

# 令和2年度 再就職を目指す女性のための 職業訓練ガイド



パートやアルバイトで  
働きながらも受講できる  
e-ラーニングの訓練もあります！

**ハロートレーニング**  
— 急がば学べ —



<b>I</b>	再就職を目指す女性のための民間委託訓練を実施します。……………	P 3
	I-1 女性向け5日間訓練 (Word・Excel 基礎科)のご紹介……………	P 4～5
	I-2 女性向け委託訓練 (3か月コース)のご紹介……………	P 6～8
	I-3 女性向け委託訓練 (eラーニングコース)のご紹介……………	P 9～11
<b>II</b>	東京都立職業能力開発センター 訓練科目のご紹介……………	P 12～P 16
<b>III</b>	都立職業能力開発センター 所在地一覧……………	P 17
<b>IV</b>	女性しごと応援テラスのご案内……………	P 18
<b>V</b>	ハローワーク (公共職業安定所) 所在地一覧……………	P 19
	お問い合わせ先……………	P 20



# I

## 再就職を目指す女性のための 民間委託訓練を実施します。

# I

再就職を目指す女性のための民間委託訓練を実施します。

- 結婚、出産、育児等により退職したのち、再び就職を希望する方に対して短期間の職業訓練を実施し、再就職を支援します。
- 受講料は無料です。(ただし、教科書代等は本人負担となります。)

### 令和2年度訓練概要 (予定)

コース名	訓練期間	対象	掲載
女性向け委託訓練 5日間コース (Word・Excel基礎科) ※託児サービスあり	5日間	再就職に役立つ Word・Excel の基礎的な操作方法が習得できる短期間の託児サービス付きの講習です。	4～5ページ
女性向け委託訓練 3か月コース	3か月	事務系を中心とした新たな知識・技術を短期間(3か月)で身に付け、再就職を目指すための職業訓練です。	6～8ページ
女性向け委託訓練 eラーニングコース	3か月	パート等に従事している方を主な対象として、自宅で知識を身につけ、正社員としての就職を目指すeラーニング各コンテンツによる職業訓練です。	9～11ページ

※ Word・Excel 基礎科は、公共職業訓練には含まれません。



## 5日間コース (Word・Excel 基礎科) のご紹介

- 再就職に役立つ Word・Excel の基礎的な操作方法を習得するための講習を、東京都が民間教育訓練機関に委託して実施します。

**ポイント1 ▶ 短時間の訓練だから、育児・家事等をしながらでも受講しやすい！**

**ポイント2 ▶ 住宅地の駅近の会場だから、通学しやすい！**

**ポイント3 ▶ 無料託児サービス付きで、小さいお子様のいるお母さんも受講できる！**

(託児サービスは生後6か月以上の未就学児が対象です(一部の施設は、1歳以上が対象となっておりますので、お申し込みの際にご確認ください))

**ポイント4 ▶ 短期間の訓練だから、早期就職を目指す方に最適！**

### 講習時間

月曜日から金曜日まで、各日午前10時～午後3時  
(昼休み1時間含む)

### 実施時期・場所(予定)

※各区市と共催して実施します。

### 6・7月生

地域	会場	募集期間	訓練実施期間
調布	調布市市民プラザあくろす	令和2年5月4日～令和2年5月15日	令和2年6月8日～令和2年6月12日
葛飾	かつしかシンフォニーヒルズ	令和2年5月4日～令和2年5月15日	令和2年6月15日～令和2年6月19日
江戸川	タワーホール船堀	令和2年5月18日～令和2年5月29日	令和2年6月22日～令和2年6月26日
練馬	練馬区立男女共同参画センター	令和2年5月18日～令和2年5月29日	令和2年6月29日～令和2年7月3日
立川	立川市女性総合センター・アイム	令和2年6月1日～令和2年6月12日	令和2年7月6日～令和2年7月10日
大田	大田区産業プラザ	令和2年6月15日～令和2年6月26日	令和2年7月20日～令和2年7月24日
町田	町田市文化交流センター	令和2年6月15日～令和2年6月26日	令和2年7月27日～令和2年7月31日

### 8・9・10月生

地域	会場	募集期間	訓練実施期間
調布	調布市市民プラザあくろす	令和2年7月20日～令和2年7月31日	令和2年8月24日～令和2年8月28日
江戸川	タワーホール船堀	令和2年7月20日～令和2年7月31日	令和2年8月31日～令和2年9月4日
町田	町田市文化交流センター	令和2年8月3日～令和2年8月14日	令和2年9月7日～令和2年9月11日
練馬	練馬区立男女共同参画センター	令和2年8月3日～令和2年8月14日	令和2年9月14日～令和2年9月18日
立川	立川市女性総合センター・アイム	令和2年8月17日～令和2年8月28日	令和2年9月21日～令和2年9月25日
大田	大田区産業プラザ	令和2年8月17日～令和2年8月28日	令和2年9月28日～令和2年10月2日
葛飾	かつしかシンフォニーヒルズ	令和2年8月31日～令和2年9月11日	令和2年10月5日～令和2年10月9日

