東京都産業労働局

平成 28 年度

再就職を目指す女性のための

職業訓練ガイド

はたらく&TOKYO

contents

Ⅰ　再就職を目指す女性のための民間委託訓練を実施します。 …… 3

Ⅰ－1　女性向け委託訓練５日間コース
(Word・Excel 基礎科）のご紹介 …… 4~5

Ⅰ－2　女性向け委託訓練３か月コースのご紹介 …… 6~7

Ⅰ－3　女性向け委託訓練（家事・介護サービスコース）のご紹介 …… 8~9

Ⅱ　東京都立職業能力開発センター　訓練科目のご紹介 …… 10~13

Ⅲ　ハローワーク（公共職業安定所）　所在地一覧 …… 14

Ⅳ　都立職業能力開発センター　所在地一覧 …… 15

お問い合わせ先 …… 16

Ⅰ 再就職を目指す女性のための民間委託訓練を実施します。

●結婚、出産、育児等により退職したのち、再び就職を希望する女性に対して短期間の職業訓練を実施し、女性の再就職を支援します。
●受講料は無料です。（ただし、教科書代等は本人負担となります。）

平成 28 年度訓練概要（予定）

コース名	**女性向け委託訓練 5日間コース (Word・Excel 基礎科)** ※託児サービスあり （詳細は P4）	**女性向け委託訓練 3か月コース** （詳細は P6）	**女性向け委託訓練 家事・介護サービスコース** （詳細は P8）
訓練期間	5日間	3か月	3か月
定員・コース数	10 人× 20 コース	20 人程度×8コース	30 人程度× 5 コース
内容	Word・Excel の基礎的な操作方法を習得	民間教育訓練機関の提案により科目を選定（OA 系、事務系等）	介護職員初任者研修及び家事代行サービスで必要とされる知識・技能の修得
実施場所	住宅地域にある駅に近い公共施設等		民間教育訓練機関
訓練時間	昼間1日3～4時間程度 午前 10 時～午後3時		昼間1日6時間程度
就職支援	ハローワークが就職支援講習を実施	民間教育訓練機関が実施	民間教育訓練機関が実施

Ⅰ－1 5日間コース (Word・Excel基礎科)のご紹介

●再就職に役立つ Word・Excel の基礎的な操作方法を習得するための講習を、東京都が民間教育訓練機関に委託して実施します。

ポイント１▶ 短時間の訓練だから、育児・家事等をしながらでも受講しやすい！
ポイント２▶ 住宅地の駅近の会場だから、通学しやすい！
ポイント３▶ 無料託児サービス付きで、小さいお子様のいるお母さんも受講できる！
（託児サービスは１歳以上の未就学児が対象です）
ポイント４▶ 短期間の訓練だから、早期就職を目指す方に最適！

訓練時間 月曜日から金曜日まで、各日午前 10 時～午後３時（昼休み１時間含む）

実施時期・場所（予定）

※各区市と共催して実施します。

平成 28 年 6・7 月生

地域	会場	アクセス	募集期間	訓練実施期間
江戸川	タワーホール船堀	都営新宿線船堀駅徒歩１分	5/16～5/30	6/13～6/17
町田	町田市文化交流センター	JR 町田駅徒歩１分	5/16～5/30	6/20～6/24
調布	調布市市民プラザあくろす	京王線国領駅徒歩１分	6/6～6/20	7/4～7/8
練馬	男女共同参画センター えーる	西武池袋線石神井公園駅徒歩６分	6/6～6/20	7/11～7/15
大田	エセナおおた	JR 大森駅徒歩８分	6/27～7/11	7/25～7/29

平成 28 年 8・9・10 月生

地域	会場	アクセス	募集期間	訓練実施期間
大田	エセナおおた	JR 大森駅徒歩８分	8/1～8/15	8/29～9/2
江戸川	タワーホール船堀	都営新宿線船堀駅徒歩１分	8/1～8/15	9/5～9/9
調布	調布市市民プラザあくろす	京王線国領駅徒歩１分	8/1～8/15	9/12～9/16
町田	町田市文化交流センター	JR 町田駅徒歩１分	8/29～9/12	9/26～9/30
練馬	男女共同参画センター えーる	西武池袋線石神井公園駅徒歩６分	8/29～9/12	10/3～10/7

