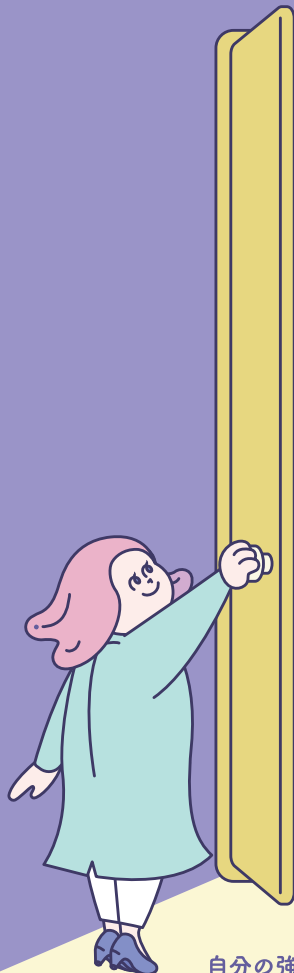


# 未来のわたしをデザインする キャリアステッププロジェクト

9回のキャリアアップ講座+「未来へつなぐ企業交流会」



その  
一歩は、  
未来を  
かえる  
きっかけになる

自分らしいキャリアステップに必要な『新しい学び』と  
自分の強みを発揮する方法を企業に伝える『未来へつなぐ企業交流会』の  
2つを軸としたプロジェクトが始動します！  
仕事をしたい・仕事にやりがい欲しい・仕事も家庭もあきらめたくない  
そんな自分のために未来のわたしをデザインしてみませんか？

定員  
25名

託児無料  
6か月～未就学児

2025. **7.11** 金・**9.19** 金 開催

募集期間 5.1(木) 9:00 ▶ 6.27(金) 12:00

会場

**TKPガーデンシティPREMIUM  
東京駅丸の内中央**

東京都千代田区丸の内1-9-1 丸の内中央ビル 12階

- JR山手線/JR中央線/JR京浜東北線/JR総武線 東京駅(日本橋口)直結
- 東京メトロ東西線 大手町駅(サピアタワー連絡口) 徒歩2分
- 東京メトロ銀座線/都営浅草線 日本橋駅(A3出口) 徒歩4分

対象

主に出産や子育て等の理由で離職し再就職を希望する女性や、  
正規雇用やキャリアアップを目指し転職を希望する女性

受講にあたっては、東京しごとセンター女性しごと応援テラスの利用登録をしていただきます。  
登録いただきますと、キャリアカウンセリングをはじめ、各種セミナーをご利用いただけます。

オンデマンドコースあり

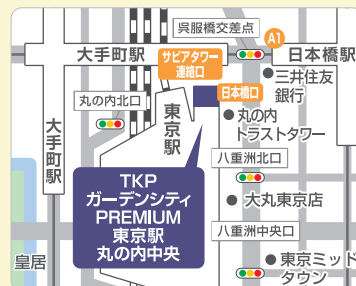
説明会あり(詳しく聞ける個別説明も可)

※災害等やむを得ない事情によって、中止や延期、また、カリキュラムの一部が変更になることがあります。なお、中止や延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

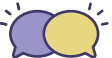
お申込みはこちら

キャリアステップ・プロジェクト 検索

<https://tokyoshigoto-terrace.jp/cstep/>



## 丸の内会場 講座日程（毎週 金曜 10:00～12:00 \*第7回のみ10:00～13:00）

|      |          |                                                                                    |                                                                                      |
|------|----------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 第1回  | 7月11日(金) | キャリアデザインI～キャリアツリーでわたらしさ発見～                                                         |                                                                                      |
| 第2回  | 7月18日(金) | 考え方の整理術～ロジカルシンキング・トレーニング～                                                          |   |
| 第3回  | 7月25日(金) | ゼロから学ぶ!会社の数字の読み解き方                                                                 |   |
| 第4回  | 8月1日(金)  | データでみる市場動向&女性リーダーに聞く本音                                                             |                                                                                      |
| 第5回  | 8月8日(金)  | がんばりすぎないコツを知る～セルフコンパッション～                                                          |   |
| 第6回  | 8月22日(金) | わたしプロデュース!魅力発見ワークショップ                                                              |   |
| 第7回  | 8月29日(金) | ～可能性はじぶん次第～『未来へつなぐ企業交流会』<br>・再就職を目指す女性と人材を求める企業の出会いの場です。<br>・自分の強みを発揮する方法を企業に伝えます。 |   |
| 第8回  | 9月5日(金)  | 自信が無くても大丈夫!<br>自分らしいリーダーシップスタイルを見つけよう                                              |   |
| 第9回  | 9月12日(金) | 実践!すぐに使えるコーチングコミュニケーション                                                            |  |
| 第10回 | 9月19日(金) | キャリアデザインII～未来に向けて・わたし再始動～                                                          |                                                                                      |

\*キャリアアドバイザー(担当制)が全10回の講座中に加え講座終了後も3か月間、個別にご相談を承ります。

受講までの流れ

申込み

ヒアリング

受講決定のお知らせ

※受講が決定した方には後日ご連絡を差し上げます。



### オンデマンドコース（動画視聴）

9回のキャリアアップ講座のうち、6つの講座をオンデマンド（動画）でご覧いただけるコースです。

- \*7月11日から視聴可能になります。
- \*お申込みには東京しごとセンターへのご登録が必要です。
- \*オンデマンドコースお申込みの方も、会場での受講のお申込みが可能です。

ご提供講座 ▶  マークがついた6講座のダイジェスト版です。



### 説明会

東京しごとセンターにて、プロジェクト概要をご紹介する説明会を開催。ご希望の方には当日、個別説明、受講お申込み、ヒアリングを承ります。

日程 .....  
2025.5.29(木) 全体説明会 10:30～11:00  
個別説明会 11:00～12:00

※お子さまと一緒にご参加いただけます。



### 今後の開催予定

10月開講 **渋谷会場** 募集期間 7.22(火)～9.16(火)

会場 TKPガーデンシティ渋谷

12月開講 **丸の内会場** 募集期間 9.17(水)～11.13(木)

会場 TKPガーデンシティPREMIUM  
東京駅丸の内中央

こんな方に  
おすすめ

子育てしながら  
思い切り働きたいなんて、  
わたし わがままかな

久しぶりのお仕事探し。  
でも“とりあえず”  
じゃない仕事かしたい

もっと自由に任せてもらえる  
仕事かしたいけど、  
責任が伴うのがちょっと怖いな

バリバリ働いている  
女性ってかっこいい。  
でも一握りの特別な人だけなのかな