### 11・12月生

地域	会場	募集期間	訓練実施期間
大田	大田区産業プラザ	令和2年9月28日～令和2年10月9日	令和2年11月2日～令和2年11月6日
練馬	練馬区立石神井公園区民交流センター	令和2年9月28日～令和2年10月9日	令和2年11月9日～令和2年11月13日
町田	町田市文化交流センター	令和2年10月12日～令和2年10月23日	令和2年11月16日～令和2年11月20日
江戸川	タワーホール船堀	令和2年10月12日～令和2年10月23日	令和2年11月23日～令和2年11月27日
立川	立川市女性総合センター・アイム	令和2年10月26日～令和2年11月6日	令和2年11月30日～令和2年12月4日
調布	調布市市民プラザあくろす	令和2年10月26日～令和2年11月6日	令和2年12月7日～令和2年12月11日
葛飾	かつしかシンフォニーヒルズ	令和2年11月9日～令和2年11月20日	令和2年12月14日～令和2年12月18日

## 2・3月生

地域	会場	募集期間	訓練実施期間
調布	調布市市民プラザあくろす	令和3年1月4日～令和3年1月15日	令和3年2月1日～令和3年2月5日
大田	大田区産業プラザ	令和3年1月4日～令和3年1月15日	令和3年2月8日～令和3年2月12日
葛飾	かつしかシンフォニーヒルズ	令和3年1月4日～令和3年1月15日	令和3年2月15日～令和3年2月19日
江戸川	タワーホール船堀	令和3年1月18日～令和3年1月29日	令和3年2月22日～令和3年2月26日
町田	町田市文化交流センター	令和3年1月18日～令和3年1月29日	令和3年3月1日～令和3年3月5日
立川	立川市女性総合センター・アイム	令和3年2月1日～令和3年2月12日	令和3年3月8日～令和3年3月12日
練馬	練馬区立石神井公園区民交流センター	令和3年2月1日～令和3年2月12日	令和3年3月15日～令和3年3月19日

**定員** 各会場とも10名（託児定員：各会場とも10名）

**申込方法** 募集期間中に申込書類を東京都能力開発課へ郵送または持参。申込書類は募集期間中にハローワーク等で配布する各リーフレットに添付及びHP「はたらくネット」に掲載されます。  
 （「はたらくネット」のトップページからは、「求職者向け職業訓練」→「民間教育機関での職業訓練」→「訓練実施予定」と進むとリーフレットをダウンロードできます。）

**受講者の決定** 応募者多数の場合、抽選となります。

**対象** 結婚、出産、育児、介護等で退職された方で、ハローワークへの求職登録を行っている方。

### 受講者の声

- エクセルが難しいのではと苦手意識を持っていました。5日間という短い期間にこんなにもたくさんのことを教えていただけて、ワード・エクセルを楽しく使いこなしていけそうです。
- 託児へ預けるときはとても不安でしたが、日に日に強くなっていくわが子に背中を押されたように感じ、とてもお互いのためになりました。
- 求人応募の際の書類作成に受講した内容を活かすことができました。また、履歴書にも、ワード・エクセルのスキルを自信を持って書くことができ、アピールできたと思います。
- 10名という少人数制であった為、非常に細やかなサポートが受けられました。パソコンの事のみでなく、働いていく上で、必要な知識等のお話しも聞けて良かったです。
- 先生の説明は丁寧で非常にわかりやすかったです。毎日補講のときまで面倒を見ていただきまして本当にありがとうございました。
- 子どもを預けて働くことがイメージできて良かったです。



この訓練についての問い合わせ先

東京都産業労働局雇用就業部能力開発課 TEL03-5320-4807

## I-2

## 3か月コースのご紹介

- 結婚、出産、育児等により退職したのち、再び就職を希望する方に、新たな知識・技能を短期間（3か月）で身に付けていただき、再就職へ向けた支援を行います。この訓練は、東京都が民間教育訓練機関に委託して実施します。

- ポイント1 ▶ 短時間の訓練だから、育児・家事等をしながらでも受講しやすい！
- ポイント2 ▶ 住宅地からアクセスしやすい地域での実施で、通学しやすい！
- ポイント3 ▶ 女性が再就職しやすい訓練科目を設定！

## 講習時間

原則として土曜日、日曜日、祝日を除く毎日。  
おおむね午前10時～午後3時（科目により異なる）

## 実施時期・科目・場所（予定）

令和2年9月生 募集期間：6/25～7/8 訓練実施期間：9/1～11/30

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
ビジネスソフト 実践科	専門学校中野スクールオブビジネス	吉祥寺	30名
	コースの内容 オフィスで必要とされるPCスキル（Word、Excel、PowerPoint）を習得し、目的に応じた書類作成、情報整理・分析ができる実践力を身につけ、幅広い職場で活躍できる人材を目標とします。		

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
医療事務・ 調剤事務科	株式会社ソラスト 品川教室	品川	26名
	コースの内容 医療事務・調剤事務の基礎から応用までを学習し、修了後現場で活かすことのできる知識・実技スキルを身につけ、病院・診療所・調剤薬局等の即戦力として働けるサービス提供者を目標とします。		

