

働くために
学びたい方向け



令和5年8月入校生

女性向け委託訓練
受講生募集のご案内

3か月訓練

3か月訓練(オンライン)

8月入校生

申込期間

6月2日(金)～6月15日(木)

お申込みは各ハローワークの職業訓練窓口へ!

東京都産業労働局

1 訓練受講のご案内

女性向け委託訓練について

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方等を対象に、新たな知識・技術を短期間（3か月）で身に付け、雇用へ向けた支援を行うための職業訓練です。

この訓練は、東京都が民間の教育訓練機関に委託して実施します。

訓練について

訓練期間 3か月訓練 令和5年8月1日(火)から 令和5年10月31日(火)まで
3か月訓練(オンライン) 令和5年8月1日(火)から 令和5年10月31日(火)まで
※都合により、期間の変更が生じる場合がありますので、ご注意ください。

訓練時間 授業は、原則として土曜日、日曜日及び祝日を除く毎日、おおむね午前10時から午後3時までです。
※科目により時間が異なりますので、各科目案内(P.4～P.7)をご覧ください。

受講料 無料です。ただし、教科書代、通信料、健康診断料、関連資格の受験料等は本人負担となります。

訓練内容 各科目案内(P.4～P.7)をご参照ください。
3か月訓練は、原則、通所による訓練を実施いたします。
3か月訓練(オンライン)は、学科はオンラインによる同時双方向型の訓練を主として行い、学科の一部、実技、就職支援は、通所による訓練で実施いたします。
また、就職支援は各実施施設により内容が異なりますので、直接実施施設へお問合せください。
就職支援は就職のあっせんではありません。
なお、受講生の方には、訓練期間中、就職支援時間内や放課後等時間外に、ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティングを受けていただきます。
※都合により、科目内容、定員及び会場の変更、又は中止となる場合がありますので、ご了承ください。

必要設備等 3か月訓練(オンライン)では、訓練を受講するために、パソコン等の機器や通信環境、アプリケーション(Zoom等)などが必要となります。各実施施設で条件が異なりますので、事前に必ずご確認ください。

施設見学会 各実施施設で**施設見学会**を実施します。見学会で**実際に訓練を受ける場所や内容を確認されることをお勧めします。**
また、見学会は事前に予約が必要な場合もありますので、各科目案内(P.4～P.7)で確認してください。
※新型コロナウイルス感染の拡大防止の観点から、施設見学会を中止する可能性があります。
施設見学を希望される方は、事前予約の要・不要に関わらず、必ず事前に実施施設に開催の有無を確認してください。

その他 (1) 修了後取得できる関連資格に介護職員初任者研修が記載されている科目についての留意事項
① 実習(施設訪問等)が必須の場合もあり、以下の方は実習が受けられないことがあります。
・ 妊娠中の方
・ 感染症の方
・ 日常生活で補助器具を必要とする方
② 欠席等により必修の訓練カリキュラムを履修できない場合には資格を取得できません。
(2) 就職活動について相談を希望される方は、「ハローワーク(公共職業安定所)」(P.10参照)、「東京しごとセンター」及び「東京しごとセンター多摩」(裏表紙参照)でご相談いただけます。ぜひ、ご利用ください。

応募方法

応募資格

結婚、出産、育児等により退職したが、その後再び就職を希望しており、ハローワーク（公共職業安定所）に求職申込みをしている方又は東京しごとセンター（飯田橋・多摩）に利用登録している方で、原則、受講開始日から遡って1年以内に公共職業訓練又は求職者支援訓練の実践コースを受講していない方です。

※東京しごとセンター（飯田橋・多摩）で申込む場合は、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）が必要となります。時間に余裕をもってお申込みください。

※女性向け委託訓練ですが、要件を満たす男性もご応募できます。

申込期間

令和5年6月2日（金）から令和5年6月15日（木）まで

※申込期間を過ぎての申込み及び科目の変更はお受けできません。

申込方法

受講を希望されるご本人が住所地を管轄するハローワーク（公共職業安定所）又は東京しごとセンター（飯田橋・多摩）へ「女性向け委託訓練（3か月コース）受講申込書」に返信用封筒を添えてお申込みください。