平成 28 年 11・12 月生

地域	会場	アクセス	募集期間	訓練実施期間
江戸川	タワーホール船堀	都営新宿線船堀駅徒歩１分	10/7～10/24	11/7～11/11
町田	町田市文化交流センター	JR 町田駅徒歩１分	10/7～10/24	11/14～11/18
調布	調布市市民プラザあくろす	京王線国領駅徒歩１分	10/31～11/14	11/28～12/2
練馬	石神井公園区民交流センター	西武池袋線石神井公園駅徒歩１分	10/31～11/14	12/5～12/9
大田	エセナおおた	JR 大森駅徒歩８分	11/21～12/5	12/19～12/23

平成 29 年 2・3 月生

地域	会場	アクセス	募集期間	訓練実施期間
町　田	町田市文化交流センター	JR 町田駅徒歩 1 分	1/6 ～ 1/23	2/6 ～ 2/10
江 戸 川	タワーホール船堀	都営新宿線船堀駅徒歩 1 分	1/16 ～ 1/30	2/13 ～ 2/17
練　馬	石神井公園区民交流センター	西武池袋線石神井公園駅徒歩 1 分	1/16 ～ 1/30	2/20 ～ 2/24
調　布	調布市市民プラザあくろす	京王線国領駅徒歩 1 分	1/30 ～ 2/13	2/27 ～ 3/3
大　田	エセナおおた	JR 大森駅徒歩 8 分	1/30 ～ 2/13	3/6 ～ 3/10

定　員	各会場とも 10 名（託児定員：各会場とも 10 名）
申込方法	申込期間中に申込書類を東京都能力開発課へ郵送または持参。
受講者の決定	応募者多数の場合、抽選となります。
その他	応募にはハローワークへの求職登録が必要です。

受講者の声

●わからないことを丁寧に教えてもらい、わかるようになった事で自信につながり今後の仕事を探すのにとてもプラスになる講習だった。

●初めての託児で不安もありましたが、大変よく見てくださり安心して預けられました。

●５日間でどれ位の事を教えてもらえるのだろう？と少し不安もありましたが、この短時間で excel の計算までできるようになるとは考えてなかったので満足しています。

●先生の説明は丁寧で非常にわかりやすかったです。毎日補講のときまで面倒を見ていただきまして本当にありがとうございました。

この訓練についての問い合わせ先
東京都産業労働局雇用就業部能力開発課
TEL　03-5320-4807

Ⅰ－2　3か月コースのご紹介

●結婚、出産、育児等により退職したのち、再び就職を希望する女性に、新たな知識・技能を短期間（3か月）で身に付けていただき、再就職へ向けた支援を行います。この訓練は、東京都が民間教育訓練機関に委託して実施します。

ポイント1▶ 短時間の訓練だから、育児・家事等をしながらでも受講しやすい！
ポイント2▶ 住宅地の駅近の会場だから、通学しやすい！
ポイント3▶ 女性が再就職しやすい訓練科目を設定！

訓練時間　原則として土曜日、日曜日、祝日を除く毎日。
おおむね午前10時～午後3時（科目により異なる）

科目内容　女性の再就職に役立つ科目をご用意しています。

実施時期・場所（予定）　※各区市と共催して実施します。

平成28年9月生

科目名	実施機関名	地域	会場	アクセス	募集期間	訓練実施期間
Webサイト制作科	プロフェッショナルエデュケーションセンター	町田	ぽっぽ町田	JR町田駅徒歩3分	6/28～7/12	9/1～11/30
パソコン・労務事務科	株式会社エイジェック	練馬	サンライフ練馬	西武池袋線中村橋駅徒歩3分		
ビジネスアプリケーション活用科	ランディック株式会社	葛飾	かつしかシンフォニーヒルズ	京成線青砥駅徒歩5分		
医療事務・調剤事務科	株式会社ソラスト	大田	ＴＫＰ Ｌｕｚ 大森カンファレンスセンター	JR大森駅徒歩3分		

