の書き方

## 表 面

## オンラインスキルアップ職業訓練受講申込書

東京都立中央・城北職業能力開発センター所長 殿

年 月 日

以上の事実と相違ありませんので、次のとおり訓練を申し込みます。

|                                                        |                               |               |       |       |                                                                                           |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| なるべく日中連絡のつきやすい連絡先(携帯電話番号等)を記入してください。                   | ふりがな<br>氏 名<br>(年齢)           | 満 歳 ( 年 月 日生) |       | 性 別   | 写 真<br>縦3.0cm、横2.4cm<br>※上半身無帽正面無背景、<br>申込前3ヵ月以内に撮影した<br>もの<br>※写真裏面に氏名、科目番<br>号を記入してください |
|                                                        | 〒                             |               |       |       |                                                                                           |
| 訓練時に使用するEメールアドレスを正確に記入してください。                          | 連絡先                           | TEL ( )       |       |       |                                                                                           |
|                                                        | 訓練時に使用するEメールアドレス(携帯不可)        |               |       |       |                                                                                           |
| 志望理由は訓練を受講される目的や、訓練受講後どのように就職活動に活かしていきたいか等についてお書きください。 | 求職者(登録)番号:                    |               |       |       |                                                                                           |
|                                                        | 科目番号                          | 志 望 科 名       |       |       |                                                                                           |
|                                                        | 志 望 理 由 (訓練を受ける目的を必ず記入してください) |               |       |       |                                                                                           |
| 過去に公共職業訓練又は求職者支援訓練(実践コース)の受講歴がある場合は記入してください。           | 公共職業訓練又は求職者支援訓練(実践コース)受講歴     | 期 間           | 訓練科目名 | 訓練施設名 |                                                                                           |
|                                                        |                               | 年 月 ~ 年 月     |       |       |                                                                                           |
|                                                        |                               | 年 月 ~ 年 月     |       |       |                                                                                           |
|                                                        |                               | 年 月 ~ 年 月     |       |       |                                                                                           |
| お持ちの資格等(取得時期を記入)                                       |                               |               |       |       |                                                                                           |

必ず写真をお貼りください。  
なお、写真の裏面に氏名と科目番号を記入してください。

雇用保険受給資格のある方は記入してください。

過去に公共職業訓練又は求職者支援訓練(実践コース)の受講歴がある場合は記入してください。

資格をお持ちの場合は記入してください。

☆太枠内を記入してください。

## 裏 面

☆以下の項目を記入してください。□の部分は該当欄にレ印を入れてください。

|                                                                                                                         |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------|-------------------------|
| 最終学歴                                                                                                                    | 在 学 期 間                                                                                                            | 学 校 等                                                                                                                                                                                         |                                    | 専 攻  | 修了状況                    |
|                                                                                                                         | 年 月 から<br>年 月 まで                                                                                                   | □中学□高校□高専□短大<br>□大学□大学院□専門学校<br>□その他( )                                                                                                                                                       |                                    |      | □卒業 □卒業見込<br>□修了<br>□中退 |
| これまでの職務経歴<br>(上段に最新の職歴からご記入ください)                                                                                        | 在 職 期 間                                                                                                            | 勤務先業種                                                                                                                                                                                         | 雇用形態                               | 担当業務 | 退職理由                    |
|                                                                                                                         | 年 月 から<br>年 月 まで                                                                                                   |                                                                                                                                                                                               | □正規雇用<br>□派遣・契約<br>□パート<br>□アルバイト他 |      |                         |
|                                                                                                                         | 年 月 から<br>年 月 まで                                                                                                   |                                                                                                                                                                                               | □正規雇用<br>□派遣・契約<br>□パート<br>□アルバイト他 |      |                         |
| 現在の就業状況                                                                                                                 | □就職活動中 □その他( )                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
|                                                                                                                         | □在職中(非正規社員)で働きながら受講予定<br>□在職中だが訓練開始までに離職予定                                                                         |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
| 就職活動状況                                                                                                                  | 期 間                                                                                                                | これまでの活動内容(検索内容、説明会参加等)を具体的に記入してください                                                                                                                                                           |                                    |      |                         |
| 希望される就職時期、職種、雇用形態を記入してください。                                                                                             | 希望就職時期                                                                                                             | □訓練中でも就職(転職)したい<br>□訓練修了後、 <u> 月 </u> 以内に就職(転職)したい<br>□資格取得後、就職(転職)したい<br>□その他( )                                                                                                             |                                    |      |                         |
|                                                                                                                         | 希望職種                                                                                                               |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
| 雇用形態                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
| パソコン使用状況の使用回数及びパソコンレベルについては、該当するものにレ印を入れてください。<br><br>パソコンレベルについては、各級の全ての項目を満たす必要はありませんが、目安として、各級の項目に半分程度該当した級をお選びください。 | ☆以下の該当する項目の□に、レ印を入れてください。                                                                                          |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
|                                                                                                                         | 使 用 回 数<br>□毎日 □週に5日 □週に2、3日 □週に1日 □ほとんど使わない □全く使わない                                                               |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
|                                                                                                                         | パソコンレベル                                                                                                            | 該 当 項 目                                                                                                                                                                                       |                                    |      |                         |
|                                                                                                                         | □ 初 級                                                                                                              | *マウス操作(クリック・ドラッグ等)ができる<br>*キーボードでローマ字入力ができる<br>*インターネット検索、メールの送受信ができる<br>*Wordを使って(ビジネス)文書作成ができる<br>*Wordの諸機能を使って、効果的な資料作成ができる<br>*Excelを使って表の作成ができる<br>*Excelの関数を使って表計算ができる<br>*ネットワーク管理ができる |                                    |      |                         |
| □ 中 級                                                                                                                   | *PowerPointを使ってプレゼンテーションができる<br>*Accessを使ってデータ管理ができる<br>*ホームページが作成できる<br>*プログラミング言語(Java等)が使える<br>*ネットワーク構築、運用ができる |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
| □ 上 級                                                                                                                   |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |
| □ 希望する科目について、受講に必要な設備・推奨環境を確認しました。                                                                                      |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                    |      |                         |

