

令和2年度

契約社員、  
派遣社員等で  
働いている方向け

東京しごとセンター  
キャリアカウンセリング 受付による

# キャリアアップ講習 優先申込み制度のご案内



申込みは  
東京しごとセンター(飯田橋・多摩)へ

あなたのパフォーマンスを  
活かすための  
レベルアップ!

東京都立職業能力開発センターおよび校では、主に中小企業で働いている方を対象に、スキルアップや資格試験受験対策等のための短期講習（キャリアアップ講習）を、年間約600コース実施しています。

現在、契約や派遣、パート等の非正規労働者として働いている44歳以下の方で、正規雇用に向け、キャリアアップを目指している方を対象として、「キャリアアップ講習」に優先的に申し込める制度を設けています。

## キャリアアップ講習の優先申込み制度のポイント

- 非正規労働者として働いている44歳以下の方で、正規雇用に向けてキャリアアップを目指している方が対象です。
  - 東京しごとセンターにおいて、能力開発を含めたキャリアカウンセリングを行い、キャリアアップに活かせる講習をお申込みいただけます。
  - 一般申込みよりも前に、講習に申し込むことができます。
- \* 優先申込み枠を超える申込みがあった場合、抽選を行います。

キャリアアップ講習の詳細は「キャリアアップガイド2020」をご覧ください。



2～4月受付分

東京都

**働いているみなさんのための講習**

**キャリアアップガイド 2020**

**2020年2月～4月募集分**

東京都立職業能力開発センターおよび校では、主に中小企業で働いている方を対象に、スキルアップや資格試験受験対策のための短期講習を行っています。

●**対象職種** 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）、都内に在住または通勤の方。

●**対象年齢** 募集月の1日～10日（応募日）です。（募集によって「募集月」が異なります。）  
往復は行きでの申込みは、事後事務等により期間内に到着しなかった場合は無効となりますので、届出に留意する必要があります。

●**応募料** 1講習あたり900円～6,500円です。このほか、指定の教科書等を各自用意していただきます。

●**講習時間** 1講習は24時間（1 時間は45分）が標準です。  
主に平日の夜間・土日祝日の昼間にあります。（一部平日昼間に実施する講習もあります。）

●**講習内容** 仕事に役立つ講習、資格試験の受験対策、受講終了すると資格取得できる講習等も、年間約600コース実施します。

【講習のご案内】  
◎講習内容、募集月、実施日時等は変更になる場合がございます。必ずお申込み前に、以下の方法で最新の情報をご確認ください。  
■ホームページ  
TOYKO はちらくネット キーアップ講習  
[https://www.hataraku.metro.tokyo.jp/zaishokusha-kunren/carr\\_up/](https://www.hataraku.metro.tokyo.jp/zaishokusha-kunren/carr_up/)  
をご覧ください。  
※ホームページの情報は、募集月の1日頃に更新されます。  
◎本ガイドの掲載内容は標準です。案内内容より受講回数や費用は、各講習の実施へお伺いいただく前に、受講校の名称・受講時間・申込方法は募集案内をご覧ください。  
東京都立職業能力開発センター

年間分

東京都

**働いているみなさんのための講習**

**キャリアアップガイド 2020**

派遣社員・契約社員の労働も受講できます。

多様な未来  
広がる可能性

●**掲載** 建築・設備・電気・電子  
印刷・公務・経営・経営・事務  
簿記・介護

東京都立職業能力開発センター

令和2年(2020年)3月発行予定  
※掲載の情報は令和2年1月8日時点の情報です。表紙デザインは変更される場合があります。

## 応募資格(以下の全ての要件を満たす方)

- 都内に在住または在勤の方
- 非正規労働者(契約社員、派遣社員、パート、アルバイト等)として働いている方
- 東京しごとセンター(飯田橋・多摩)でキャリアカウンセリングを受け、正規雇用に向けてキャリアアップを目指している方
- 令和2年(2020年)4月1日現在、44歳以下の方

## 対象講習

- 6～7ページの一覧のとおり
  - 講習内容、受講対象者、実施校、実施日、授業料等は、別冊の「キャリアアップガイド2020」でご確認ください。(ただし、高年齢者のための講習および東京障害者職業能力開発校で実施する講習は除きます。)
- \*内容等の詳細は、各講習の実施校にお問い合わせ下さい。(9ページ参照)

## 講習時間

1講習は24時限(1時限は45分)が標準です。主に平日夜間、土日昼間に実施します。

## 授業料

1講習あたり900円～6,500円(この他、指定の教科書を各自ご用意いただきます。)

