



東京都

東京しごとセンター

女性しごと応援テラス

女性活躍の輪  
Women in Action

第7回

女性再就職サポートプログラム in 飯田橋

# デジタル事務基本 コース

## こんな方におすすめ

- ✓ 在宅勤務を視野にいて再就職したい
- ✓ 最近のデジタルアプリに触れてみたい
- ✓ 効率よく仕事を進めたい

## スタッフから

Teamsやkintoneのアプリの操作体験ができます

AIを使って自己PRを考え、面接練習もできます

実務に使えるExcel操作について学べます



託児無料

【満1歳～未就学児】

申込締切:10月26日(月)17時

※託児利用をご希望の方は、  
個別面談時にお申し出ください。

受講料

無料

定員

25名

日時

プログラム  
期間

令和8年 11月4日(水)～11月19日(木)

※土日祝日を除く 10:00～16:00

フォロー  
アップ  
セミナー

令和8年 12月18日(金)

10:00～16:00

場所

東京しごとセンター／職場体験先

お申込み  
できる方

- 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で現在離職されていて、再就職を希望する女性  
(その他の理由の方もご相談ください)
- 原則、全日程参加できる方
- パソコンの基本操作(ローマ字入力、ファイルの保存程度)ができる方

申込期間

9月17日(木)～10月22日(木)

※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となることがあります。なお、中止・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。※個人情報の取り扱いの詳細については<https://tokyoshigoto.jp/privacy>をご覧ください。

## 【アクセス】

- 飯田橋駅(JR中央・総武線 東口／  
(大江戸線・有楽町線・南北線 A2)徒歩7分／  
(東西線 A5)徒歩3分
- 九段下駅(東西線 7)徒歩8分／  
(半蔵門線・都営新宿線 3a・3b・5)徒歩10分

お気軽に個別面談会にお申込み下さい♪

お申込み・詳細はこちら

東京しごとセンター  
女性しごと応援テラス  
TEL.03-5211-2855

# デジタル事務基本コースカリキュラム

| 日程         | 科目 (10:00～16:00)                               | 日程                               | 科目 (10:00～16:00)                                                                                 |
|------------|------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11月4日 (水)  | ● オリエンテーション ● 自己理解と職種理解                        | 11月12日 (木)                       | ● 求人票・応募書類の基本 ● 自己PRを考える                                                                         |
| 11月5日 (木)  | ● DXの基礎 ● デザイン思考とは                             | 11月13日 (金)                       | ● 交流会 ● 職場体験準備                                                                                   |
| 11月6日 (金)  | ● オンラインコミュニケーションの基礎<br>(使用ツール:Microsoft Teams) | 11月16日 (月)<br>17日 (火)<br>18日 (水) | ● 職場体験<br><small>託児希望の方へ<br/>11月16日 (月)～11月18日 (水) は託児サービスは<br/>ございませんので、ご自身での手配をお願いします。</small> |
| 11月9日 (月)  | ● クラウド ● 生成AI ● 情報セキュリティ                       | 11月19日 (木)                       | ● 職場体験の振り返り ● 今後の活動計画作成<br>● 面接対策                                                                |
| 11月10日 (火) | ● 実務に役立つExcel活用<br>(使用ツール:Microsoft Excel)     | フォローアップセミナー (10:00～16:00)        |                                                                                                  |
| 11月11日 (水) | ● ノーコードツール<br>(使用ツール:kintone)                  | 12月18日 (金)                       | ● 面接における印象づくり (所作・話し方)<br>● 職場で活かすコミュニケーション力<br>● ストレスとの向き合い方 ● 面接対策                             |

※Microsoft TeamsおよびMicrosoft Excelは、Microsoft Corporationの米国およびその他の国における商標または登録商標です。※kintoneは、サイボウズ株式会社の登録商標です。

## 受講の流れ

個別面談の  
ご予約

個別面談会  
(30分程度)

受講決定の  
ご連絡

※ 各日個別面談会は16:30スタートが最終です。

※ 予約後、女性しごと応援テラス内の会場にて、プログラムの内容説明および面談を行います。

※ これまでのご経験や現在の状況等をお伺いしたうえで、受講が決定した方へのみご連絡いたします。

- ①本プログラムの対象は、主に結婚・出産・育児・介護などの理由で現在離職されていて、再就職を希望する女性となります。(その他の理由の方もご相談ください)
- ②12日間のプログラムとなります。原則全日程参加となります。
- ③パソコンの基本操作 (ローマ字入力・ファイルの保存程度) ができる方となります。
- ④職場体験先は受講者のご希望や適性等を踏まえ事務局にて決定するため、ご自身で選択いただくことはできません。
- ⑤受講料は無料ですが、東京しごとセンター・職場体験先までの交通費はご負担いただきます。

- ⑥就職が決まっていない場合は、フォローアップセミナーへの参加も必要です。
- ⑦本プログラムは就職を100%保証するプログラムではないことをご承知ください。
- ⑧過去に女性再就職サポートプログラムの受講経験がある方はご遠慮いただく場合があります。
- ⑨受講可否の結果等に関わるお問い合わせにつきましては、対応できかねます。
- ⑩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となることがあります。

## 参加者の声

ここでの学びは、技術以上に  
人との関わりや自分を知る  
いいチャンスです。  
この学びを応援しています。



12日間を終える頃には、きっと  
何かが変わっていると思い  
ます。まちががなく、宝物の  
ような時間になるはずです。  
がんばってください😊



人のマインドはたった12日間で  
変えることができます!!変わるこ  
とができます!!自分に正直に素直に、  
進む道を選んでください。



最初は不安もありましたが、講義  
内容は有意義で、とても充実して  
いました。スタッフや受講者の  
皆さんから、たくさんの勇気と  
パワーをもらえました。  
きっと新たな道が広がります。  
頑張ってください!



## 令和8年度 女性再就職サポートプログラム 今後の開催予定

第8回 経理基本コース 2026年 12/1 (火)～16 (水)

第9回 人事・給与計算コース 2027年 1/8 (金)～26 (火)

第10回 事務基本コース 2027年 1/29 (金)～2/17 (水)

第11回 医療事務コース 2027年 2/24 (水)～3/11 (木)

※ スケジュールは変更になる可能性がございます。あらかじめご了承ください。

お問合せ 東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

電話 03-5211-2855



公式: 女性しごと応援テラス



Instagram



X