

P2 LWB EXPO 東京 2025・私らしく働く合同就職面接会

P3 レディ GO！おしごとフェスタの開催

P4 東京労働局からのお知らせ

P5 職業能力開発センター・令和7年4月入校生の募集

P6 しごとを探している方のためのセミナー・就職面接会等



東京都

令和6年(2024年)12月25日発行
東京都産業労働局雇用就業部調整課
〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1
☎03(5320)4646
印刷物規格表1類 印刷番号(5)95

東京都の雇用就業に関する総合WEBサイト
TOKYOはたらくネット

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



TOPICS

～令和7年2月新宿で開催～ライフ・ワーク・バランス推進に向けたイベント

ライフ・ワーク・バランスEXPO東京2025・私らしく働く合同就職面接会

東京都では、「ライフ・ワーク・バランス」の実現に向け、専門家や企業経営者の講演・パネルディスカッション、働き方改革に役立つツールの紹介等を行う総合展「ライフ・ワーク・バランス EXPO 東京 2025」を、2月6日(木)新宿住友ビル三角広場で開催します。EXPOでは「東京ライフ・ワーク・バランス認定企業」表彰や「男性育業フォーラム」も実施します。また、2月6日(木)～8日(土)、新宿住友ビル新宿住友ホールで「私らしく働く合同就職面接会」を開催します。

ライフ・ワーク・バランス EXPO 東京2025

ライフ・ワーク・バランスの実現をテーマとし、働き方改革に先駆的に取り組む経営者による講演をはじめ、パネルディスカッションや東京ライフ・ワーク・バランス認定企業の取組事例の紹介などを行います。リアル会場とオンラインのハイブリッド方式で実施し、男性の「育業」を応援する「男性育業フォーラム」も同時開催します。

対象:企業経営者・管理監督者・人事労務担当者・従業員等

<開催概要>

リアル展示会 (一部LIVE配信あり) **入場無料**

【日時】 2月6日(木) 10時～18時

【場所】 新宿住友ビル三角広場(新宿区西新宿2-6-1)

オンライン展示会

(会場の様子を360度画像で再現するバーチャル展示会)

【期間】 2月14日(金)～3月7日(金)

メインステージ

事前申込制・全イベントライブ配信

10:15～11:00

【基調講演】「ライフ・ワーク・バランスを土台に描く、企業と社員の未来」

坂爪 洋美氏(法政大学 キャリアデザイン学部教授)



総司会:清水 健氏
(フリーアナウンサー)

11:15～12:00

令和6年度 東京ライフ・ワーク・バランス認定企業 認定状授与式～大賞・優秀賞発表～

生活と仕事の調和の実現に向けて、優れた取り組みを行っている中小企業等を「東京ライフ・ワーク・バランス認定企業」として表彰します。



12:45～13:30

男性育業フォーラム with ライフ・ワーク・バランスEXPO東京2025

【基調講演】「男性育業が企業を変える～成長戦略の新常識～」

小西 雅子氏(東京ガス㈱ 常務執行役員 DE&I推進担当)



詳細はライフワークバランスEXPO東京2025公式ホームページをご覧ください。

 <https://lwb-expo-2025.metro.tokyo.lg.jp/>

ライフ・ワーク・バランスEXPO
東京2025公式ホームページ



パネルディスカッション(メインステージ)

13:40~14:30

「女性がイキイキと働く企業の未来」

有馬 牧子 氏

(昭和大学 医学部医学教育学講座准教授)



岩槻 知秀 氏

(レバレジーズ(株) 代表取締役兼代表執行役)



佐藤 東平 氏

(佐藤興業(株) 代表取締役社長)



【モデレーター】

谷本 有香 氏

(Forbes JAPAN 執行役員Web編集長)



14:40~15:30

「人材不足解消の秘訣」

阿部 靖則 氏

(新菱冷熱工業(株) エグゼクティブ・フェロー)



矢部 真理子 氏

(さくらインターネット(株) 執行役員 グループ最高人事責任者)