- \*各講習の授業料は「キャリアアップガイド2020」でご確認ください。
- \*条件により、授業料等が免除になる場合があります。「申込みから講習開始までの流れ」の「④授業料等のお支払い」(3ページ)をご参照ください。

## 申込み先

東京しごとセンター(飯田橋・多摩) 就職支援アドバイザー等(裏表紙参照)

- \*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)が必要です。
- \*郵送、FAXでのお申込みはできません。
- \*職業能力開発センターでのお申込みはできません。

## 申込み期間

各講習の募集月の前月の1日～25日(日曜日・祝日の場合は直後の平日)

- \*2月募集分は「キャリアアップガイド2020」発行以降からお申込みいただけます。
- \*「キャリアアップ講習」は講習ごとに募集月が異なります。各講習の募集月は「キャリアアップガイド2020」でご確認ください。

## 利用回数

### 同一年度に実施する講習について、2回まで

- \* 毎月の抽選において、当選となった場合に「1回」とカウントします。  
当選後、授業料等のお支払いの手続をしない場合も、1回の利用となりますのでご注意ください。
- \* 3回目のお申込みを行った場合は、無効となります。
- \* 同じ募集月でお申込みができるのは1講習までです。(2講習以上申し込むことはできません)
- \* セット科目<sup>(注)</sup>の場合は、1つの申込み(複数コース一括申込み)で1回と数えます。  
(注) セット科目については、「よくある質問 (FAQ)」(4ページ)をご参照ください。

## 申込みから講習開始までの流れ

### 1 東京しごとセンターの利用登録(初回のみ)

初めて東京しごとセンターをご利用いただく方は、東京しごとセンター(飯田橋)1階の総合相談窓口、もしくは東京しごとセンター多摩で利用登録を行ってください。

- \* 利用登録の後、就職支援アドバイザー等とのキャリアカウンセリングを受けていただきます。
- \* キャリアカウンセリングは予約不要です。日にちや時間帯によって混み合う場合がありますので、閉館の2時間前(平日18時、土曜日15時)までを目途に、余裕をもってお越しください。

### 2 申込み

就職支援アドバイザー等とのキャリアカウンセリングを通してのお申込みとなります。申込書に必要な事項をご記入のうえ、就職支援アドバイザー等へご提出ください。

- \* 郵送、FAXでのお申込みはできません。
- \* 優先申込みを行った講習については、一般の申込みと二重に申込みをすることはできません。
- \* 原則として、年度内に既に受講した(受講者として決定した)講習と同一講習への申込みはできません。

### 3 抽選結果通知

優先申込み枠を超える申込みがあった場合、抽選を行います。抽選結果は郵送でお知らせします。

- 当選の方 → 当選通知、納付書をお送りします。
- 選外の方 → 残念ながら受講することができません。

### 4 授業料等のお支払い

- 当選された方は、納付期限までに納付書(払い込み用紙)により金融機関で授業料等をお支払いください。(各講習の実施校の窓口でもお支払いいただけます。)
- 納付期限までにお支払いいただかない場合、受講辞退とみなしますので、ご注意ください。
- 当選・受講の権利を他の方へ譲渡することはできません。
- 生活扶助受給の方、住民税非課税または均等割のみ課税世帯の方、身体障害者手帳、療育手帳(東京都は「愛の手帳」)または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方、激甚災害等により被災された方は、授業料の免除および使用教科書の支給を受けられる場合があります。必ずお支払い前に、各講習の実施校にお問い合わせください。
- 一度お支払いいただいた授業料等はお返しいたしません。お支払い前によくご確認ください。

## 5 教科書の準備

- 指定教科書を書店等でご購入ください。指定教科書が市販されていない場合は、各講習の実施校で用意しますので、授業料と一緒に教科書代をお支払いください。
- 講習に教科書を持たずに来られても、教科書の貸与、写しの提供等は一切ありません。あらかじめご了承ください。