平成28年12月生

科目名	実施機関名	地域	会場	アクセス	募集期間	訓練実施期間
経理事務科	資格の学校ＴＡＣ町田校	町田	町田市文化交流センター	JR町田駅徒歩1分	9/30～10/12	12/1～2/28
トラベルビジネス科	トラベル・アンド・コンダクター・カレッジ	練馬	練馬区立区民・産業プラザ	西武池袋線練馬駅徒歩1分		
医療事務・調剤事務科	東京未来大学 本郷校	葛飾	テクノプラザかつしか	京成線青砥駅徒歩12分		
オフィスワーク実践科	ヒートウェーブITアカデミー新宿校	大田	ＴＫＰ Ｌｕｚ 大森カンファレンスセンター	JR大森駅徒歩3分		

定員	各会場とも 20 名程度
申込方法	申込期間中に申込書類をハローワークもしくは東京しごとセンター（飯田橋・多摩）へ持参。申込書類は募集期間中にハローワーク等で配布する各パンフレットに添付及び「はらたくネット」に掲載されます。
受講者の決定	書類選考（小学生以下の児童を子育てしている方が優先されます）
対象	ハローワークへの求職登録または東京しごとセンターに利用登録している方で、受講開始日から遡って一年以内に公共職業訓練を受講していない方。

受講者の声

●自信をもって Excel と Word ができます、と言えるようになった。この機会はとても自分にとってプラスになり、社会に何か貢献できる気がしてうれしく思います。

●人間関係にも自信がつきました。３ヶ月間、年齢層がいろんな方と出会い、勉強でき、自信につながったのが何よりも良かったです。

●クラスの雰囲気がよく、再就職する前に社会にでる練習のような感じで通えたこと、クラスのみんなが応援してくれたことが、就職活動をする上で励みになりました。

●先生にも訓練生にも、とても恵まれた環境で、勉強できたのが何よりの収穫。

●再就職に対しての不安なども親身に聞いて頂けたので、メンタル的にも支えになりました。

この訓練についての問い合わせ先
東京都立中央・城北職業能力開発センター
再就職促進訓練室
TEL　03-5211-3240

Ⅰ－3 家事・介護サービスコースのご紹介

●家事や介護等の自らの経験を活かせる仕事への再就職を支援し、女性の社会進出を後押しします。
●今後大幅な市場規模の拡大が見込まれる家事代行サービスや訪問介護業界で働く人材を育成します。この訓練は、東京都が民間教育訓練機関に委託して実施します。

ポイント１▶ 求人の多い家事・介護サービス分野の訓練なので就職しやすい！
ポイント２▶ 拡大する家事代行サービス業界に、一歩先に進出できる！

訓練期間	３か月
訓練時間	原則として土曜日、日曜日、祝日を除く毎日。
科目内容	訪問介護が可能となる介護初任者研修の修了と、家事代行サービスで必要とされる知識・技能を習得。

実施時期・場所（予定）

平成 28 年 6 月生

科目名	実施機関名	最寄駅	募集期間	訓練実施期間
生活支援・保育・介護サービススキル養成科	東京未来大学 綾瀬校	綾瀬	4/1 ～ 4/14	6/1 ～ 8/31

平成 28 年 9 月生

科目名	実施機関名	最寄駅	募集期間	訓練実施期間
介護初任者研修・家事サービス科	読売理工医療福祉専門学校	三田	6/28 ～ 7/12	9/1 ～ 11/30

平成 28 年 11 月生

科目名	実施機関名	最寄駅	募集期間	訓練実施期間
介護初任者研修・家事サービス科	読売理工医療福祉専門学校	三田	8/26 ～ 9/9	11/1 ～ 1/31

平成 28 年 12 月生

科目名	実施機関名	最寄駅	募集期間	訓練実施期間
生活支援・保育・介護サービススキル養成科	東京未来大学 綾瀬校	綾瀬	9/30 ～ 10/12	12/1 ～ 2/28

平成 29 年 1 月生

科目名	実施機関名	最寄駅	募集期間	訓練実施期間
介護職員初任者・家事サービス科	東京豊島 IT 医療 福祉専門学校	池袋	10/28 ～ 11/11	1/4 ～ 3/30