山口 明夫 氏

(日本アイ・ビー・エム(株) 代表取締役社長)



【モデレーター】

小室 淑恵 氏

(株)ワーク・ライフバランス 代表取締役社長)



15:40~16:30

「男性育業がもたらす企業・社会への効果」

石井 智康 氏

(石井食品(株) 代表取締役社長 執行役員)



松浪 暁子 氏

(株)コーソル 支援本部管理部部長)



宮岸 弘和 氏

(三井住友海上火災保険(株) 人事部 DE&Iチーム 課長)



【モデレーター】

清水 健 氏

(フリーアナウンサー)



このほか、多様なプログラム・展示があります。

- 東京ライフ・ワーク・バランス認定企業との交流会
- 働き方改革ツールの利用体験や紹介する働き方改革応援コーナー
- 男性育業や健康経営、女性活躍などをテーマにした展示(家庭と仕事の両立支援コーナー)・ミニセミナー
- 他の来場者との交流や専門家からアドバイスがもらえる「LWBカフェ」も設置

詳しくは公式ホームページをご覧ください。

【問合せ先】産業労働局 雇用就業部 労働環境課

☎03(5320)4649

「男性育業フォーラム」取組事例紹介動画(オンデマンド先行配信)

パネルディスカッションを通じて、男性従業員の育業率100%を達成した「TOKYOパパ育業促進企業」の具体的な取組事例から、経営課題としてどう取り組むべきか、男性育業が当たり前に行えるマインドづくりについて一緒に考えていきます。

【登壇者】

●ファシリテーター:高村 静 氏

(中央大学大学院戦略経営研究科(ビジネススクール)教授)

●登壇企業:①(株)ウチダシステムズ(卸売業・小売業)

②(株)シーズプレイス(サービス業)

視聴は公式ホームページからお申し込み下さい。(事前申込制)

私らしく働く合同就職面接会 (リアル開催)

「東京ライフ・ワーク・バランス認定企業」や女性活躍推進企業等、家庭と仕事の両立に関し優れた取組を実施している企業との合同就職面接会を託児付きで開催します。

【日 時】2月6日(木)~8日(土) (3日間、各日2部制)

<第1部>10:00~13:00 <トークショー>13:15~14:00 <第2部>14:00~17:00

【会 場】新宿住友ビルB2・B1F 新宿住友ホール

【対 象】都内在住もしくは都内で正規雇用での就業を希望する女性求職者や、現在非正規雇用で働いており、正規雇用への転換を希望する女性等

【参加企業】合計200社(各日60社~70社予定)

〈トークショー出演者〉 司会:平井理央さん

- 合同就職面接会
- 女性の活躍を応援するゲストによる トークショー
- キャリアチェンジセミナー・ミニイベント
- キャリアカウンセラーによる個別相談コーナー
- 支援機関ブース

※託児コーナーあり(事前予約制・定員あり)



pecoさん



益若つばささん



菊地亜美さん

詳細・申込は「私らしく働く合同就職面接会」専用ホームページをご覧ください。

<https://jobfair-woman2025.metro.tokyo.lg.jp/>

【問合せ先】産業労働局 雇用就業部 就業推進課 ☎03(5320)4708

私らしく働く合同
就職面接会
専用ホームページ





レディGO! おしごとフェスタを開催します!

東京都では、更なる女性活躍の推進に向け、著名人による「はたらく」を応援するライブセミナーや、専門家による自分らしいライフキャリアを実現させるためのセミナー等、様々な働き方の理解促進と女性の就業を後押しするオンラインイベント「レディGO! おしごとフェスタ」を開催します。

【開催期間】 1月16日(木)・17日(金)・18日(土)