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
簿記・ パソコン実践科	大原情報ビジネス専門学校	池袋	30名
	コースの内容 パソコンスキルに加え、総務・経理事務全般の知識を習得し、経理事務の他、営業事務等事務全般で即戦力となる人材を目指します。		

令和2年 12月生 募集期間：9/29～10/12 訓練実施期間：12/1～2/26

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
パソコン操作 マスター科	資格の学校 TAC 町田校	町田	30名
	<b>コースの内容</b> パソコン初心者の方を対象とし、文書作成、表計算、図・グラフの作成等、デスクワークに必要な操作を習得します。マイクロソフト オフィス スペシャリスト (MOS) 資格取得対策を行う事により、Word、Excel の機能を十分に網羅し、また、プレゼンテーションソフトの操作や、情報セキュリティ等の周辺知識も学びます。職業人としての一般知識、言葉遣い、話し方、態度や振る舞い等を身につけた人材を目指します。		

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
医療事務・ 調剤事務科	学校法人三幸学園エクステンションセンター SANKO 日本語学校綾瀬	綾瀬	30名
	<b>コースの内容</b> 医療機関等での事務業務に必要な保険の知識と、受付窓口での会計を習得し、また調剤報酬の算定方法の知識も身につけ、幅広く医療事務従事者として活躍できる人材を目指します。		

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
OA 会計科	池袋コミュニティ・カレッジ PC カレッジ	池袋	30名
	<b>コースの内容</b> 経理事務職への就職を目指す基礎コースです。一般的な事務職としての PC スキルを学び、加えて総務・経理事務に必要なスキルとして、簿記の知識を養います。経理事務の基本業務ができるよう帳簿・決算・財務諸表などの知識を身に付け、さらに、数値を扱う Microsoft Office Excel の資格取得可能なレベルを目指します。その他、訓練を通してタイピングのレベルアップを図ります。		

科目名	実施施設名	最寄駅	定員
介護職員 初任者研修科	東京豊島 IT 医療福祉専門学校	池袋	30名
	<b>コースの内容</b> 介護の知識・技術を基礎から学び、介護職員初任者研修課程の修了を目指します。さらに、事務職として必須のパソコンの基礎 (Word・Excel) も修得します。		

<b>申込方法</b>	募集期間中に申込書類をハローワークまたは東京しごとセンター（飯田橋・多摩）へ持参。申込書類は募集期間中にハローワーク等で配布する各パンフレットに添付及び HP「はたらくネット」に掲載されます。
<b>受講者の決定</b>	書類選考（小学生以下の児童を子育てしている方が優先されます）
<b>対象</b>	結婚、出産、育児等で離職をしており、ハローワークへの求職登録または東京しごとセンターに利用登録している方で、原則、受講開始日から遡って一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。

## 受講者の声

- 時間、日数が少ない分、いつも緊張感があり、休み時間も先生に質問をしたり、生徒同士で一緒に考えたりしながら、楽しく受けることができました。
- 人間関係にも自信ができました。3か月間、年齢層がいろいろな方と出会い、勉強でき、自信につながったのが何よりも良かったです。
- クラスの雰囲気がよく、再就職する前に社会にでる練習のような感じで通えたこと、クラスのみんなが応援してくれたことが、活動する上で励みになりました。
- ハローワークで女性向けのプログラムがあることを知り、夫もそれならと安心して学校に通わせてくれました。育児や介護で大変な生活をしながらも、就職したいと思う仲間がいる学校は、勉強だけではなく得るものがたくさんあります。
- 女性ばかりの短めの訓練は、結婚している私にとっては、とても通いやすかったです。
- 再就職に対しての不安なども親身に聞いて頂けたので、メンタル的にも支えになりました。

この訓練についての問い合わせ先

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 TEL03-5211-3240

### 職業訓練で保育等サービスを利用した場合に 経費の一部が支給されます（平成29年1月～）

## 「求職活動関係役務利用費」のご案内

「求職活動関係役務利用費」とは、雇用保険の受給資格者等<sup>※1</sup>が、平成29年1月以降に、求人者との面接等をしたり、教育訓練を受講したりするため、子のための保育等サービス<sup>※2</sup>を利用した場合、そのサービス利用のために負担した費用<sup>※3</sup>の一部が支給される制度です。

※1 受給資格者等：基本手当の受給資格者、高年齢受給資格者、特例受給資格者、日雇受給資格者

※2 保育等サービス：認可保育所の保育、認可幼稚園の保育、認定こども園の保育、一時預かり事業等

※3 費用：保育等サービス実施者に対して支払った利用料として、保育等サービス実施者が証明する額（税込）

その他の詳細やご不明な点は、最寄りのハローワークの「雇用保険窓口」にお尋ねください。

## I-3

## eラーニングコースのご紹介

- パート等に従事している方を主な対象として、自宅で知識を身に付け、正社員としての就職を目指すeラーニングによる職業訓練です。

ポイント1 ▶ パートやアルバイト等の非正規社員として働かれている方も受講可能！

ポイント2 ▶ 自宅で受講ができるeラーニング訓練！

ポイント3 ▶ 正社員を目指して資格取得やスキルの習得ができる！

講習期間 3か月

受講方法 自宅のパソコン等にて受講。

実施時期・科目(予定)