## 6 講習開始

- 講習時に本人確認を行う場合があります。受講票および身分証明書（運転免許証等、住所氏名が確認できるもの）を、常時ご携帯ください。

## よくある質問(FAQ)

**Q. 講習を受ければ資格がとれるのでしょうか。**

**A.** 労働安全衛生法による技能講習や特別教育の修了証が交付される講習が若干数あります。それ以外の資格試験対策講習は、受験対策を学ぶものであり、講習を受ければ資格がとれるというものではありません。

**Q. その職種に興味があるので、体験的に受講したいのですが、そのような受講はできますか。**

**A.** キャリアアップ講習は、在職者を対象としており、知識や経験を必要とする講習です。受講対象者と講習内容をよく確認してお申込みください。特に、中級以上の実技講習では、危険を伴うものもありますので、体験的な受講はご遠慮ください。

**Q. 募集月が何か月も先の講習に申込みたいのですが、再度東京しごとセンターに来なければいけませんか。**

**A.** ご本人の雇用状況等が変わる場合もあるため、講習の募集月の前月（1日～25日）に、東京しごとセンターに来所のうえ、お申込みください。

**Q. 申し込んだ後で都合が悪くなった場合は、キャンセルできますか。**

**A.** 授業料お支払い前であればキャンセルできます。お申込みをした月であれば、東京しごとセンターの担当者へ、お申込みをした翌月以降であれば、各講習の実施校へ直接ご連絡ください。ただし、当選している場合は、「優先申込み制度の利用回数」の1回に含まれます。また、一度お支払いいただいた授業料はお返しできませんので、ご注意ください。