【対象】 育児・介護等により離職し再就職を希望する方、転職・起業を考えている方、これから就職する学生など幅広い層の女性等

<オープニングイベント>

1月16日(木) 10:00～11:00

◆河北麻友子さん(モデル・女優)による
トークショー



視聴は「女性しごと応援ナビ」公式ホームページからご覧ください。
開催後・アーカイブ配信も行います。

役立つコンテンツが満載
女性しごと応援ナビ公式 HP



<著名人・専門家による主なライブセミナー>

1月16日(木)

◆菊川怜さん
(俳優・タレント)



◆岩清水梓さん
(プロサッカー選手)



◆井上恵理菜さん
(株)日本総合研究所
「多様化が求められる女性の職業選択」

1月17日(金)

◆中山エミリさん
(タレント)



◆島永吏子さん
(フリーアナウンサー)



◆久我尚子さん
(株)ニッセイ基礎研究所
「女性の“働く”を考える～多様化するライフコースと広がる可能性～」

1月18日(土)

◆田丸麻紀さん
(俳優・モデル)



◆イガリシノブさん
(メイクアップ
アーティスト)



◆天野馨南子さん
(株)ニッセイ基礎研究所
「大きく変化した令和時代のライフデザイン
～おしごとを考える全ての女性へ～」

このほか、家庭と仕事の両立のコツ、起業や副業の始め方など、はたらくために役立つセミナーを配信予定です。

【問合せ先】 産業労働局 雇用就業部 就業推進課 ☎03(5320)4708

TOKYOサテライトオフィス交流フェアのご案内

東京都では、多様で柔軟な新しい働き方に向け、サテライトオフィスに関心のある企業や利用検討者を対象に、サテライトオフィス事業者との交流イベント「TOKYOサテライトオフィス交流フェア」を開催します。

【開催日】 1月28日(火) 10時～17時30分

【場 所】 品川インターシティホール

【対 象】 会社や自宅以外の仕事を検討中の企業担当者、従業員、個人事業主の方、利用希望者、運営に興味・関心のある事業者等

【内 容】 サテライトオフィス導入事例や企業による取り組み紹介など、役立つセミナー・トークセッションを実施します。このほか、サテライトオフィスの体験コーナーや、サテライトオフィスやテレワークの知識・知見を持つ専門家による個別相談会もあります。

※詳しくは専用ホームページをご覧ください。

【問合せ先】 東京都サテライトオフィス交流フェア運営事務局 ☎03(6633)3639

専用ホームページはこちら



テレワークの
支援をお探しなら

東京都テレワーク
ポータルサイト



東京都のテレワーク支援施策の情報をまとめて見ることができます。テレワーク推進に役立つセミナーやイベント情報、コラムなども随時更新します!



東京労働局からのお知らせ


<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/>


連載 育児・介護休業法等の改正ポイントのご紹介～個別の意向確認編～

◆改正ポイント⑤：仕事と育児の両立に関する個別の意向聴取・配慮

労働者の妊娠・出産の申出時や子が3歳になる前に、勤務時間や両立支援制度の利用期間等に関する個別の意向聴取が義務づけられます。また、意向聴取後は、その意向に配慮をしなければなりません（令和7年10月～）。

◆改正ポイント⑥：介護離職防止のための個別の周知・意向確認、雇用環境整備等の措置

家族の介護に直面した旨の申出をした労働者に対し、介護休業制度をはじめとする両立支援制度等について周知し、制度利用に関する個別の意向確認を行うことが義務づけられます。また、介護に直面する前の早い段階（40歳等）の労働者に対し、制度を知らずに介護離職に至ることがないように、両立支援制度等について情報提供を行うことが併せて義務づけられます（令和7年4月～）。

★東京労働局公式YouTubeチャンネルでは、ショート動画『育介法1分NEWS!』で改正法の最新情報を随時発信しています。東京労働局改正法特設ページとあわせてご活用ください。