令和2年7月生 募集期間：4/23～5/13 訓練実施期間：7/1～9/30

科目名	定員	実施機関名	コースの内容
パソコン 事務養成科	25名	大原簿記学校3号館	事務実務に必須であるWordとExcelおよび資料作成に活用できるPowerpointのスキルを身に付けるとともに、会計知識もしくは希望業界(旅行・不動産)の実務で必要となる業界スキルを科目選択式で習得します。
総務経理 養成科			中小企業での経理業務・総務業務に対応できることを目標として簿記・給与計算等のスキルを身に付けるとともに、実務で即戦力となるIT・OA事務のスキルを科目選択式で習得します。
Webサイト 制作科	25名	C&R社プロフェッショナルエデュケーションセンター	Webサイト制作に必要な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。
Web マーケッター科			Webマーケッターに必要な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。

## 令和2年10月生 募集期間：7/28～8/11 訓練実施期間：10/1～12/28

科目名	定員	実施機関名	コースの内容
パソコン 事務養成科	25名	大原簿記学校3号館	事務実務に必須である Word と Excel および資料作成に活用できる Powerpoint のスキルを身に付けるとともに、会計知識もしくは希望業界（旅行・不動産）の実務で必要となる業界スキルを科目選択式で習得します。
総務経理 養成科			中小企業での経理業務・総務業務に対応できることを目標として簿記・給与計算等のスキルを身に付けるとともに、実務で即戦力となる IT・OA 事務のスキルを科目選択式で習得します。
Web サイト 制作科	25名	C & R 社プロフェッショナルエデュケーションセンター	Web サイト制作に必要な 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。
Web マーケッター科			Web マーケッターに必要な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。

## 令和2年1月生 募集期間：10/26～11/9 訓練実施期間：1/4～3/31

科目名	定員	実施機関名	コースの内容
パソコン 事務養成科	25名	大原簿記学校3号館	事務実務に必須である Word と Excel および資料作成に活用できる Powerpoint のスキルを身に付けるとともに、会計知識もしくは希望業界（旅行・不動産）の実務で必要となる業界スキルを科目選択式で習得します。
総務経理 養成科			中小企業での経理業務・総務業務に対応できることを目標として簿記・給与計算等のスキルを身に付けるとともに、実務で即戦力となる IT・OA 事務のスキルを科目選択式で習得します。
Web サイト 制作科	25名	C & R 社プロフェッショナルエデュケーションセンター	Web サイト制作に必要な 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。
Web ライター科			Web ライターに必要なライティングの基礎知識を身に付け、SNS の運用や校正の技術及び、ライティング時必要となる著作権等に関する知識を習得します。

**申込方法**

募集期間中に申込書類をハローワークまたは東京しごとセンター（飯田橋・多摩）へ持参。申込書類は募集期間中にハローワーク等で配布する各パンフレットに添付及びHP「はたらくネット」に掲載されます。

**受講者の決定**

書類選考

**対象**

結婚、出産、育児等との両立のためにパートやアルバイトとして在職中またはそのために離職をしており、ハローワークへ求職登録または東京しごとセンターの利用登録をしている方で、原則、受講開始日から遡って一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都内在住の方。

**受講者の声**

- 仕事をしながらのeラーニングだったので、最後までできるかすごく不安でしたが、無事に修了できてよかったです。スクーリングやキャリアコンサルティングも無理のない回数でした。
- 自分のペースで学習できたので、eラーニングでの訓練はとても助かりました。
- 担任制を取っていただいたことで自分の学習状況を客観視することができたので、よかったです。
- スクーリングがあり、分からないところも気軽に聞けました。学校の方や生徒さんとの交流の時間が持てたこともよかったです。

この訓練についての問い合わせ先

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 TEL03-5211-3240



## II

東京都立職業能力開発センター  
訓練科目のご紹介

東京都立職業能力開発センター（校）では、就職、転職を目指す方のために、必要な知識・技能を習得できるよう、様々な科目をご用意し、職業訓練を実施しています。

その中でも、女性の入校者数の割合が比較的高い科目をご紹介します。

募集や申込方法、選考方法については、各職業能力開発センター（校）やハローワークで配布している「入校案内 2020」をご覧ください。

※訓練についての問合せ先は、P17 の各職業能力開発センター（校）となります。 ※募集定員は、一回の募集定員数です。

## 授業料無料の科目

## ●訓練期間：3か月

※「おおむね 50 歳以上」のおおむねとは前 5 歳までの幅を見込んでおり、45 歳以上の方を対象としています。

## クリーンスタッフ養成

ハウスクリーニングの部位別清掃やビルクリーニングの日常・定期清掃等に関する知識技能を習得します。※おおむね 50 歳以上の方が対象です。



- 実施校・募集定員  
江戸川、府中  
各 20 名
- 主な就職先  
ビルメンテナンス会社、  
ハウスクリーニング会社

## 生活支援サービス

家事代行サービス・生活支援サービスの提供に必要な知識技能を習得します。※おおむね 50 歳以上の方が対象です。



- 実施校・募集定員  
府中 15 名
- 主な就職先  
家事代行サービス  
事業所、家政婦事業所、  
介護事業所

## ●訓練期間：6か月

## 介護サービス

在宅福祉分野で働く訪問介護員や福祉施設等で介護に携わる職員に必要な知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
中央・城北、板橋、城南、  
江戸川、八王子、府中  
各 15 名
- 主な就職先  
介護老人福祉施設、  
障害者施設、介護老人  
保健施設、病院、  
訪問介護事業所