これまでの職務経歴を新しいものから、記入してください。

勤務先業種: 勤務先の業種を記入してください(例 運送業、小売業)。  
雇用形態: 該当するものにレ印を入れてください。

担当業務: 勤務先で担当した職務内容を具体的に記入してください。その際、身に付いた技術や知識があれば記入してください。

退職理由: 退職された理由を記入してください。

フリーランスの方は、「□その他」欄に内容を記入してください。

パソコンの使用環境について、訓練を受講する際に必要となりますので、志望科目の科目案内《必要な設備・推奨環境》の内容を確認後、□にレ印を入れてください。



## オンラインスキルアップ職業訓練受講申込書

東京都立中央・城北職業能力開発センター所長 殿

年 月 日

以上の事実と相違ありませんので、次のとおり訓練を申し込みます。

|                                       |               |  |       |                                                                                           |
|---------------------------------------|---------------|--|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| ふりがな                                  |               |  | 性 別   | 写 真<br>縦3.0cm、横2.4cm<br>※上半身無帽正面無背景、<br>申込前3ヵ月以内に撮影し<br>たもの<br>※写真裏面に氏名、科目番<br>号を記入してください |
| 氏 名                                   |               |  |       |                                                                                           |
| (年齢)                                  | 満 歳 ( 年 月 日生) |  |       |                                                                                           |
| 現住所                                   | 〒             |  |       |                                                                                           |
| 連絡先                                   | TEL ( )       |  |       |                                                                                           |
| 訓練時に使用するEメールアドレス(携帯不可)                |               |  |       |                                                                                           |
| 求職者(登録)番号:                            |               |  |       |                                                                                           |
| 科目番号                                  | 志 望 科 名       |  |       |                                                                                           |
|                                       |               |  |       |                                                                                           |
| 志 望 理 由 (訓練を受ける目的を必ず記入してください)         |               |  |       |                                                                                           |
|                                       |               |  |       |                                                                                           |
| 公共職業訓練又は<br>求職者支援訓練<br>(実践コース)<br>受講歴 | 期 間           |  | 訓練科目名 | 訓練施設名                                                                                     |
|                                       | 年 月 ~ 年 月     |  |       |                                                                                           |
|                                       | 年 月 ~ 年 月     |  |       |                                                                                           |
|                                       | 年 月 ~ 年 月     |  |       |                                                                                           |
| お持ちの<br>資格等<br>(取得時期を記入)              |               |  |       |                                                                                           |

☆太枠内を記入してください。

裏面へ続く→

\*以下担当者記入欄\*

|                                                                                     |                                |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|
| 受付: <input type="checkbox"/> ( ) 公共職業安定所 <input type="checkbox"/> 東京しごとセンター(飯田橋・多摩) |                                |              |
| 担当者:                                                                                |                                |              |
| 区 分                                                                                 |                                | 該当に○印        |
| 受付機関<br>共通確認欄                                                                       | 一年以内の公共職業訓練又は求職者支援訓練(実践コース)受講歴 | 有 ・ 無        |
|                                                                                     | 訓練開始日において離職中又は離職する予定である        |              |
|                                                                                     | 訓練開始日において在職中(非正規社員・フリーランス)である。 |              |
| 相談事項                                                                                |                                |              |
| 整理番号: 第 号                                                                           |                                | 受付年月日: 年 月 日 |