東京労働局
公式 YouTube
チャンネル



東京労働局
改正法特設
ページ



【問合せ先】東京労働局 雇用環境・均等部 指導課 ☎03(3512)1611

化学物質管理強調月間説明会を開催します

毎年2月は「化学物質管理強調月間」です。

月間を迎えるにあたり職場における化学物質関係の災害防止のためのセミナーを開催します。

令和6年4月から化学物質規制が幅広い産業に適用されたこと等を契機に、職場における危険・有害な化学物質管理の重要性に関する意識を高め、化学物質管理活動を定着させるため、下記によりセミナーを開催いたします。

【日時】1月28日(火) 13:30～16:15

【場所】九段第三合同庁舎 11階共用会議室1

(千代田区九段南1-2-1)

詳細はこちら⇒



【問合せ先】東京労働局 労働基準部 健康課

☎03(3512)1616

ハロートレーニングのご案内

ハロートレーニングとは、仕事をお探しの方を対象とした公的な職業訓練制度です。

受講料は原則無料(テキスト代は自己負担)で、身につけたいスキルに合わせた多数のコースをご用意しています。

職業訓練の種類・コースにはそれぞれ要件があります。応募資格等の詳細は、以下のホームページや住所を管轄するハローワークまでお問い合わせください。

【募集情報】

<求職者支援訓練>

2月19日開講(募集期間:12月25日～1月16日)

<公共職業訓練>

施設内訓練(職業能力開発センター)

3月入校生(募集期間:12月18日～1月17日)

4月入校生(募集期間:1月7日～1月31日)

委託訓練

3月入校生(募集期間:12月27日～1月17日)

訓練情報は
こちら⇒



キャラクター「ハロトレくん」

<年末特別対策>東京都中小企業従業員融資利率の引き下げのお知らせ

東京都では、中小企業等で働く方の生活の安定を図るため、年末から年度末にかけて特別対策として「中小企業従業員融資」の融資利率の引き下げを行っています。(実施期間 令和6年12月1日(日)から令和7年3月31日(月)までに申込)

(利率) ●個人融資(「さわやか」・「まなび」) 1.6% (通常1.8%)

●子育て・介護支援融資(「すくすく・ささえ」) 1.3% (通常1.5%)

●家内労働者融資 1.6% (通常1.8%)

〔申込窓口〕中央労働金庫 ☎0120-86-6956

東京都信用組合協会 ☎03(3567)6211 (「子育て・介護支援融資」のみ取扱い)

詳しくは、「TOKYOはたらくネット」をご覧ください。

【問合せ先】産業労働局雇用就業部労働環境課 ☎03(5320)4653

TOKYOはたらくネット



東京都立職業能力開発センターからのお知らせ

職業能力開発センター・令和7年4月入校生を募集します！

職業能力開発センター・校では、求職中の方や新たに職業に就こうとしている方などに、就職に向けて、職業に必要な知識・技能を習得していただくための職業訓練を実施しています。機械、建築・造園、電気、情報、介護など、様々な分野の訓練科目があります。

【募集科目】 訓練期間が2年・1年の普通課程、1年以下(主に6カ月・3カ月)の短期課程

募集分野は、機械、建築・造園、電気、施設管理・清掃、塗装・印刷、情報、ファッション、介護・調理・接客サービスです。

※実施校及び科目の詳細内容は、入校案内2025・TOKYOはたらくネット(下記)参照

【申込】 1月7日(火)～1月31日(金)に住所地を管轄するハローワークか各職業能力開発センター・校へ。

※雇用保険を受給できる方、障害のある方、母子家庭の母等、求職者支援制度による職業訓練受講給付金の要件を満たす方は、住所地を管轄するハローワークでお申込みください。

【選考日】 2月12日(水)、2月13日(木)、2月14日(金)のいずれか

【選考内容】 学力検査(国語・数学／高等学校卒業程度)または筆記試験(国語・数学／義務教育修了程度)・面接

【授業料・選考料】 普通課程のみ授業料118,800円、入校選考料1,700円。短期課程は無料。

【その他】 教科書代は自己負担。一部の科目には作業服代等がかかります。

詳しくは「入校案内2025」または「TOKYOはたらくネット」で。

 <https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kyushokusha-kunren/school/annai/>