## 福祉用具

福祉用具を使用する仕事に必要な用具の取扱い方法、介護の知識、介護保険・医療事務の知識、福祉住環境の知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
八王子 15 名
- 主な就職先  
福祉用具販売、  
介護・医療関連会社、  
福祉住環境関連会社

## 介護福祉用具

福祉用具を使用する仕事に必要な用具の取扱い、介護施設等での職場実習による実践的な知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
城東 15 名
- 主な就職先  
介護・医療関連事業所、  
福祉用具販売・  
貸与事業所、  
福祉住宅改修関連  
事業所

## 調理

調理員として働くために必要な調理技術や食品衛生等の基本的な知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
大田、多摩  
各 30 名
- 主な就職先  
学校、病院、福祉施設、  
事業所等の給食施設

## DTP

パソコンによる書籍や雑誌等のページ編集、画像修正、デジタルデータ製作等に必要な知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
中央・城北 30名
- 主な就職先  
印刷会社、  
印刷関連会社

## グラフィック印刷

ポスター等のカラー印刷のオフセット印刷機操作、品質管理、CTPについての知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
中央・城北 30名
- 主な就職先  
印刷会社、  
プリプレス関連の  
出力部門

## メディアプロモーション

印刷メディアやWebなどのデジタルメディアについて、顧客のニーズにマッチした企画・提案ができる知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
中央・城北 30名
- 主な就職先  
印刷会社（メディア関  
連会社）等の企画部門・  
販売促進部門

## ビルクリーニング管理

ビル等の清掃現場で現場責任者が必要とする知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
城南 30名
- 主な就職先  
ビル総合管理会社、  
ビルメンテナンス会社

## 修了生の声

入校前までは「清掃」といっても家庭の掃除くらいしか経験はありませんでした。どんな訓練をするのだろうか？大きな機械は操作できるのだろうか？と不安がいっぱいでした。

しかし、訓練が始まると丁寧に、そして熱心に指導してくれる先生ばかりで気が付くと作業ができるようになっていました。

就職もスムーズに決まり現在は、ビルを管理する清掃責任者業務を行っています。新しい仕事の扉を開けさせていただいた能力開発センターにとっても感謝しています。

城南職業能力開発センター  
ビルクリーニング管理科 修了生

## マンション改修施工

マンションリフォーム、マンション大規模修繕工事に必要な知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
城南 15名
- 主な就職先  
リフォーム会社、  
中小建設会社、  
内外装・設備工事会社、  
不動産管理会社

## 住宅内外装仕上

住宅の内外装（壁、床）に必要な各種仕上工事の知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
城東 10名
- 主な就職先  
タイル工事会社、  
左官工事会社、  
内装工事会社、  
リフォーム会社

## 住宅リフォーム

実技主体の訓練による集合住宅のリフォームに必要な施工、施工管理に関する知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
多摩 15名
- 主な就職先  
住宅リフォーム  
関連会社

## 三次元CAD

三次元CADの操作の基本と、設計に必要なモデリング・組立・解析・力学等の知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
板橋、多摩 各30名
- 主な就職先  
機械製造業、  
各設計事務所

## 指導員の声

東京都民の多くが暮らすマンション等共同住宅のストックは、年々増加傾向にあります。これらの住宅は定期的に改修、リフォームをしなければ快適な生活を送ることができません。当科では、マンション共用部の大規模修繕工事、専有部のマンションリフォーム工事で必要な知識、施工の技術・技能を習得することを目的としています。

リフォーム業界の特徴の一つとして、家庭の主婦層からの要望により工事が行われることが多いです。長年住み慣れた住まいをよりよくしたい主婦の要望に応えるためには、同じ女性の感性が求められています。現在、リフォーム業界では技術営業として多くの女性が活躍されています。また、業界的にも有効求人倍率が最も高い業界の一つでもあります。あなたのチャレンジをお待ちしています！

城南職業能力開発センター  
マンション改修施工科指導員

## 建築CAD

建築の製図に必要な基礎知識とCADによる建築関連の図面作成に関する知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
赤羽 30名
- 主な就職先  
建築設計事務所、  
不動産業、  
建築関連業

**授業料有料の科目** 訓練期間：1年 授業料等：年額118,800円

## 和装技術

和服の縫製を中心に和装全般の加工・販売・着付等の幅広い知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
高年齢者 30名
- 主な就職先  
和服縫製業、  
呉服卸業、  
呉服店

## アパレルパタンナー

婦人服のパターン（型紙）作成を中心に、企画・デザイン・CAD・縫製等の知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
城東 30名
- 主な就職先  
アパレルの企画製造・  
販売会社、  
婦人服メーカー