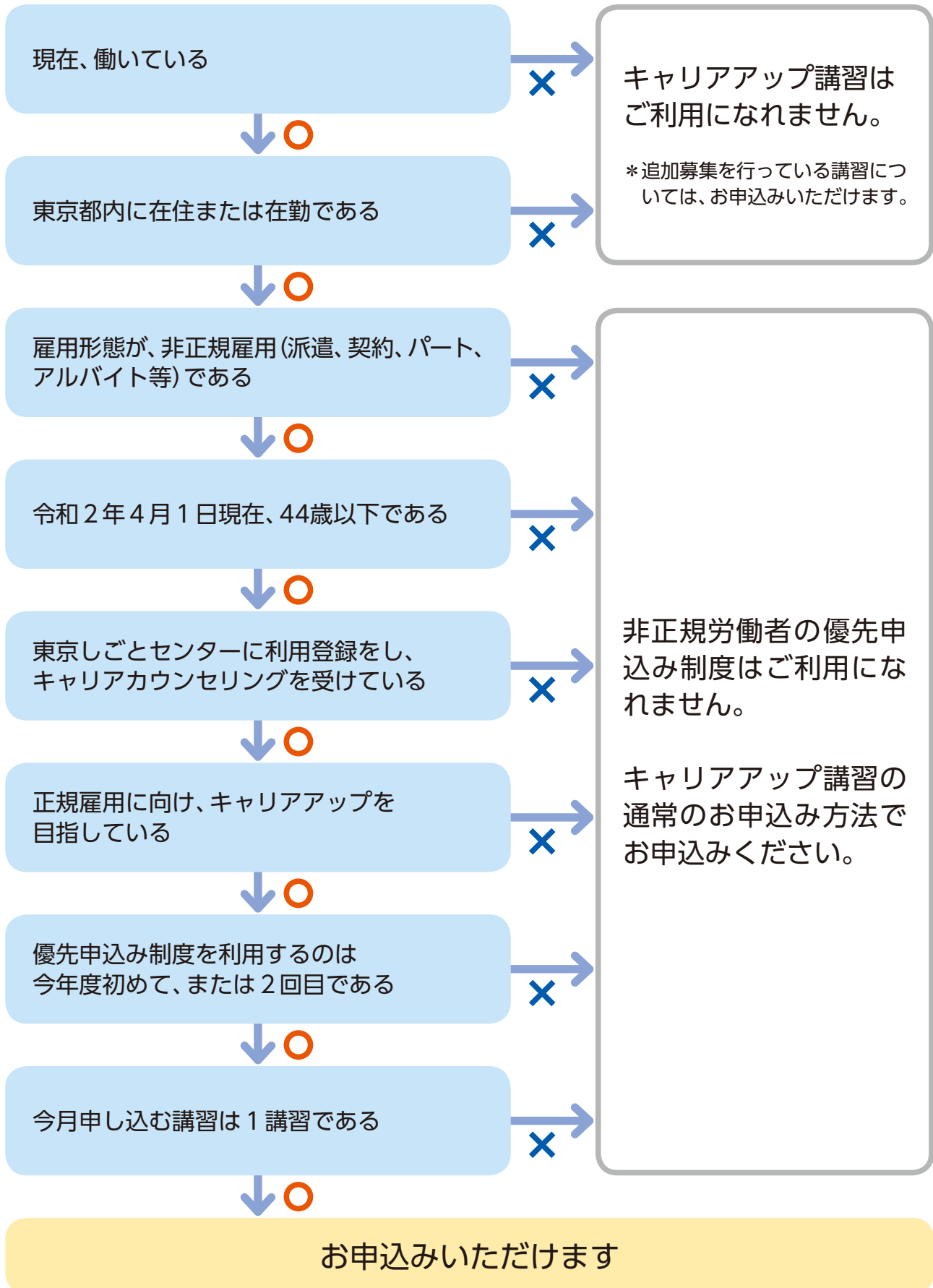
**Q. 受講できるかどうかはいつわかるのですか。**

**A.** 申込みを受付後、翌月15日ごろまでには、申込書に記載された住所に郵送でお知らせします。

**Q. セット科目とは何ですか。**

**A.** 1講習が(1)～(3)の連続した複数コースにわたる講習のことを指します。セット科目は、一連のコースを一括申込みいただくのが原則です。

## お申込みにあたってのフロー図



## 令和2年度 キャリアアップ講習一覧

※掲載の内容は、令和2年1月8日時点の情報です。講習名等が変更になる場合がありますので、お申込みの際は、「キャリアアップガイド2020」にてご確認ください。

<b>機械</b>	技能検定家具製作(2級)受検対策(機械加工)	第三種電気主任技術者科目合格対策(機械)
はじめてのCAD製図(AutoCAD)	技能検定家具製作(1級)受検対策(機械加工)	第三種電気主任技術者科目合格対策(法規)
機械図面の見方とCAD製図	はじめてのCAD製図(Jw_cad)	エネルギー管理士(電気分野)受験対策【初学者対象】
CAD製図(機械)【初級】	CAD製図(建築)(AutoCAD)【初学者対象】	2級電気工事施工管理技士(学科)受験対策
CAD製図(機械)【中級】	CAD製図(建築)(Jw_cad)【初学者対象】	2級電気工事施工管理技士(実地)受験対策
CAD製図(機械)【上級】	CAD製図(建築)(AutoCAD)【初級】	1級電気工事施工管理技士(学科)受験対策
3次元CAD(AutoCAD)	CAD製図(建築)(AutoCAD)【中級】	1級電気工事施工管理技士(実地)受験対策
3次元CAD(SolidWorks)【初級】	3次元CAD デジタルパス(AutoCAD)	CAD製図(電気設備)【初級】
3次元CAD(SolidWorks)【中級】	CAD製図による建築図面の作成	CAD製図(電気設備)【中級】
3次元CAD(Inventor)【初級】	CAD製図(建築)(Jw_cad)【初級】	電気工事の積算【初級】
3次元CAD(Inventor)【中級】	CAD製図(建築)(Jw_cad)【中級】	高圧電気(特別教育)
3次元CAD(CATIA V5)【初級】	CAD製図実践編(AutoCAD)	C言語によるマイコン制御
3Dモデルの作成と3Dプリンタ【初級】	CAD製図(建築)【上級】	リレーシーケンス制御【初級】
汎用旋盤【初級】	CAD製図(建築設備)【初級】	リレーシーケンス制御
汎用旋盤【中級】	CAD製図(建築設備)【中級】	シーケンス
汎用旋盤・フライス盤【初級】	CAD製図(造園)	業務用エアコンのシーケンス制御
汎用機械加工技術(旋盤・フライス盤)	CAD製図(Vectorworks)【初級】	インバータ技術によるモーター制御
技能検定機械加工(旋盤)(2級)受検対策	BIM(Revit)【初級】	PLCプログラミング【初級】
マシニングセンタ(プログラミング)【初級】	BIM(Revit)【中級】	PLCプログラミング【中級】
3次元CAD/CAMによる加工技術(Solidworks/Mastercam)	BIM(Revit)【上級】	デジタル回路【初級】
MasterCAMによる5軸加工【初級】	第三種冷凍機械責任者受験対策	工事担任者(AI・DD総合種)受験対策
アーク溶接(特別教育)	第二種冷凍機械責任者受験対策	消防設備士(甲種第4類)受験対策
ガス溶接(技能講習)	2級管工事施工管理技士(学科)受験対策	消防設備士(乙種第4類)受験対策
JIS溶接評価試験受験対策	技能検定冷凍空調(1・2級)(学科)受検対策	地上波デジタル放送設備