☆各職業能力開発センター・校のホームページでは、科目の内容や見学会など行事についての情報を掲載しています。ぜひご覧ください。



入校生
募集案内



【問合せ先】産業労働局 雇用就業部 能力開発課 ☎03(5320)4716

◆ キャリアアップ講習1月受付 ◆

～スキルアップや資格試験受験対策等のための短期講習～ ※主に平日夜間や休日に実施します。

【講習内容】 実務に役立つファイル操作とデータ管理、リレーシーケンス制御【初級】、2級管工事施工管理技士(一次・二次)受験対策、ホームページビルダーによるホームページ作成、Raspberry Pi【初級】など7コース

【対象】 現在、主に中小企業で働いている方で、都内に在住または在勤の方

【会場】 各職業能力開発センター・校

【費用】 授業料1,600円～6,500円(他に教科書を各自購入)

【申込】 1月1日(水)～10日(金)に、ホームページ又は往復はがきでお申込みできます。

往復はがきの場合は、講習を実施するセンター・校へ直接お申込みください。※期間内必着のこと

※このほかZoom ウェビナーによるオンラインでの講習も随時実施しています。

詳細は「TOKYOはたらくネット」キャリアアップ講習のページをご参照ください。

【問合せ先】産業労働局 雇用就業部 能力開発課 ☎03(5320)4719

TOKYOはたらくネット
キャリアアップ講習の
ページ



専門的・家内労働者・個人事業者対象の傷病共済 ～「あんしん共済」のご案内～

病気やケガで働けなくなった時に共済金をお支払いします。要件や詳細はHPでご確認ください。

令和5年4月1日から、終日全く業務に従事できない状態が連続して6日以上続いた場合、1日目から共済金が支給されることになりました。

会社あんしん共済

検索

【問合せ先】東京都中小企業振興公社 共済事業担当

0120-816-093

ハイローキョーサイ

HPはこちら



就活前に知っておきたい 労働法セミナー配信中！

これから就活を考える学生等に向けたオンラインセミナーです。東京都労働相談情報センターの民間相談員が、労働法の基礎知識をわかりやすく解説します。

東京動画とYouTubeで講義を配信、いつでもどこでも視聴可能です。

配信期間：令和6年11月1日(金)から
令和7年10月31日(金)まで

詳細はTOKYOはたらくネット



しごとを探している方のためのセミナー・就職面接会等

(公財)東京しごと財団

※初めて東京しごとセンター・東京しごとセンター多摩をご利用の方は、事前に利用者登録をしていただきます。

※セミナー等の募集は、原則として、先着順での受付となります。

※記載されているセミナーは、中止または延期等の場合があります。必ず、で最新情報をご確認ください。※一部のセミナーはから申し込み可能です。東京しごとセンター  <https://www.tokyoshigoto.jp>東京しごとセンター多摩  <https://www.tokyoshigoto.jp/tama/>

