

働いている皆さんのための

キャリアアップ講習 10月募集

介護技術の基礎

☆当講習のレベルは **初級** です。

募集期間

令和8年10月1日(木)～令和8年10月10日(土)

※期間内にインターネット、または往復はがき（10日必着）で応募してください。

講習日程

12月19日(土)

12月20日(日)

全日／9：20～16：30

授業料

4,300円

☆一旦納入された授業料はお返しできません。

☆お支払いは、納付書による金融機関での払込となります。

定員

15名

講師（敬称略）

不動田敏幸 大野美鈴 岩澤賢宏

応募資格

現在、主に中小企業で働いている方（派遣・契約社員、パート等を含む）で、都内在住または在勤の方。

講習内容

介護の基本的な考え方、
移動介助(立ち上がり・移乗・車いす)、
排泄介助、食事介助・口腔ケア、寝たきりなど
の要介護レベルが高い方への応用実習を含む

受講対象者

介護関係の仕事に従事している方

指定テキスト（予定）

介護職員初任者研修介護技術チェックシート
／公益財団法人 介護労働安全センター
／524円(税込)

前年の講習受講者の声

- ・ 基本的な流れを準備して下さいながら個別の要望もくみとる形での講習でした。
- ・ 現場の日線からアドバイスもらえたのがよかったです。効率よく再確認できました。
- ・ 実技中心で分かりやすく、具体的なポイントを学べました。有意義な研修でした。

持ち物

- ・ 受講者確認票（当選者通知と一緒に送ります。受講初日に必ずお持ちください）
- ・ 筆記用具、指定テキスト(各自ご用意ください)

交通機関運行の影響等により、キャリアアップ講習を中止または日程変更することがあります。

※仕事の都合等による遅刻・欠席の場合でも、補講はいたしませんのでご了承ください。

※来校には公共交通機関をご利用ください。

☆キャリアアップ講習はインターネットでもご案内しています。

東京都 キャリアアップ講習

検索

https://www.hataraku.metro.Tokyo.lg.jp/zaishokusha-kunren/carr_up/

応募方法は裏面をご覧ください

企業受付
制度

●この講習では個人申込みの他に、企業定員枠を設けて企業単位での申込みも受け付けます。

◆申込人数： 1人～4人まで

◆申込方法： ①インターネット申込（電子申請）②企業受付申込書の郵送または窓口提出

※詳細は「TOKYOはたらくネット」のWebサイトをご覧ください。

インターネットでのお申込み

- 電子申請システム「LoGoフォーム」でのお申込みとなります。



応募フォーム

往復はがきでのお申込み（期限内に必着）

- 下記の必要事項を記入の上、多摩職業能力開発センター府中校まで往復はがきでお申込みください。
- ①希望講習名 ②自宅の〒・住所 ③かな氏名 ④漢字氏名 ⑤生年月日（年齢） ⑥性別 ⑦連絡先TEL
- ⑧勤務先名・雇用形態 ⑨勤務先所在地 ⑩勤務先電話番号 ⑪手話通訳希望の有・無

授業料などのお支払い

- 納付期限までにお支払いください。
- 金融機関（窓口・ATM）にて、納付書により授業料等をお支払いください。
- コンビニエンスストアでの支払いはできません。
- 一度お支払いいただいた授業料等は、お返しできません。お支払い前によくご確認ください。

留意事項

- 応募が定員を超えた場合、抽選となります。
（受講内定の方には、別途郵便でお手続き方法や納付書等を送付いたします。）
- 現在働いている方（派遣・契約社員、パート等を含む）で、都内に在住または在勤の方が受講対象になります。
- お申込みの際にご記入いただく個人情報は、講習の実施事務以外には使用いたしません。
- 危険作業の実習等では制約がある場合があります。様々な観点で配慮が必要な方は、事前にご相談ください。
（手話通訳が必要な方は事前にご相談ください。）



キャリアアップ講習（約600コース）

主に中小企業で働いている方を対象に実施している
スキルアップや資格試験受験対策等のための短期講習です。

資格試験対策・技能検定対策講習やオンライン講習も多数実施しております。
ぜひご活用ください。

お問い合わせ

東京都立多摩職業能力開発センター府中校
キャリアアップ講習担当

電話：042-367-8204

☆所在地 〒183-0026 府中市南町4-37-2

☆窓口時間 平日 午前9時～午後8時
土日祝日 午前9時～午後4時

☆休業日 月曜日（祝日の場合、祝日明けの平日）
年末年始（12/29～1/3）

☆交通案内 中河原駅南口下車徒歩10分