定員	各会場とも 25 名程度
申込方法	申込期間中に申込書類をハローワークもしくは東京しごとセンター（飯田橋・多摩）へ持参。申込書類は募集期間中にハローワーク等で配布する各パンフレットに添付及び「はらたくネット」に掲載されます。
受講者の決定	書類選考
対象	ハローワークへ求職登録、もしくは東京しごとセンターの利用登録をしている方で、受講開始日から遡って一年以内に公共職業訓練を受講していない方。

受講者の声

●介護初任者研修の資格を取得したことにより就職の幅が広がりました。

●介護の世界で現実におきていることを知ることができた。再就職するにあたり、今回知り得たことを生かしたいと思う。

●介護についての知識や家事の基本について習得でき、家事支援の職に就くことができた。

●面接の受け方についての学習及び実習は就職において大いに役立った。

育児離職者向け e ラーニング委託訓練のご紹介

●結婚や出産、育児のために離職し、未就学児童を養育している方を対象とした、自宅の PC で履修可能な、e ラーニングコンテンツを用いた訓練（パソコン事務活用科、医療事務科、経理事務（簿記 3 級）科）です。

●3 日間のスクーリングによって就職支援を行います。

実施時期・場所（予定）

科目名	実施機関名	入校	募集期間	訓練実施期間
以下3科目のうち、1科目を選択 1．パソコン事務活用科 2．医療事務科 3．経理事務（簿記3級）科	池袋 コミュニティ・カレッジ PC カレッジ	7 月生	4/25 ～ 5/13	7/1 ～ 9/30
		10 月生	7/25 ～ 8/5	10/3 ～ 12/28
		1 月生	10/28 ～ 11/11	1/4 ～ 3/30

定員	各月 35 名程度
申込方法	申込期間中に申込書類をハローワークもしくは東京しごとセンター（飯田橋・多摩）へ持参。申込書類は募集期間中にハローワーク等で配布する各パンフレットに添付及び「はらたくネット」に掲載されます。
受講者の決定	書類選考
対象	ハローワークへ求職登録、もしくは東京しごとセンターの利用登録をしている方で、受講開始日から遡って一年以内に公共職業訓練を受講していない方。

この他東京都では、離職者の方が新たな知識・技能を短期間で習得し、再就職に役立てられるよう、下記の訓練を民間の教育訓練機関に委託して実施しています。様々な職種に対応できるよう、IT、医療・福祉、事務など幅広い訓練内容を提供しています。

この訓練についての問い合わせ先
東京都立中央・城北職業能力開発センター
再就職促進訓練室
TEL　03-5211-3240

Ⅱ 東京都立職業能力開発センター 訓練科目のご紹介

東京都立職業能力開発センター（校）では、就職、転職を目指す方のために、必要な知識・技能を習得できるよう、様々な科目をご用意し、職業訓練を実施しています。

その中でも、女性の入校者数の割合が比較的高い科目をご紹介します。

募集や申込方法、選考方法については、各職業能力開発センター（校）やハローワークで配布している「入校案内 2016」をご覧ください。

※訓練についての問合せ先は、P15 の各職業能力開発センター（校）となります。
※募集定員は、一回の募集定員数です。

授業料無料の科目　訓練期間：６か月

介護サービス

在宅福祉分野で働く訪問介護員や福祉施設等で介護に携わる職員に必要な知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
中央･城北、板橋、城南、江戸川、八王子、府中 各 15 名

○主な就職先
介護老人福祉施設、障害者施設、介護老人保健施設、病院、訪問介護事業所

福祉用具

福祉用具を使用する仕事に必要な用具の取扱い方法、介護の知識、介護保険・医療事務の知識、福祉住環境の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
八王子　15 名

○主な就職先
福祉用具販売、介護・医療関連会社、福祉住環境関連会社

調理

調理員として働くために必要な調理技術や食品衛生等の基本的な知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
多摩　30 名

○主な就職先
学校・病院・福祉施設・事業所等の給食施設

福祉調理

主に福祉施設の調理員として働くために必要な調理技術や食品衛生等の基本的な知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
大田　30 名