（記入例）

①申込書

「女性向け委託訓練（3か月コース）受講申込書」（P.12～P.13）の表と裏の太枠内に必要事項を記入し、必ず写真（縦3.0cm×横2.4cm）を貼ってください（記入方法はP.11参照）。

②返信用封筒

選考結果を申込者全員に通知します。右の記入例のように

「長3」封筒に必要事項を記入し、94円切手を貼ってください。

※①②とも消せるペンや鉛筆は使用しないでください。

※郵送でのお申込みはできません。

※雇用保険を受給できる方、又は雇用保険失業給付の受給資格がない方で国の求職者支援制度による職業訓練受講給付を希望する方は、必ず住所地を管轄するハローワークにお申込みください。

※ご提出いただいた申込書は返却いたしませんので、ご了承ください。

94円切手	□□□□□□	あなたの住所	縦 23.5 センチメートル
志望科目番号・科名	あなたの氏名		

横 12センチメートル

選考・合格発表等について

選考

申込書の記載内容により書類選考を行います。

合格発表

選考結果は、令和5年7月7日（金）以降に郵送で通知します（郵便事情により前後する場合があります）。

※7月10日（月）までに通知がない場合は、11日（火）以降に東京都再就職促進訓練室（裏表紙参照）へお問合せください。

※辞退を申し出た方にも、辞退を受け付けた旨の通知を送付します。

※合否結果以外の選考に関する問合せにはお答えできませんので、ご了承ください。

※就職決定等の理由により、やむを得ず訓練を辞退する場合は、東京都再就職促進訓練室へ必ずご連絡ください。辞退のご連絡は、できる限り合格発表前までをお願いします。（連絡先：裏表紙参照）

合格者入校手続

東京都の入校手続は郵送で行います。

なお、東京都が指定した日までに入校の手続きを完了しなければ訓練辞退となりますので、ご了承ください。

※詳細は合格通知の際にお知らせします。

その他

- ①本パンフレットの職業訓練と、他の公共職業訓練との併願はできません。
- ②本訓練に入校後は、東京都立中央・城北職業能力開発センターの生徒として、各訓練機関で訓練を受講していただきます。
- ③応募者が定員に満たない科目は、訓練の実施を中止する場合があります。中止の場合は、**7月7日(金)**までに郵送にて通知いたしますのでご了承ください。
- ④訓練受講開始日において、雇用保険の受給資格のある方又は受給中の方で、公共職業安定所長の受講指示を受けて受講される方は、訓練期間中、雇用保険の失業給付(基本手当、受講手当及び通所手当)が支給されます(詳しくは、住所地を管轄するハローワーク(公共職業安定所)へお尋ねください)。
- ⑤雇用保険失業給付の受給資格がない方で、一定の要件を満たす場合は、国の求職者支援制度による職業訓練受講給付の対象となる場合があります。給付を受けながら訓練受講を希望される方は、ハローワークへ事前にご相談の上、お申込みください(詳細は、ハローワークへお問合せください)。
- ⑥合否結果以外の選考に関する問合せにはお答えできませんので、ご了承ください。
- ⑦各訓練機関での感染症対策指示にはご協力くださいますようお願いいたします。

問合せ先

ご質問の内容によって、問合せ先が異なりますのでご注意ください。

質問項目	問合せ先
①訓練カリキュラム(就職支援も含む)の内容について	各科目の実施施設(P.4～P.7参照)
②女性向け委託訓練全般について	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(裏表紙参照)
③雇用保険の失業給付(基本手当・受講手当・通所手当)について	住所地を管轄するハローワーク(P.10参照)
④求職者支援制度(職業訓練受講給付金)について	