東京しごとセンター ▶



東京しごとセンター多摩 ▶



◆東京しごとセンター(千代田区飯田橋3-10-3)のセミナー・就職面接会等

対象	講習・セミナー名	内 容	日 時	会 場	定員	申 込 先
29歳以下	就職力up! 事務職編	社会人基礎力up!、仕事基礎力up!、PCスキルup!、企業見学がセットになったプログラム。	2月13日(木)～27日(木) 10時～16時		25人	
34歳以下	とうきょうJOBフェスタ	事前準備なしでも安心して参加できる企業説明会。後日、企業見学会も開催。	1月15日(水) 11時30分～15時45分	東京しごとセンター	40人	ヤングコーナー  03(5211)6351
	合同企業説明会	出展企業20社程度の企業説明会。入退場自由。企業情報コーナーも設置。後日、企業見学会も開催。	1月31日(金) 13時～17時	新宿住友ホール (新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビルB2F)	100人	
	ワークスタート	生活リズムを整えたり職場体験をしたり、スタッフと一緒に、働くことへの不安を解消していく講座。	2月3日(月)～3月26日(水) 10時～16時	東京しごとセンター	15人	ワークスタート 事務局  03(3556)5950
全年齢	デジタル・ビジネススキル習得 支援事業「飯田橋2週間コース」	就職に向け、オンラインツールや ノーコード/ローコード開発などの習 得を目指す講座。	2月3日(月)～17日(月) 9時30分～16時	飯田橋センタービル4階 (千代田区飯田橋1-12-7)	20人	デジタル・ビジネス スキル習得支援事業 事務局  0120-038-031
	同「飯田橋1か月コース」			飯田橋センタービル4階 (千代田区飯田橋1-12-7)	20人	
	同「新宿1か月コース」		2月10日(月)～3月11日(火) 9時30分～16時	TKP新宿西口カンファ レンスセンター (新宿区西新宿1-10-1 ヨドバシ新宿西口駅前ビル)	20人	
	同「立川1か月コース」			ふどうやビル10階 (立川市曙町2-10-1)	15人	
	ローコードによる アプリ作成スキル習得 支援事業「2月コース」	早期の就職を目指し、ノーコード/ ローコードによるアプリ作成スキル を習得する講座。	2月3日(月)～17日(月) 9時30分～18時	TKP新宿西口カンファ レンスセンター (新宿区西新宿1-10-1 ヨドバシ新宿西口駅前ビル)	25人	ローコードによるアプ リ作成スキル習得支援 事業事務局  050(4560)3828

◆東京しごとセンター多摩(立川市柴崎町3-9-2 3階)のセミナー・就職面接会等

対象	講習・セミナー名	内 容	日 時	会 場	定員	申 込 先
34歳以下	若者と企業の交流会 in 国分寺	参加企業全てのブースを回り、企業 の担当者と気軽に会話。後日、企業 見学会・職場体験も開催。	1月21日(火) 13時～16時25分	cocobunjiプラザ (国分寺市本町3丁目1-1 cocobunji WEST 5階)	30人	
	既卒等若年者向け 就職面接会 in 立川	各部5社程度参加の就職面接会。 書類選考なしで面接可能。ジョブ コーディネーターのサポート有。	1月28日(火) 午前の部 10時～12時 午後の部 14時～16時	東京しごとセンター多摩	各部 20人	
全年齢	面接対策セミナー in 西東京	自己PRが苦手な方に!自分の強みを 言語化するフレームワークを学ぶ。	1月16日(木) 14時～16時	西東京市南町スポーツ・ 文化交流センターきらっと (西東京市南町5-6-5)	30人	東京しごとセンター 多摩 イベント・セミナー 予約  042(521)6761
	就職面接会 in 西東京	参加企業20社。書類選考なしで複数の企業と 面接ができる。就職支援アドバイザーが常駐。	1月23日(木) 13時～16時		100人	
	面接対策セミナー in 清瀬	現役アナウンサーに学ぶ!面接で も職場でも役立つ話し方講座。	1月31日(金) 14時～16時	清瀬市生涯学習センター (清瀬市元町 1-2-11 アミュービル)	30人	
	おしごと応援フェア in 東村山	就職支援セミナー・相談・企業面 接会等を1日で実施するイベント。 年齢層問わず気軽に参加可能。	1月15日(水) 第一部 10時30分～13時15分 第二部 13時30分～16時15分	東村山市立中央公民館 (東村山市本町 2-33-2)	各部 30人	

「職場内障害者サポーター養成講座」のご案内

<2月の予定> 2月5日(水)・12日(水) (青山)、2月13日(木)・20日(木) (Web)

いずれも時間は10時～17時、定員25名 【問合せ先】運営事務局  03(6734)1096

詳細はHP



公正な採用選考のために～

東京都では、就職の機会均等を確保するため、応募者本人の適性や能力に基づく公正な採用選考を推進
しています。 <https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/kosei/>リサイクル適性 
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。