○主な就職先
病院、福祉施設、学校、事業所の給食施設

ファッションリテール

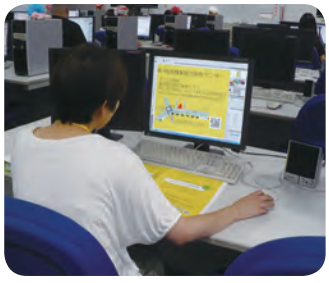
ファッション関連の販売員、営業担当者が必要とする販売実務、プレゼンテーションの知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
城南　20 名

○主な就職先
アパレルメーカー、卸･小売業、専門店

ＤＴＰ

パソコンによる書籍や雑誌等のページ編集、画像修正、デジタルデータ製作等に必要な知識・技能を習得します。



○実施校・募集定員
中央・城北　30 名

○主な就職先
印刷会社、印刷関連会社

印刷企画営業

印刷物の企画、デザイン見積り、原稿整理等の印刷企画営業に必要な知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
中央・城北　30 名
○主な就職先
製版・印刷会社の営業・制作部門

グラフィック印刷

ポスター等のカラー印刷のオフセット印刷機操作、品質管理、ＣＴＰについての知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
中央・城北　30 名
○主な就職先
印刷会社、プリプレス関連の出力部門

修了生の声

私は接客が好きで、10 年間飲食店で勤務していましたが、もっとお客様に近く、一緒に楽しめる仕事をしたいと考えていました。とはいうものの飲食業以外の経験がなく、なかなか踏み出せずにいた所に職業訓練の存在を知り応募しました。印刷企画営業科は座学で印刷知識を学ぶだけではなく、実際にお店へインタビューを行いポスターを作ったり、初訪問のシミュレーションを行うなど実践に近い形で学ぶことができました。現在は、希望通り印刷会社の営業として新しい仕事を始めています。まだまだ半人前ですが、お客様のニーズを先取りした、面白い商品やサービスを生み出していける営業になりたいです。

中央・城北職業能力開発センター
印刷企画営業科　修了生

指導員の声

東京都民の多くが暮らすマンション等共同住宅のストックは、年々増加傾向にあります。これらの住宅は定期的に改修、リフォームをしなければ快適な生活を送ることができません。当科では、マンション共用部の大規模修繕工事、占有部のマンションリフォーム工事で必要な知識、施工の技術・技能を習得することを目的としています。

リフォーム業界の特徴の一つとして、家庭の主婦層からの要望により工事が行われることが多いです。長年住み慣れた住まいをよりよくしたい主婦の要望に応えるためには、同じ女性の感性が求められています。現在、リフォーム業界では技術営業として多くの女性が活躍されています。また、業界的にも有効求人倍率が最も高い業界の一つでもあります。あなたのチャレンジをお待ちしています！

城南職業能力開発センター　マンション改修施工科指導員

住宅内外装仕上

住宅の内外装（壁、床）に必要な各種仕上げ工事の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
城東　10 名
○主な就職先
タイル工事会社、左官工事会社、内装工事会社、リフォーム会社

マンション改修施工

マンションリフォーム、マンション大規模修繕工事に必要な知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
城南　15 名
○主な就職先
リフォーム会社、中小建設会社、内外装・設備工事会社、不動産管理会社

住宅リフォーム

実技主体の訓練による集合住宅のリフォームに必要な施工、施工管理に関する知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
多摩　30 名
○主な就職先
住宅リフォーム関連会社

ビルクリーニング管理

ビル等の清掃現場で現場責任者が必要とする知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
城南　30 名
○主な就職先
ビル総合管理会社、ビルメンテナンス会社

建築ＣＡＤ

建築製図に必要な基礎知識と CAD による住宅設計の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
赤羽　30 名
○主な就職先
建築設計事務所、不動産業、建築関連業

三次元ＣＡＤ

三次元ＣＡＤによる操作法と設計に必要なモデリング、アセンブリ、解析等の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
板橋、多摩　各 30 名
○主な就職先
機械製造業、各設計事務所

授業料有料の科目　訓練期間：１年　授業料：年額 118,800 円

和装技術

和服の縫製を中心に和装全般の加工・販売・着付等の幅広い知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
高年齢者　30 名
○主な就職先
和服縫製業、呉服卸業、呉服店