MEMO

2 科目案内

科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
1	ビジネスソフト実践科	キーボード入力ができる方で、修了後関連職種に就職を希望する方	初級
<p>●コースの内容 WordやExcelをMOS資格取得レベルまで、またPowerPointの基礎も習得し、業務で活用できるスキルを身につけます。実務を想定した演習問題で実践力を養うとともに、資格取得を目指します。</p> <p>●受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります) ①Microsoft Office Specialist (MOS) 2019 Word, Excel ②JBSビジネスコンピュータ技能資格 3級,2級 ③JBS日本語ワープロ技能資格 3級,2級,1級</p> <p>●目標とする人材像 オフィスで必要なPCスキルを習得し、目的に応じた書類作成、情報整理・分析ができる実践力を身につけ、幅広い職場で活躍できる人材</p> <p>●修了後の関連職種 一般事務、営業事務、データ入力業務、サポート業務など、パソコンを使用する職種全般</p> <p>●主な訓練カリキュラム</p>		<p>《実施施設》 専門学校中野スクールオブビジネス 所在地：東京都武蔵野市吉祥寺南町2-4-1 TEL：0422-79-1100</p> <p>《最寄駅(路線)》 吉祥寺駅(JR線、京王井の頭線)</p> <p>《地図》 8ページ参照 《定員》 30人 《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火) 《訓練時間》 10時～14時50分 《教科書代》 8,800円 《施設見学会日程》 ●6月 8日(木) 15時15分 ●6月13日(火) 15時15分 (要事前予約)</p> <p>《備考》 受付時間：平日9時～17時 ※上記日程で参加できない場合は電話でご相談ください。</p>	
学科 (8H)	<ul style="list-style-type: none"> ハードウェア ソフトウェア セキュリティ 		
実技 (221H)	<ul style="list-style-type: none"> パソコン基礎 Word検定対策 Excel検定対策 Word演習 Excel演習 PowerPoint演習 ビジネス実践 		
就職支援 (21H)	<ul style="list-style-type: none"> 求人情報と自己理解 面接への臨み方 企業説明会(時間外実施予定) ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外を含めて実施) 応募書類の書き方 就職活動再点検 		


科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
2	オフィスワーク実践科	Windowsの基本操作・ローマ字の入力ができ、修了後関連職種に就職を希望する方	初級
<p>●コースの内容 パソコンの基礎知識から入り、Microsoft Office アプリケーション操作法(Word、Excel、PowerPoint)を学習します。特にWord、Excelは資格取得レベルまで取り入れ、他の転職者との差別化を図ります。一通り学習後、反復練習を重ね、基本操作を確実にマスターします。</p> <p>●受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります) Microsoft Office Specialist (MOS) 2019 Word,Excel</p> <p>●目標とする人材像 各種資料作成のツールとなるWord、Excel、PowerPointの操作方法を習得し、企業において即戦力となる人材</p> <p>●修了後の関連職種 一般事務、営業事務などの一般企業におけるパソコンを使用する職種全般</p> <p>●主な訓練カリキュラム</p>		<p>《実施施設》 ヒートウェーブITアカデミー 新宿校 所在地：新宿区歌舞伎町2-46-5 KM新宿ビル7階 TEL：03-6380-3082</p> <p>《最寄駅(路線)》 西武新宿駅(西武新宿線) 新大久保駅(JR山手線) 新宿駅(JR、私鉄、地下鉄各線) 東新宿駅(東京メトロ副都心線、都営地下鉄大江戸線)</p> <p>《地図》 8ページ参照 《定員》 30人 《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火) 《訓練時間》 10時～14時20分 《教科書代》 13,000円 《施設見学会日程》 ●6月 9日(金) 16時 ●6月14日(水) 16時 (要事前予約)</p> <p>《備考》 ※施設見学会は1時間程度です。 ※筆記用具をご持参ください。</p>	
学科 (12H)	<ul style="list-style-type: none"> パソコン基礎 		
実技 (168H)	<ul style="list-style-type: none"> Word基礎、応用 Excel基礎、応用 PowerPoint基礎 		
就職支援 (16H)	<ul style="list-style-type: none"> 就活講座 企業説明会(時間外実施) ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外実施の場合有) 		