※本受講申込書は、入校選考、訓練及び就職支援以外の目的に使用することはありません。

※入校後の就職支援に使用することを目的として、東京都及び訓練実施機関、東京労働局、公共職業安定所の間で、就職内定等の個人情報を共有する場合があります。

☆以下の項目を記入してください。□の部分は該当欄にレ印を入れてください。

|                                                      |                                                                                                                                                                                      |                                         |                                    |      |                         |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------|------|-------------------------|
| 最終学歴                                                 | 在学期間                                                                                                                                                                                 | 学校等                                     |                                    | 専攻   | 修了状況                    |
|                                                      | 年 月から<br>年 月まで                                                                                                                                                                       | □中学□高校□高専□短大<br>□大学□大学院□専門学校<br>□その他( ) |                                    | 科    | □卒業 □卒業見込<br>□修了<br>□中退 |
| これまでの<br>職務経歴<br><br>(上段に最新<br>の職歴から<br>ご記入くだ<br>さい) | 在職期間                                                                                                                                                                                 | 勤務先業種                                   | 雇用形態                               | 担当業務 | 退職理由                    |
|                                                      | 年 月から<br>年 月まで                                                                                                                                                                       |                                         | □正規雇用<br>□派遣・契約<br>□パート<br>□アルバイト他 |      |                         |
|                                                      | 年 月から<br>年 月まで                                                                                                                                                                       |                                         | □正規雇用<br>□派遣・契約<br>□パート<br>□アルバイト他 |      |                         |
|                                                      | 年 月から<br>年 月まで                                                                                                                                                                       |                                         | □正規雇用<br>□派遣・契約<br>□パート<br>□アルバイト他 |      |                         |
| 現在の<br>就業状況                                          | <input type="checkbox"/> 就職活動中 <input type="checkbox"/> その他( )<br><input type="checkbox"/> 在職中(非正規社員)で働きながら受講予定<br><input type="checkbox"/> 在職中だが訓練開始までに離職予定                         |                                         |                                    |      |                         |
| 就職活動<br>状況                                           | 期 間                                                                                                                                                                                  | これまでの活動内容(検索内容、説明会参加等)を具体的に記入してください     |                                    |      |                         |
|                                                      |                                                                                                                                                                                      |                                         |                                    |      |                         |
| 希望就職<br>時期                                           | <input type="checkbox"/> 訓練中でも就職(転職)したい<br><input type="checkbox"/> 訓練修了後、 <u>    </u> か月以内に就職(転職)したい<br><input type="checkbox"/> 資格取得後、就職(転職)したい<br><input type="checkbox"/> その他( ) |                                         |                                    |      |                         |
| 希望職種                                                 |                                                                                                                                                                                      |                                         |                                    |      |                         |
| 雇用形態                                                 |                                                                                                                                                                                      |                                         |                                    |      |                         |

☆以下の該当する項目の□に、レ印を入れてください。

|                                                           |                                           |                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| パソコン<br>使用状況                                              | 使用回数                                      |                                                                                                                      |
|                                                           | □毎日 □週に5日 □週に2,3日 □週に1日 □ほとんど使わない □全く使わない |                                                                                                                      |
|                                                           | パソコンレベル                                   | 該 当 項 目                                                                                                              |
|                                                           | □ 初 級                                     | *マウス操作(クリック・ドラッグ等)ができる<br>*キーボードでローマ字入力ができる<br>*インターネット検索、メールの送受信ができる                                                |
|                                                           | □ 中 級                                     | *Wordを使って(ビジネス)文書作成ができる<br>*Wordの諸機能を使って、効果的な資料作成ができる<br>*Excelを使って表の作成ができる<br>*Excelの関数を使って表計算ができる<br>*ネットワーク管理ができる |
|                                                           | □ 上 級                                     | *PowerPointを使ってプレゼンテーションができる<br>*Accessを使ってデータ管理ができる<br>*ホームページが作成できる<br>*プログラミング言語(Java等)が使える<br>*ネットワーク構築、運用ができる   |
| <input type="checkbox"/> 希望する科目について、受講に必要な設備・推奨環境を確認しました。 |                                           |                                                                                                                      |