グラインダ安全作業(特別教育・自由研削)	技能検定冷凍空調(1・2級)(実技)受検対策	第一級陸上特殊無線技士受験対策
刃物研削とグラインダ安全作業(特別教育・自由研削)	技能検定建築配管(1・2級)受検対策	<b>印刷・広告</b>
機械要素と機構	消防設備士(甲種第1類)受験対策	Illustratorによる図形作成(Mac)【初級】
プラスチックの基本成形作業	ビル管理技術者受験対策	Illustratorによる図形作成(Mac)【中級】
危険物取扱者(乙種第4類)受験対策	第一種衛生管理者受験対策	Photoshopによる画像編集(Mac)【初級】
毒物劇物取扱者(一般)受験対策	内装業者のための水周りリフォーム工事【初級】	Photoshopによる画像編集(Mac)【中級】
生産工程管理【初級】	技能検定造園(2級)受検対策	はじめてのDTP(Mac)
生産現場改善【初級】	技能検定造園(1級)(実技)受検対策	Ai・Psによる印刷デザイン制作(Mac)
ビジネス・キャリア検定試験 生産管理(BASIC級)受験対策	屋上・壁面の緑化と管理	InDesignによる編集レイアウト(Mac)
品質管理【初級】	竹垣の施工	Illustratorによる図形作成(Windows)【初級】
QC検定(3級)受検対策	屋上緑化の施工	Photoshopによる画像編集(Windows)【初級】
<b>建築・設備</b>	施設内緑地の維持管理	Ai・Psによる印刷物制作(Windows)
手書き製図の基礎(建築)	測量士補受験対策	Illusutatorによる広告デザイン(Windows)【初級】
二級建築士(学科・法規)受験対策	土地家屋調査士受験対策	Illusutatorによる広告デザイン(Windows)【中級】
二級建築士(学科・構造)受験対策	測量機器の実践演習	POPレタリング
二級建築士(学科・施工)受験対策	公害防止管理者(水質関係第4種)受験対策	色彩検定(3級)受験対策
二級建築士(学科・計画)受験対策	宅地建物取引士の実務	色彩検定(2級)受験対策
二級建築士(設計製図)受験対策(基礎演習)	<b>電気・電子</b>	エアブラシによる特殊塗装技能
二級建築士(設計製図)受験対策(応用演習)	第二種電気工事士(学科)受験対策	技能検定オフセット印刷作業(実技)受検対策
2級建築施工管理技士受験対策	第二種電気工事士(実技)【初級】	技能検定塗装(金属塗装作業)(1・2級)受検対策
建築物の耐震診断と補強(木造住宅)	第二種電気工事士(実技)受験対策【初学者対象】	<b>経理・経営・事務</b>
福祉住環境コーディネーター検定試験®(2級)対策	第二種電気工事士(実技)受験対策	簿記【初級】
技能検定表装(壁装作業)(1・2級)受検対策	第一種電気工事士(学科)受験対策	再チャレンジ簿記
壁紙施工	第一種電気工事士(実技)受験対策	3級簿記受験対策【初級】
技能検定内装仕上げ施工(木質系床仕上げ)受検対策	第三種電気主任技術者入門	3級簿記受験対策
技能検定家具製作(2級)受検対策(手加工)	第三種電気主任技術者(電気数学・理論)【初級】	実践簿記
技能検定家具製作(1級)受検対策(手加工)	第三種電気主任技術者(電力・機械・法規)【初級】	2級簿記受験準備講習
	第三種電気主任技術者科目合格対策(理論)【初級】	2級簿記受験対策(商業簿記)
	第三種電気主任技術者科目合格対策(理論)	2級簿記受験対策(工業簿記)
	第三種電気主任技術者科目合格対策(電力)	1級簿記受験対策(商業簿記・会計学)
	第三種電気主任技術者科目合格対策(機械)【初級】	1級簿記受験対策(工業簿記・原価計算)