科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
3	医療事務・パソコン操作科	修了後関連職種に就職を希望する方	初級
<p>● コースの内容 医療保険制度の仕組みから学び、点数算定方法を習得し、診療報酬明細書の作成が出来るまでの知識習得と診療報酬明細書については、手書きによる作成において理解を深めた上で、実践力として医療ソフト「医事 Navi III」を活用したパソコン操作スキルを身に付けます。</p> <p>● 受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります) ① 診療報酬請求事務能力認定試験(医科) ② 医科医療事務検定 3級,2級</p> <p>● 目標とする人材像 医療事務業務に必要な基礎知識があり、病院・診療所における受付、診療費計算、診療明細作成、保険請求ができ、患者様への接客スキルのある人材</p> <p>● 修了後の関連職種 病院、診療所(クリニック)等の総合受付・会計担当・事務スタッフ等</p> <p>● 主な訓練カリキュラム</p>		<p>《実施施設》 資格の学校TAC 町田校 所在地：東京都町田市森野1-14-17 西友町田店6階 TEL：【職業訓練本部】03-5276-8922</p> <p>《最寄駅(路線)》 町田駅(JR線、小田急線)</p> <p>《地図》 8ページ参照</p> <p>《定員》 30人</p> <p>《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火)</p> <p>《訓練時間》 10時～14時40分</p> <p>《教科書代》 10,000円</p> <p>《施設見学会日程》 ● 6月 7日(水) 11時 ● 6月 12日(月) 11時 ※事前予約不要</p>	
学科 (148H)	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション・安全衛生 ・医療事務の知識 ・問題演習 ・患者接客マナー 		
実技 (40H)	<ul style="list-style-type: none"> ・パソコン基礎 ・医療ソフト操作実習 ・電子カルテ実習 		
就職支援 (24H)	<ul style="list-style-type: none"> ・求人情報の収集方法 ・応募書類の書き方 ・面接対策 ・企業説明会 ・ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外を含めて実施) 		

科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
4	OA 会計科	パソコンの基本操作ができ、修了後関連職種に就職を希望する方	初級
<p>● コースの内容 Excelを資格取得レベルまで身につけ、実務で実践できるスキルを習得します。基本的なオフィスソフトの知識以外に、簿記3級知識を習得することで、経理事務職に関連するスキルを習得します。多くの演習問題を行い、資格取得やスキルアップを目指します。</p> <p>● 受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります) ① Microsoft Office Specialist (MOS) 2019 Excel ② 日商簿記検定試験 3級</p> <p>● 目標とする人材像 表計算処理の業務をスムーズに実践でき、帳簿知識・決算・財務諸表などの知識を身に付け、経理・一般会計の基本的業務ができる人材</p> <p>● 修了後の関連職種 一般事務、営業事務、経理・総務事務など</p> <p>● 主な訓練カリキュラム</p>		<p>《実施施設》 池袋コミュニティ・カレッジ PCカレッジ 所在地：豊島区南池袋1-28-1 西武池袋本店別館9階 TEL：03-5950-9821</p> <p>《最寄駅(路線)》 池袋駅(JR、私鉄、地下鉄各線)</p> <p>《地図》 8ページ参照</p> <p>《定員》 30人</p> <p>《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火)</p> <p>《訓練時間》 10時～15時</p> <p>《教科書代》 12,100円</p> <p>《施設見学会日程》 ● 6月 13日(火) 11時 (要事前予約)</p>	
学科 (120H)	<ul style="list-style-type: none"> ・MOS Excel講習(模擬テスト含む) ・簿記3級 ・簿記3級答案練習 		
実技 (85H)	<ul style="list-style-type: none"> ・Excel基礎・応用 ・MOS Excel演習 		
就職支援 (20H)	<ul style="list-style-type: none"> ・応募書類対策 ・面接対策 ・ビジネスマナー ・ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外を含めて実施) 		