## 広告美術

屋内外広告等のデザインから製作までの知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
大田 30名
- 主な就職先  
広告制作・デザイン・  
ディスプレイ会社

## サイン・ディスプレイ

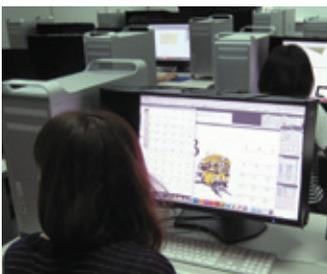
屋内外広告、ディスプレイ等のデザインと製作に必要な知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
板橋 30名
- 主な就職先  
広告制作・デザイン・  
ディスプレイ会社

## パソコングラフィック

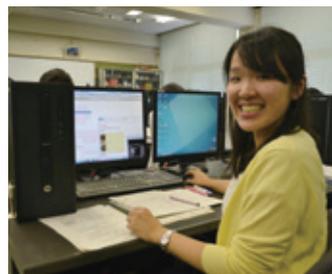
ポスター等の商業印刷物を作成するためのDTP・写真・デザイン・印刷などの知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
中央・城北 30名
- 主な就職先  
製版会社、  
印刷会社

## Web 設計

Webサイトを活用したシステムの開発・運用に必要なプログラミングの知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
赤羽 30名
- 主な就職先  
ソフトハウス・  
インターネット  
関連会社

## 指導員も女性が活躍

職業能力開発センターの訓練を担う指導員にも実はたくさんの女性がいます。

アパレルや介護といった女性の就業ニーズが高い科目はもちろん、機械や建築などの科目でも活躍しています。

“職業訓練は男性ばかり”というイメージをお持ちの方は、ぜひ見学にお越しいただき、雰囲気をご目で確かめてみてください！



都立職業能力開発センターでは、以下のように男性向けのイメージが強い科目でも、実は多くの女性が訓練をし、就職先でも多くの方が活躍しています。あなたも仲間と一緒に切磋琢磨し、天職を見つけませんか？

### 授業料無料の科目

●訓練期間：6か月

#### グリーンエクステリア

屋上緑化と庭や公園の造園施工・管理に必要な植栽、剪定、竹垣、ブロック積み等の知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
江戸川 15名
- 主な就職先  
造園、  
エクステリア、  
園芸関連会社

#### 配管

給排水、冷暖房設備等の配管工事を中心とした管工事全般の知識技能を習得します。



- 実施校・募集定員  
城南 15名
- 主な就職先  
水道工事店、  
設備工事会社、  
ビル管理会社

### 授業料有料の科目 授業料：年額118,800円

※「おおむね30歳以下」のおおむねとは後5歳までの幅を見込んでおり、35歳以下の方を対象としています。

#### 自動車整備工学

2級自動車整備士に相当する知識技能を習得します。  
※訓練期間は2年です。※おおむね30歳以下の方で学校教育法による高等学校を卒業した方又はこれと同等以上の方が対象です。



- 実施校・募集定員  
江戸川、八王子  
各30名
- 主な就職先  
自動車販売会社、  
自動車整備工場

#### 修了生の声

私は、大手国産車のディーラーで自動車整備士をしています。入社3年目になり、基本的な作業から応用的な作業に仕事も変化してきました。後輩も入社し、育成指導もしなければなりません。仕事は大変ですが、やりがいを持って頑張っています。職業能力開発センターから近い場所に勤務しているので、たまに訪れますが、先生方は温かく迎えてくれて、仕事で疲れていても、なぜかホッとします。

#### インテリア設計施工

建築物の内装工事に必要な計画、設計、製図や床、壁、天井等の内装仕上施工の知識技能を習得します。  
※訓練期間は1年です。  
※おおむね30歳以下の方が対象です。