※パソコンの使用環境について不明な点がある場合は、オンラインスキルアップ職業訓練担当者にお問合せください。

# よくあるご質問

**Q** 現在、在職中ですが、申込みはできますか？

A. お申込みいただける場合もございます。（詳細については応募資格（P.1）をご覧ください。）

**Q** 都内在住ではないのですが、申込みはできますか？

A. 都内在住の方のみ、お申込みいただけます。

**Q** 施設見学会の参加は必須ですか？

A. 必須ではありませんが、見学会で、実際に訓練を受ける場所や内容を確認することをお勧めしております。

見学会に参加できず、訓練科目内容等についてご不明な点がある場合には、各実施施設に直接お問合せください。

**Q** 施設見学会に参加するには？

A. 各科目案内で説明会の日時をご確認の上、事前に実施施設に電話で開催の確認及び必要な場合は予約をしてお参加ください。

**Q** 今後の募集日程や過去の応募状況は？

**Q** この募集案内はインターネットでも見られますか？

A. 「TOKYO はたらくネット」(<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/>) でご覧いただけます。

トップページ「分野別メニュー」求職者向け職業訓練→民間教育機関での職業訓練

**Q** 今後募集する科目の詳細についてはいつから見られますか？

A. 募集開始日から、東京都の各ハローワークの窓口又は上記 HP「TOKYO はたらくネット」で募集案内をご覧いただけます。

**Q** 受講申込書は、ホームページの募集案内からプリントアウトしたものを使用できますか？

A. ご使用いただけます。

**Q** 訓練科目の内容について

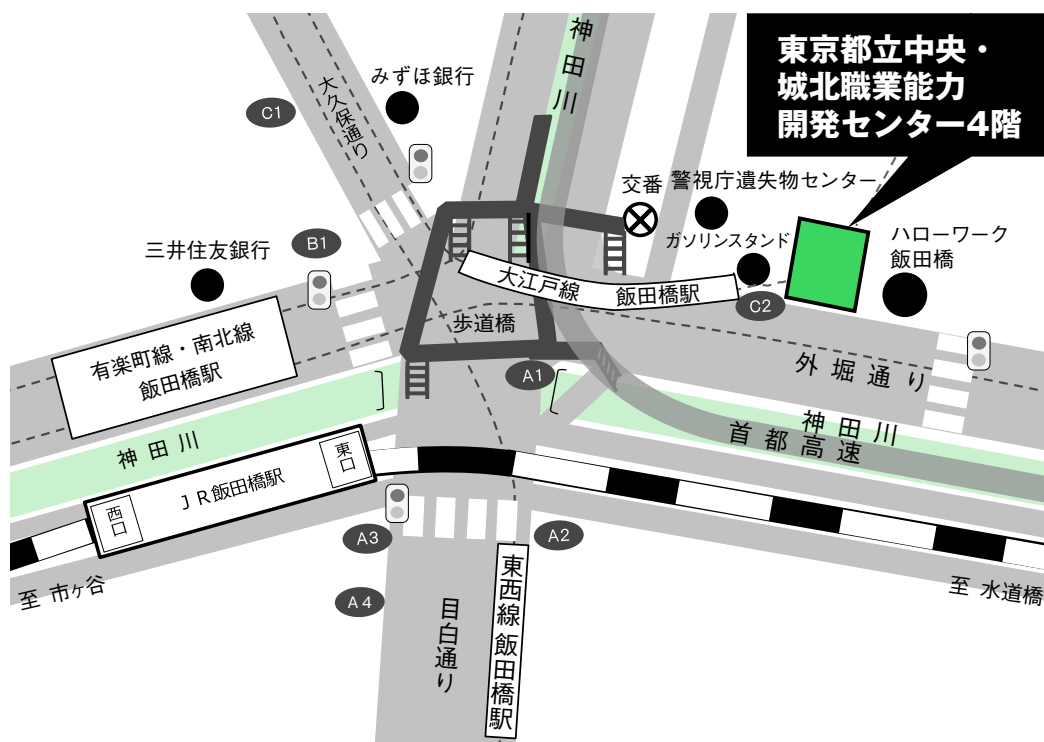
A. 訓練科目の内容については、各実施施設にお問合せください。

## 訓練受講申し込みについての注意事項

- ※ 本パンフレットの職業訓練と他の公共職業訓練との併願はできません。
- ※ 受講申し込みには、事前に申込先での相談が複数回必要となります。  
申込先はハローワーク又は東京しごとセンター（飯田橋・多摩）です。  
ハローワークでの相談時間は、平日の8時30分～17時15分です。  
東京しごとセンター（飯田橋・多摩）の初回利用時の受付は閉館2時間前までです。  
利用時間はホームページ等でご確認ください。
- ※ 事前に申込先で相談されていない方は、募集期間締切当日には受付できない場合がございますのでご注意ください。
- ※ 時間に余裕をもってお申込みください。

### <問合せ先>

〒112-0004 文京区後楽1-9-5 東京都立中央・城北職業能力開発センター 4階  
JR中央・総武線 飯田橋駅「東口」徒歩5分  
東京メトロ東西線・有楽町線・南北線 飯田橋駅「A1出口」「B1出口」徒歩5分  
都営大江戸線 飯田橋駅「C2出口」徒歩1分



## 東京都立中央・城北職業能力開発センター再就職促進訓練室

〒112-0004 東京都文京区後楽一丁目9番5号

東京都立中央・城北職業能力開発センター 4階

TEL 03-5800-7701

※お問合せの際には、「よくあるご質問」(P.11)をご確認ください。

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

登録番号(4)8