一からの実践経理
財務会計 (PCA 会計)
Excel でつくる財務会計
法人税の実務
消費税の実務
年末調整等の実務
年末調整と所得税の確定申告の実務
確定申告の書類作成
社会保険の実務
雇用保険と労災保険の実務
給与計算 (PCA 給与)
個人事業主のための会計・経理実務
経営分析の実務
中小企業の“価値”を高める経営戦略
企業会計実務
会社法における会社設立と運営実務
営業・販路開拓実践
ビジネスで成功するコミュニケーション講座
若手社員の基礎力アップ
CS を意識したコミュニケーション・プレゼン技法
ビジネスを円滑に進める交渉力・プレゼン技法
ビジネスチャンスを逃さない交渉力・プレゼン技法
ビジネスにおけるIoTの活用
クラウドアプリケーションを活用した経営・業務管理
個人事業主のためのホームページ作成と活用
中小企業のための戦略的 Web マーケティング講座
介護保険の請求実務
通関士受験対策
統計検定® (3級) 受験対策
<b>情報</b>
実務に役立つ Word 活用
Word 効率アップテクニック
文書作成 (Word) 【中級】実践編
Word (ビジネス活用編)
Word (図解によるビジネス資料作成)
ビジネス文書の作成 (Word・Excel)
ビジネス文書 (企画資料) の作成
表計算 (Excel) 【初級】
表計算 (Excel) 【中級】
表計算 (Excel) 【中級】実践編
実務で使える表計算 (Excel)
実務力向上 Excel (関数編)
Excel (関数活用編)
Excel (関数活用実践編)
Excel (ビジネス活用編)
Excel 効率アップテクニック
Excel によるビジネス資料作成 (販売管理)
Excel (関数・マクロ編)
Excel VBA 【初級】
Excel VBA 【中級】
Excel で学ぶ統計【初級】
Excel で学ぶ統計【中級】
ビジネスで活かす統計分析 (Excel) 【初級】
ビジネスで活かす統計分析 (Excel) 【中級】
ビッグデータ分析 (Excel)
セルフサービス BI によるビッグデータ分析 (PowerBI)
Excel (データ加工・分析編)
Excel によるデータベースの活用
Excel からデータ管理を移行するための Access 運用
データベース設計【初級】
データベース (Access) 【初級】

データベース (Access) 【中級】
データベース (Access) マクロ/VBA 入門
ビジネス文書の作成 (Excel・Access)
仕事で役立つデータベース (Access)
SQL によるデータベース操作【初級】
Access VBA 【初級】
日常業務のデータベース設計
Access VBA によるプログラミング
Access による業務管理実践編
Access によるテーブル設計
PowerPoint によるプレゼンテーション
PowerPoint による企画書作成
ロジカルシンキングによる企画書作成
PowerPoint (ビジネス活用編)
プレゼンテーションテクニック (PowerPoint 活用)
実務に役立つファイル操作とデータ管理
Office ソフトによるデータ活用
プログラミング【初級】
Python【初級】
Python【中級】
VB によるプログラミング
VB によるシステム構築
Visual C# によるプログラミング
C 言語
C++ 言語
C 言語による制御プログラミング
オブジェクト指向プログラミング (学科) 【初級】
Android アプリ開発入門
Android Studio によるアプリケーション開発
Android 開発【初級】
Android【初級】 (Web アプリケーション編)
Android プログラミングを利用した組み込みシステム技術
Web アプリケーション構築【初級】
JAVA【初級】
Java 言語
JavaScript
Web 作成 (JavaScript 編)
PHP【初級】
ホームページビルダーによるホームページ作成
PHP 言語による Web システム開発【初級】
HTML によるホームページ作成
HTML5 によるホームページの構築と運用
HTML5 と CSS3 によるホームページ作成
販売戦略のためのホームページ作成
Web 作成 (HTML 編)
Web 作成 (CSS 編)
Web サイトデザイン
Web サイト作成【初級】
Web サイトの素材制作
スマートフォン対応の Web サイト作成
jQuery による Web サイト開発
jQuery ライブラリ活用
WordPress による Web サイト制作
ドリームウィーバーによる Web サイト管理
社内情報化推進担当者のための基礎知識
社内ネットワークの構築と運用【初級】
社内ネットワークの構築と運用【中級】
社内情報化のためのネットワーク構築と情報管理 (学科)
はじめての Linux 講座
サーバ構築法