科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
5	Webデザイナー (オンライン)科	Officeソフトが利用できる程度のパソコン操作や知識を持ち、コミュニケーション能力がある方。修了後関連職種への就業を希望する方	中級
<p>●コースの内容</p> <p>Webサイト制作・運営管理ができる即戦力を目指し、コーディングとデザインスキルを習得します。スマートフォンサイト制作・作業効率UPのためのAdobeXDも活用し実践力を養います。卒業時には就職活動PR材料となるポートフォリオを完成させます。</p> <p>●受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります)</p> <p>Webクリエイター能力認定試験 エキスパート</p> <p>●目標とする人材像</p> <p>一般的なWeb制作業務だけではなく、Webサイトの企画から運用までクライアントに対しWeb技術を総合的に考えることのできる人材</p> <p>●修了後の関連職種</p> <p>Webクリエイター、Webデザイナー、HTMLコーダー、フロントエンドエンジニア、Webディレクター、一般企業でのWeb担当者</p> <p>●主な訓練カリキュラム(オンライン訓練は約148時間予定)</p>		<p>《実施施設》</p> <p>インタープランITスクール 新宿校</p> <p>所在地：新宿区愛住町22 第3山田ビル2F</p> <p>TEL：050-1807-1566</p> <p>《最寄駅(路線)》</p> <p>曙橋駅(都営新宿線) 四谷三丁目駅(東京メトロ丸ノ内線)</p> <p>《地図》 9ページ参照</p> <p>《定員》 30人</p> <p>《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火)</p> <p>《訓練時間》 10時～14時40分</p> <p>《教科書代》 10,800円</p> <p>《施設見学会日程》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●6月 5日(月) 14時 ●6月 6日(火) 14時 ●6月 7日(水) 14時 ●6月13日(火) 14時 <p>(要事前予約)</p>	
学科(156H)	<ul style="list-style-type: none"> ・安全衛生 ・パソコン基礎 ・HTML5・CSS3基礎 ・Webデザイン基本知識 ・プロトタイプWebデザイン(XD) ・レスポンシブWebデザイン ・バナー・ロゴデザイン(Ai/Ps) ・Webマーケティング ・Webサイト制作・プレゼンテーション方法 		
実技(24H)	<ul style="list-style-type: none"> ・Illustrator基礎 ・Photoshop基礎 		
就職支援(12H)	<ul style="list-style-type: none"> ・就職支援(履歴書・職務経歴書・面接対策指導) ・ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外実施の場合有) 		
●オンライン訓練について	必要な設備・推奨環境	受講可能機器	PC
		パソコン機器等推奨環境	CPU：intel Core i5(第6世代以降)以上 OS：Windows10、macOSバージョン11.0(Big Sur)以上 メモリ：8GB以上のRAM
		インターネット等通信環境	回線：Zoomでオンライン受講が可能なインターネットの接続環境(1.5Mbps以上推奨)
	使用ソフトウェア	Zoom	
	必要な機器の無償貸与	不可	