アパレルパタンナー

婦人服のパターン（型紙）作成を中心に、企画・デザイン・ＣＡＤ・縫製等の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
城東　30 名
○主な就職先
アパレルの企画製造・販売会社、婦人服メーカー

広告美術

屋内外広告等のデザインから製作までの知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
大田　30 名
○主な就職先
広告製作・デザイン・ディスプレイ会社

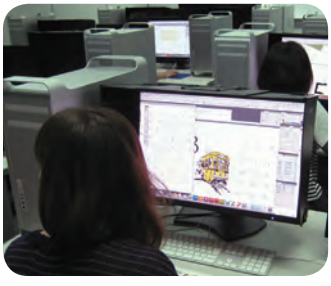
サイン・ディスプレイ

屋内外広告、ディスプレイ等のデザインと製作に必要な知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
板橋　30 名
○主な就職先
広告製作・デザイン・ディスプレイ会社

パソコングラフィック

ポスター等の商業印刷物を作成するための DTP・写真・デザイン・印刷などの知識技能を習得します。



○実施校・募集定員
中央・城北　30 名
○主な就職先
製版会社、印刷会社

Web 設計

Web サイトを活用したシステムの開発・運用に必要なプログラミングの知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
赤羽　30 名
○主な就職先
ソフトハウス・インターネット関連会社

都立職業能力開発センターでは、以下のように女性に一見不向きと思われる科目でも、実は多くの女性が訓練をし、就職先でも多くの方が活躍しています。あなたも仲間と一緒に切磋琢磨し、天職を見つけませんか？

授業料無料の科目　訓練期間：６か月

グリーンエクステリア

屋上緑化と庭や公園の造園施工・管理に必要な植栽、剪定、竹垣、ブロック積み等の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
江戸川　15 名
○主な就職先
造園、エクステリア、園芸関連会社

配管

給排水、冷暖房設備等の配管工事を中心とした管工事全般の知識技能を習得します。

○実施校・募集定員
城南　15 名
○主な就職先
水道工事店、設備工事会社、ビル管理会社

授業料有料の科目　授業料：年額 118,800 円

※「おおむね 30 歳以下」のおおむねとは後 5 歳までの幅を見込んでおり、35 歳以下の方を対象としています。

インテリアサービス

建築物の内装工事に必要な計画、設計、製図や床、壁、天井等の内装仕上げ施工の知識技能を習得します。※訓練期間は 1 年です。
※おおむね 30 歳以下の方が対象です。

○実施校・募集定員
城南　30 名
○主な就職先
設計事務所、工務店、内装・施工管理会社

修了生の声

30 歳を超え、未経験の分野に挑戦できる最後のチャンスと思い入校しました。授業についていけるか不安でしたが、学科と施工実習がバランスよく編成されたカリキュラムなので、学んだことを一つずつ理解していくことができました。先生方は皆プロとしてご活躍されているので、実践的なテクニックや建築業界の状況、就職に関するアドバイスなど実地に即した授業が受けられ、幅広いインテリア業界の中から自分に合った仕事を見つけられます。

城南職業能力開発センター
インテリアサービス科　修了生

自動車整備工学

２級自動車整備士に相当する知識技能を習得します。
※訓練期間は２年です。※おおむね 30 歳以下の方及び学校教育法による高等学校を卒業した方又はこれと同等以上の方が対象です。