無線 LAN 構築とセキュリティ
ネットワーク構築法【初級】
ネットワーク構築法【中級】
ネットワークセキュリティ技術【初級】
ネットワークセキュリティ技術【中級】
ネットワークセキュリティ技術【上級】
OS とハードウェアの管理【初級】
OS とハードウェアの管理【中級】
情報セキュリティ
セキュリティ対策の基礎知識
ビジネスにおける情報リテラシー
情報セキュリティマネジメント受験対策
IT パスポート試験受験対策
基本情報技術者受験対策
<b>介護</b>
介護利用者や高齢者の住環境を整える整理収納技術
介護従事者のための介護記録作成【初級】
福祉用具活用【初級】
サービス提供責任者のための基礎知識
サービス提供責任者のための訪問介護計画作成
自立支援の介護技術
利用者の力を引き出す介護技術
介護福祉士 (学科) 受験対策【初級】
介護福祉士 (学科) 受験対策
介護支援専門員実務研修受講受験対策【初級】
介護支援専門員実務研修受講受験対策
<b>アパレル</b>
パターン設計と縫製
きものの仕立て方
製くつ (企画・デザイン) 【初級】
製くつ (企画・デザイン) 【中級】
製くつ (型紙) 【初級】
製くつ (型紙) 【中級】
製くつ (裁断)
製くつ (木型)
製くつ (製甲・紳士靴) 【初級】
製くつ (製甲・婦人靴) 【初級】
製くつ (製甲・紳士靴) 【中級】
製くつ (製甲・婦人靴) 【中級】
製くつ (手鈎底付・紳士靴)
製くつ (手鈎底付・婦人靴)
製くつ (機械底付・紳士靴)
製くつ (機械底付・婦人靴)
<b>その他</b>
ビルクリーニング技術【初級】
調理師になるための基礎知識
<b>建設人材育成事業</b>
建設人材育成事業 技能検定鉄筋施工 (1級) 受験対策 (学科)
建設人材育成事業 技能検定塗装 (建築塗装) (1級) 受験対策 (学科)
建設人材育成事業 技能検定型枠施工 (型枠工事作業) (1級) 受験対策 (学科)
建設人材育成事業 1級建築施工管理技士 (学科) 受験対策
建設人材育成事業 1級建築施工管理技士 (実地) 受験対策
建設人材育成事業 2級建築施工管理技士 (学科) 受験対策
建設人材育成事業 職長・安全衛生責任者教育
建設人材育成事業 2級電気工事施工管理技士 (学科) 受験対策

「福祉住環境コーディネーター検定試験®」は、東京商工会議所の登録商標です。  
「統計検定®」は、一般財団法人統計質保証推進協会の登録商標です。



## お申込みにあたって、以下の注意点を必ずご確認ください

- 申込みの要件（5ページ フロー図）をすべて満たす方が対象です。それ以外の方で、都内在住または在勤の在職者の方は、一般申込みをご利用ください。
- 講習内容、受講対象者、実施日、実施校等をよくご確認のうえ、お申込みください。
- 優先申込み枠を超えるお申込みがあった場合、抽選を行います。
- 「キャリアアップ講習」の授業料は有料です。（授業料免除ができる場合があります。）
- 優先申込み制度のご利用は、同一年度を実施する講習について、2回までです。当選後、授業料等のお支払いの手続きをしない場合も、1回の利用となりますのでご注意ください。
- 3回目のお申込みを行った場合は、無効になります。
- 同じ募集月に申込みができるのは1講習までです。（2講習以上の申込みがあった場合は、「キャリアアップガイド2020」に記載された講習番号（No.）のうち小さい番号の講習を採用し、そのほかの申込みは無効とします。）
- 講習時に本人確認を行う場合があります。

## 職業能力開発センター所在地一覧

■ 講習のお問い合わせは各講習の実施校（キャリアアップ講習担当）へどうぞ ■

センター・校名	所在地	電話・FAX番号	最寄り駅等
★中央・城北 職業能力開発センター	〒112-0004 文京区後楽1-9-5	電話:03(5800)3420 FAX:03(5800)3523	● 都営大江戸線 飯田橋駅(C2歩1分) ● JR総武線・東京メトロ 飯田橋駅(歩5分)
	高年齢者校 〒102-0072 千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター10階	電話:03(5211)2340 FAX:03(5211)2344	● JR総武線・東京メトロ 飯田橋駅(歩7分) ● JR総武線 水道橋駅(歩7分) ● 東京メトロ 九段下駅(歩10分)
	★板橋校 〒174-0041 板橋区舟渡2-2-1	電話:03(3967)5421 FAX:03(3967)2794	● JR埼京線 浮間舟渡駅(歩3分)
	赤羽校 〒115-0056 北区西が丘3-7-8	電話:03(3909)8333 FAX:03(3906)2544	● JR埼京線 十条駅(歩15分) ● 都営三田線 板橋本町駅(A2 歩12分) ● JR王子駅北口から国際興業バス 赤羽駅西口行 西が丘三丁目下車(歩1分) ● JR赤羽駅西口から国際興業バス 王子駅行 西が丘三丁目下車(歩2分)
★城南 職業能力開発センター	〒140-0002 品川区東品川3-31-16	電話:03(3472)3572 FAX:03(3472)3461	● 京浜急行線 青物横丁駅(歩10分) ● りんかい線 品川シーサイド駅(出口A 歩2分)
	大田校 〒144-0044 大田区本羽田3-4-30	電話:03(3744)1013 FAX:03(3745)6950	● 京浜急行空港線 大鳥居駅(歩5分)
★城東 職業能力開発センター	〒120-0005 足立区綾瀬5-6-1	電話:03(3605)6162 FAX:03(3605)6163	● 東京メトロ千代田線 綾瀬駅(歩8分) ● つくばエクスプレス 青井駅(歩12分)
	★江戸川校 〒132-0021 江戸川区中央2-31-27	電話:03(5607)3684 FAX:03(5607)4813	● JR総武線 新小岩駅(歩25分) ● 同 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) ● 同 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)
	台東分校 〒111-0033 台東区花川戸1-14-16 (3・4階)	電話:03(3843)5911 FAX:03(3843)8629	● 東京メトロ銀座線 浅草駅(歩8分) ● 都営浅草線 浅草駅(歩12分) ● 東武スカイツリーライン 浅草駅(歩5分) ● つくばエクスプレス 浅草駅(歩10分)
★多摩 職業能力開発センター	〒196-0033 昭島市東町3-6-33	電話:042(500)8610 FAX:042(500)8617	● JR青梅線 西立川駅 (南口歩7分)
	★八王子校 〒193-0931 八王子市台町1-11-1	電話:042(622)8384 FAX:042(628)3792	● JR中央線 八王子駅(歩18分) ● 京王線 山田駅(歩15分) ● JR八王子駅南口から京王バス 西八王子 駅南口行、法政大学(富士森公園経由)行、ま たは上大船・東京家政学院(山田駅経由)行 実践高校または富士森公園下車(歩5分)
	★府中校 〒183-0026 府中市南町4-37-2	電話:042(367)8204 FAX:042(367)8217	● 京王線 中河原駅(歩10分)
東京障害者 職業能力開発校	〒187-0035 小平市小川西町2-34-1	電話:042(341)1427 FAX:042(341)1451	● 西武国分寺線・拝島線 小川駅(歩5分) ● JR武蔵野線 新小平駅(歩20分)