- 実施校・募集定員  
城南 30名
- 主な就職先  
設計事務所、  
工務店、  
内装・施工管理  
会社

#### 電気工事

電気工事士として必要な各種配線工事、設計積算、施工管理等の知識技能を習得します。  
※訓練期間は1年です。  
※おおむね30歳以下の方が対象です。



- 実施校・募集定員  
赤羽、城南、城東、  
多摩 各30名
- 主な就職先  
電気設備工事、  
保守管理、  
設計事務所



# 都立職業能力開発センター 所在地一覧

校名	電話番号	郵便番号	所在地	最寄り駅
<b>中央・城北職業能力開発センター</b>	03-5800-2611	112-0004	文京区後楽 1-9-5	都営大江戸線 飯田橋 C2 歩1分 JR 総武線・東京メトロ 飯田橋 歩5分
高年齢者校	03-5211-2340	102-0072	千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター 10～12階	JR・東京メトロ 飯田橋 歩7分 JR 水道橋 歩7分 東京メトロ 九段下 歩10分
板橋校	03-3966-4131	174-0041	板橋区舟渡 2-2-1	JR 埼京線 浮間舟渡 歩3分
赤羽校	03-3909-8333	115-0056	北区西が丘 3-7-8	JR 埼京線 十条 歩15分 都営三田線 板橋本町 歩12分
<b>城南職業能力開発センター</b>	03-3472-3411	140-0002	品川区東品川 3-31-16	京浜急行線 青物横丁 歩10分 りんかい線 品川シーサイド出口A 歩2分
大田校	03-3744-1013	144-0044	大田区本羽田 3-4-30	京浜急行空港線 大鳥居 歩5分
<b>城東職業能力開発センター</b>	03-3605-6140	120-0005	足立区綾瀬 5-6-1	JR 常磐線・東京メトロ千代田線 綾瀬 歩8分 つくばエクスプレス 青井 歩12分
江戸川校	03-5607-3681	132-0021	江戸川区中央 2-31-27	JR 総武線 新小岩駅北口から都バス葛西駅前、 東京臨海病院前行 大杉小学校前下車 歩2分 JR 総武線 新小岩駅南口から都バス西葛西駅前、 葛西駅前行 江戸川区役所前下車 歩8分
台東分校	03-3843-5911	111-0033	台東区花川戸 1-14-16	東京メトロ銀座線 浅草 歩8分 東武スカイツリーライン 浅草 歩5分 都営浅草線 浅草 歩12分 つくばエクスプレス 浅草 歩10分
<b>多摩職業能力開発センター</b>	042-500-8700	196-0033	昭島市東町 3-6-33	JR 青梅線 西立川 歩7分
八王子校	042-622-8201	193-0931	八王子市台町 1-11-1	JR 中央線 八王子 歩18分 京王線 山田 歩15分 JR 中央線 八王子駅南口から法政大学行（富士森 公園経由）・上大船行（山田駅経由）・東京家政学 院行（山田駅経由）・西八王子駅南口行 実践高校又は富士森公園下車 各歩5分
府中校	042-367-8201	183-0026	府中市南町 4-37-2	京王線 中河原 歩10分
<b>東京障害者職業能力開発校</b>	042-341-1411	187-0035	小平市小川西町 2-34-1	西武国分寺線・西武拝島線 小川 歩5分

III  
都立職業能力開発センター  
所在地一覧

# IV

## 女性しごと応援テラスのご案内

「ブランクがあるから仕事についていけないか心配」、「就職活動って大変そう」、「子育てしながら働けるかなあ？」

働きたい気持ちはあってもなかなか一歩が出ない、そんな女性を再就職に向けてサポートする窓口が、「女性しごと応援テラス」です。

また、子育てや介護をしながら働きたい女性の就職活動のサポートや職業紹介も行っています。  
※パートやアルバイトでの就職希望の方もお気軽にご相談ください。

このような方向けの窓口です。

- 結婚・出産・育児・介護等の理由で退職し、再就職を希望している方
- 育児・介護等、家庭と両立しながら就職・転職を目指している方

### ●就職活動に関する相談

専任アドバイザーがサポートします。家事や子育てと仕事の両立のことや、久しぶりの就職で気になることなど、何でもご相談ください。

### ●女性しごと応援テラスならではの求人紹介

家事や介護、子育てなどに理解のある企業の求人を取り扱っています。

### ●各種プログラム・セミナーを実施

就職活動に必要なノウハウや知識を学ぶプログラムのほか、自己理解を深めるセミナーや子育てしながら働くための準備を考えるセミナーなどを行っています。

### いちおしコンテンツ

#### 再就職サポートプログラム

子育てや介護等によるブランクから職場復帰を目指す女性のための約12日間のプログラムです。パソコン実習や職場体験など、再就職に役立つ内容が盛りだくさんのコースです。

<主な内容>

- ・専門研修（経理事務、事務職の基礎など）
- ・ビジネスコミュニケーション
- ・パソコン実習
- ・再就職経験者・人事担当者との交流会
- ・職場体験 など