○実施校・募集定員
江戸川、八王子
各 30 名
○主な就職先
自動車販売会社、自動車整備工場

電気工事

電気工事士として必要な各種配線工事、設計積算、施工管理等の知識技能を習得します。※訓練期間は 1 年です。

※おおむね 30 歳以下の方が対象です。
○実施校・募集定員
赤羽、城南、城東、多摩　各 30 名
○主な就職先
電気設備工事、保守管理、設計事務所

指導員も女性が活躍

職業能力開発センターの訓練を担う指導員にも実はたくさんの女性がいます。

アパレルや介護といった女性の就業ニーズが高い科目はもちろん、機械や建築など一見不向きな科目でも活躍しています。

“職業訓練は男性ばかり”というイメージをお持ちの方は、ぜひ見学にお越しいただき、雰囲気をその目で確かめてみてください！

Ⅲ ハローワーク（公共職業安定所）所在地一覧

ハローワーク（公共職業安定所）

所　名	所在地	電　話	管　轄
飯田橋	〒112-8577　文京区後楽 1-9-20	03-3812-8609	千代田区・中央区・文京区・島しょ
上　野	〒110-8609　台東区東上野 4-1-2	03-3847-8609	台東区
品　川	〒105-0012　港区芝大門 1-3-4 芝大門ビル	03-3433-8609	港区・品川区
大　森	〒143-8588　大田区大森北 4-16-7	03-5493-8609	大田区
渋　谷	〒150-0041　渋谷区神南 1-3-5	03-3476-8609	渋谷区・世田谷区・目黒区
新　宿	〒160-8489　新宿区歌舞伎町 2-42-10	03-3200-8609	新宿区・中野区・杉並区
	〒163-1523　新宿区西新宿 1-6-1 新宿エルタワービル 23F	03-5325-9593	
池　袋	〒170-8409　豊島区東池袋 3-5-13	03-3987-8609	豊島区・板橋区・練馬区
	〒170-6003　豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 3F	03-5911-8609	
王　子	〒114-0002　北区王子 6-1-17	03-5390-8609	北区
足　立	〒120-8530　足立区千住 1-4-1 東京芸術センター 6 ～ 8 階	03-3870-8609	足立区・荒川区
墨　田	〒130-8609　墨田区江東橋 2-19-12	03-5669-8609	墨田区・葛飾区
木　場	〒135-8609　江東区木場 2-13-19	03-3643-8609	江東区・江戸川区
八王子	〒192-0904　八王子市子安町 1-13-1	042-648-8609	八王子市・日野市
立　川	〒190-8609　立川市緑町 4-2 立川地方合同庁舎 1 ～ 3 階	042-525-8609	立川市・国立市・小金井市・昭島市・小平市・東村山市・国分寺市・東大和市・武蔵村山市
青　梅	〒198-0042　青梅市東青梅 3-12-16	0428-24-8609	青梅市・福生市・あきる野市・羽村市・西多摩郡
三　鷹	〒181-8517　三鷹市下連雀 4-15-18	0422-47-8609	三鷹市・武蔵野市・西東京市・東久留米市・清瀬市
町　田	〒194-0022　町田市森野 2-28-14 町田合同庁舎 1 階	042-732-8609	町田市
府　中	〒183-0045　府中市美好町 1-3-1	042-336-8609	府中市・稲城市・多摩市・調布市・狛江市

マザーズハローワーク（仕事と子育ての両立をめざす方等の就職を支援するハローワークです）

所　名	所在地	電　話
マザーズハローワーク東京	〒150-0002　渋谷区渋谷 1-13-7 ヒューリック渋谷ビル 3 階	03-3409-8609
マザーズハローワーク日暮里	〒116-0013　荒川区西日暮里 2-29-3　日清ビル 5 階	03-5850-8611
マザーズハローワーク立川	〒190-0012　立川市曙町 2-7-16 鈴春ビル 5 階	042-523-1509

ハローワークマザーズコーナー（ハローワークの、お子様連れで相談できるコーナーです）

所　名	所在地	電　話
ハローワーク大森マザーズコーナー	〒143-8588　大田区大森北 4-16-7	03-5493-8609
ハローワーク池袋マザーズコーナー	〒170-6003　豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60　3F	03-5911-8609
ハローワーク木場マザーズコーナー（船堀ワークプラザ）	〒134-0091　江戸川区船堀 3-7-17 第 5 トヨタビル 6F	03-5659-8612
ハローワーク八王子マザーズコーナー（八王子しごと情報館）	〒192-0083　八王子市旭町 10-2 八王子 TC ビル 3F	042-680-8403
ハローワーク町田マザーズコーナー	〒194-0022　町田市森野 2-28-14 町田合同庁舎 1F	042-732-8564
ハローワーク府中マザーズコーナー（調布国領しごと情報広場）	〒182-0022　調布市国領 2-5-15 コクティー 2F	042-480-8103