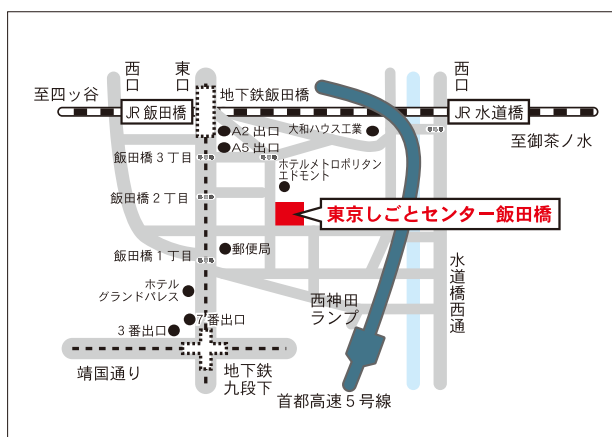
★印のセンター・校は月曜日休業(ただし、月曜日が祝日の場合は、翌火曜日以降の直近の平日が休業日)、  
★印の中央・城北職業能力開発センターは日曜日休業、その他のセンター・校は土曜日・日曜日・祝日休業です。

## 申込み先・地図

### 東京しごとセンター 飯田橋

千代田区飯田橋3-10-3

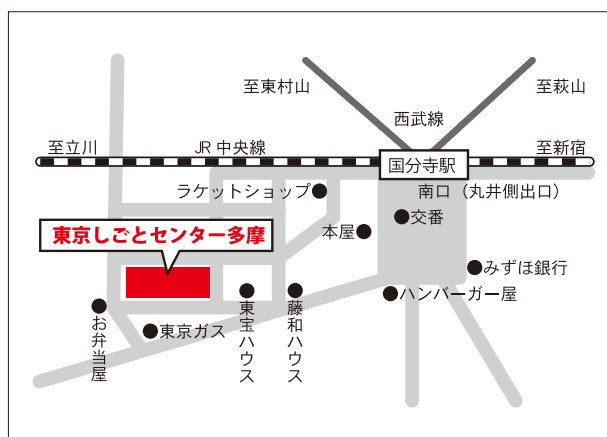
電話：03-5211-1571 (1階 総合相談)  
03-5211-2803 (2階 ミドルコーナー)  
03-5211-2851 (3階 ヤングコーナー)



### 東京しごとセンター 多摩

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  
電話：042-329-4510



## 講習に関するお問い合わせ先

各職業能力開発センター・校 (連絡先は9ページ参照)

## 優先申込み制度全般に関するお問い合わせ先

東京都産業労働局雇用就業部能力開発課

〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1 第一本庁舎21階  
電話(直通):03(5320)4719

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

TOKYOはたらくネット

検索



登録番号(31)220



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。