※地域で5日間の短縮版も実施しています。

※詳しくはホームページまたは各サポートプログラムのチラシをご確認ください。

### ●お子様と一緒に安心

女性しごと応援テラス内にキッズスペースを設置しています。また東京しごとセンター内には託児室（予約制・対象1～6歳）もあります。

#### 本ページの

**お問合せ** 東京しごとセンター 女性しごと応援テラス TEL 03-5211-2855  
<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

**所在地** 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター1階

**ご利用時間** 月～金曜日 9:00～20:00 土曜日 9:00～17:00

※日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3）はお休みです。

東京しごとセンター多摩においても、再就職を目指す女性向けに、各種プログラム・セミナー、求人紹介などを行っています。

多摩地域にお住まいの方はぜひご利用ください。

**東京しごとセンター多摩** TEL 042-329-4510 <https://www.tokyoshigoto.jp/tama/>

**所在地** 〒185-0021 東京都国分寺市南町3-22-10 東京都労働相談情報センター国分寺事務所2階



# ハローワーク（公共職業安定所） 所在地一覧

## ハローワーク（公共職業安定所）

所名	所在地	電話	管轄
飯田橋	〒112-8577 文京区後楽 1-9-20 1～5F、9F	03-3812-8609	千代田区・中央区・文京区・島しょ
上野	〒110-8609 台東区東上野 4-1-2	03-3847-8609	台東区
品川	〒108-0014 港区芝 5-35-3 1～3F	03-5419-8609	港区・品川区
大森	〒143-8588 大田区大森北 4-16-7	03-5493-8609	大田区
渋谷	〒150-0041 渋谷区神南 1-3-5	03-3476-8609	渋谷区・世田谷区・目黒区
新宿	〒163-1523 新宿区西新宿 1-6-1 新宿エルタワービル 23F	03-5325-9593	新宿区・中野区・杉並区
	〒160-8489 新宿区歌舞伎町 2-42-10	03-3200-8609	
	〒160-0023 新宿区西新宿 1-7-7 松岡セントラルビル 9F	03-5909-8609	
池袋	〒170-6003 豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 3F	03-5911-8609	豊島区・板橋区・練馬区
	〒170-8409 豊島区東池袋 3-5-13	03-3987-8609	
王子	〒114-0002 北区王子 6-1-17	03-5390-8609	北区
足立	〒120-8530 足立区千住 1-4-1 東京芸術センター 6～8F	03-3870-8609	足立区・荒川区
墨田	〒130-8609 墨田区江東橋 2-19-12	03-5669-8609	墨田区・葛飾区
木場	〒135-8609 江東区木場 2-13-19	03-3643-8609	江東区・江戸川区
八王子	〒192-0904 八王子市子安町 1-13-1	042-648-8609	八王子市・日野市
立川	〒190-8609 立川市緑町 4-2 立川地方合同庁舎 1～3F	042-525-8609	立川市・国立市・小金井市・昭島市・小平市・東村山市・国分寺市・東大和市・武蔵村山市
青梅	〒198-0042 青梅市東青梅 3-12-16	0428-24-8609	青梅市・福生市・あきる野市・羽村市・西多摩郡
三鷹	〒181-8517 三鷹市下連雀 4-15-18	0422-47-8609	三鷹市・武蔵野市・西東京市・東久留米市・清瀬市
町田	〒194-0022 町田市森野 2-28-14 町田合同庁舎 1F	042-732-8609	町田市
府中	〒183-0045 府中市美好町 1-3-1	042-336-8609	府中市・稲城市・多摩市・調布市・狛江市

## マザーズハローワーク（仕事と子育ての両立をめざす方等の就職を支援するハローワークです）

所名	所在地	電話
マザーズハローワーク東京	〒150-0002 渋谷区渋谷 1-13-7 ヒューリック渋谷ビル 3F	03-3409-8609
マザーズハローワーク日暮里	〒116-0013 荒川区西日暮里 2-29-3 日清ビル 5F	03-5850-8611
マザーズハローワーク立川	〒190-0012 立川市曙町 2-7-16 鈴春ビル 5F	042-529-7465

## ハローワークマザーズコーナー（ハローワークの、お子様連れで相談できるコーナーです）

所名	所在地	電話
ハローワーク品川マザーズコーナー	〒108-0014 港区芝 5-35-3 1F	03-5419-8609
ハローワーク大森マザーズコーナー	〒143-8588 大田区大森北 4-16-7	03-5493-8609
ハローワーク池袋マザーズコーナー	〒170-6003 豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 3F	03-5911-8609
ハローワーク木場マザーズコーナー （船堀ワークプラザ）	〒134-0091 江戸川区船堀 3-7-17 第5トヨダビル 6F	03-5659-8612
ハローワーク八王子マザーズコーナー （八王子しごと情報館）	〒192-0083 八王子市旭町 10-2 八王子 TC ビル 3F	042-680-8403
ハローワーク町田マザーズコーナー	〒194-0022 町田市森野 2-28-14 町田合同庁舎 1F	042-732-8563
ハローワーク府中マザーズコーナー （調布国領しごと情報広場）	〒182-0022 調布市国領町 2-5-15 コクティ 2F	042-480-8161



## 委託訓練（5日間コースを除く）についてのお問い合わせ先

### 都立中央・城北職業能力開発センター再就職促進訓練室

電話：03-5211-3240

所在地：千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター10階



#### 飯田橋駅

- JR中央・総武線「東口」下車徒歩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」より徒歩7分
- 東京メトロ東西線「A5出口」より徒歩3分

#### 水道橋駅

- JR中央・総武線「西口」下車徒歩5分

#### 九段下駅

- 東京メトロ東西線「7番出口」より徒歩8分
- 東京メトロ半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」より徒歩10分

## 5日間コースについてのお問い合わせ先

### 東京都産業労働局雇用就業部能力開発課

電話：03-5320-4807

所在地：新宿区西新宿2-8-1

※都立職業能力開発センター（校）についてのお問い合わせは、P17「都立職業能力開発センター」へお願いいたします。

各コースの申込書類は以下のホームページからダウンロードできます。  
また、本ガイドに掲載されているコース以外の職業訓練についても  
ご案内しております。



TOKYOはたらくネット（東京都の雇用就業に関する総合WEBサイト）

<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/>

トップ▶「求職者向け職業訓練」▶「民間教育機関での職業訓練」▶「訓練実施予定」



発行 東京都産業労働局雇用就業部能力開発課

〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1 第一本庁舎 21階

電話：03-5320-4807

平成31年度登録306号／印刷：株式会社モモデザイン