Ⅳ 東京都立職業能力開発センター所在地一覧

校　　名	電話番号	郵便番号	所　在　地	最　寄　り　駅
中央・城北職業能力開発センター	03-5800-2611	112-0004	文京区後楽 １－９－５	都営大江戸線 飯田橋 C2　歩１分 JR 総武線・東京メトロ 飯田橋　歩５分
高年齢者校	03-5211-2340	102-0072	千代田区飯田橋 ３－１０－３ 東京しごとセンター １０～１２階	JR・東京メトロ 飯田橋　歩７分 JR 水道橋　歩７分 東京メトロ 九段下　歩１０分
板橋校	03-3966-4131	174-0041	板橋区舟渡 ２－２－１	JR 埼京線 浮間舟渡　歩３分
赤羽校	03-3909-8333	115-0056	北区西が丘 ３－７－８	JR 埼京線 十条　歩１５分 都営三田線 板橋本町　歩１２分
城南職業能力開発センター	03-3472-3411	140-0002	品川区東品川 ３－３１－１６	京浜急行線 青物横丁　歩１０分 りんかい線 品川シーサイド出口Ａ　歩２分
大田校	03-3744-1013	144-0044	大田区本羽田 ３－４－３０	京浜急行空港線 大鳥居　歩５分
城東職業能力開発センター	03-3605-6140	120-0005	足立区綾瀬 ５－６－１	JR 常磐線・東京メトロ千代田線 綾瀬　歩８分 つくばエクスプレス 青井　歩１２分
江戸川校	03-5607-3681	132-0021	江戸川区中央 ２－３１－２７	JR 総武線 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 JR 総武線 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
台東分校	03-3843-5911	111-0033	台東区花川戸 １－１４－１６	東京メトロ銀座線 浅草　歩８分 東武スカイツリーライン 浅草　歩５分 都営浅草線 浅草　歩１２分 つくばエクスプレス 浅草　歩１０分
多摩職業能力開発センター	042-500-8700	196-0033	昭島市東町 ３－６－３３	JR 青梅線 西立川　歩７分
八王子校	042-622-8201	193-0931	八王子市台町 １－１１－１	JR 中央線 八王子　歩１８分　京王線 山田　歩１５分 JR 中央線 八王子駅南口から法政大学行（富士森公園経由） 上大船行（山田駅経由）、東京家政学院行（山田駅経由） 西八王子駅南口行　実践高校又は富士森公園下車　各歩５分
府中校	042-367-8201	183-0026	府中市南町 ４－３７－２	京王線 中河原　歩１０分
東京障害者職業能力開発校	042-341-1411	187-0035	小平市小川西町 ２－３４－１	西武国分寺線・西武拝島線 小川　歩５分

委託訓練（５日間コースを除く）についてのお問い合わせ先

※都立職業能力開発センター(校)についてのお問い合わせは、P15「都立職業能力開発センター」へお願いいたします。

都立中央・城北職業能力開発センター 再就職促進訓練室

電話：０３－５２１１－３２４０

所在地：千代田区飯田橋３－１０－３　東京しごとセンター１０階

飯田橋駅
- JR中央・総武線「東口」下車徒歩7分
- 都営地下鉄大江戸線・東京メトロ有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分
- 東京メトロ東西線「A5出口」より徒歩3分

水道橋駅
- JR中央・総武線「西口」下車徒歩5分

九段下駅
- 東京メトロ東西線「7番出口」より徒歩8分
- 東京メトロ半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3番出口」より徒歩10分

５日間コースについてのお問い合わせ先

東京都産業労働局雇用就業部能力開発課

電話：０３－５３２０－４８０７

所在地：新宿区西新宿２－８－１第一本庁舎 31 階北側

職業訓練についてはこちらでもご案内しております。

ＴＯＫＹＯはたらくネット（東京都の雇用就業に関する総合 WEB サイト）

http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/school/index.html

発行　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 31 階北側
電話：０３－５３２０－４８０７

平成 27 年度登録第 264 号／印刷：昭和商事株式会社

R70
VEGETABLE OIL INK
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。