科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
6	FP・パソコン(オンライン)科	PCでマウスの操作、キーボードでローマ字入力ができる方で、修了後関連職種に就職を希望する方	初級
<p>●コースの内容</p> <p>文書作成や表計算等の基本ツールをオンラインで学び、テレワークに対応できる力を身に付けます。またFPの学習を通して、金融、税金、不動産等の知識とライフプラン設計について学びます。</p> <p>●受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります)</p> <p>①Microsoft Office Specialist (MOS) 2019 Word, Excel ②3級ファイナンシャル・プランニング技能士 (FP) (国家資格)</p> <p>●目標とする人材像</p> <p>文書作成や表計算等の基本ツールをオンラインで学び、一般事務社員としてオフィスでも在宅でも活躍できる人材</p> <p>●修了後の関連職種</p> <p>企業の一般事務職、営業事務職など</p> <p>●主な訓練カリキュラム(オンライン訓練は約132時間予定)</p>		<p>《実施施設》</p> <p>東京商科・法科学院専門学校</p> <p>所在地：千代田区神田神保町2-10-33 TEL：03-3234-8141</p> <p>《最寄駅(路線)》 神保町駅(都営新宿線・三田線、東京メトロ半蔵門線) 九段下駅(都営新宿線、東京メトロ東西線・半蔵門線) 水道橋駅(JR線)</p> <p>《地図》9ページ参照</p> <p>《定員》30人</p> <p>《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火)</p> <p>《訓練時間》10時～14時50分(13時50分)</p> <p>《教科書代》約7,900円</p> <p>《施設見学会日程》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●6月7日(水) 11時/14時 ●6月9日(金) 11時/14時 ●6月13日(火) 11時/14時 <p>(要事前予約)</p> <p>《備考》 日程の都合がつかない方は、電話にてご相談ください、当日参加も可能です。 ※施設見学会は1時間弱です。</p>	
学科(168H)	・FP3級 ・Word ・Excel		
実技(12H)	・PC基礎		
就職支援(18H)	<ul style="list-style-type: none"> ・キャリア形成について ・履歴書の作成 ・企業説明会 ・セカンド・サードキャリアについて ・就職試験対策 ・ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外を含めて実施) 		
●オンライン訓練について	必要の設備・推奨環境	<p>受講可能機器</p> <p>PC</p> <p>パソコン機器等推奨環境</p> <p>下記要件を満たす持ち運び可能なノートPC(通所日に持参いただくことがあります)。 ・OS:Windows10、・メモリ:4GB以上・DVD再生ドライブ・内蔵WEBカメラ・マイクまたは外部WEBカメラ・マイク・Microsoft Office2019 (Word2019、Excel2019)またはMicrosoft365 (Word365、Excel365)</p> <p>インターネット等通信環境</p> <p>・Google Meetでオンライン受講が可能なインターネット環境(データ通信量に制限がない事)・Google Chrome</p>	
	使用ソフトウェア	Google Classroom、Google Meet：訓練専用のGoogleアカウントを付与し、訓練コース毎のGoogle Classroomを立ち上げます。Google Classroom内のMeetから1クリックでオンライン訓練に参加できるようにします。	
	必要な機器の無償貸与	不可	

科目番号	科 名	受講対象	パソコンレベル
7	宅建業・不動産業就職(オンライン)科	修了後関連職種に就職を希望する方	
<p>●コースの内容</p> <p>不動産業で働く際、その事務所ごと5人に1人以上必要とされている宅地建物取引士の資格取得に必要な法知識を習得します。初学者向けに各科目に必要な知識の習得、問題演習、模擬試験解説を実施します。</p> <p>●受験できる関連資格(受験料等は別途自己負担となります)</p> <p>宅地建物取引士(国家資格)</p> <p>●目標とする人材像</p> <p>不動産業界で必要な法知識、実務上の基本知識を備えた人材</p> <p>●修了後の関連職種</p> <p>建設・不動産関連会社における営業職・事務職</p> <p>●主な訓練カリキュラム(オンライン訓練は約128時間予定)</p>		<p>《実施施設》</p> <p>日建学院 立川校</p> <p>所在地：立川市錦町1-1-23 東京都酒造会館ビル3階 TEL：042-527-3291</p> <p>《最寄駅(路線)》 立川駅(JR線) 立川南駅(多摩都市モノレール)</p> <p>《地図》9ページ参照</p> <p>《定員》30人</p> <p>《訓練期間》 8月1日(火)～10月31日(火)</p> <p>《訓練時間》10時20分～14時50分</p> <p>《教科書代》2,200円</p> <p>《施設見学会日程》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●6月9日(金) 11時 ●6月14日(水) 11時 <p>(要事前予約)</p> <p>《備考》 ※上記日程以外はお相談ください</p>	
学科(128H)	・権利関係 ・宅建業法 ・法令上の制限 ・税法 ・宅地建物取引士総合演習		
実技(52H)	・パソコン基礎実習		
就職支援(12H)	<ul style="list-style-type: none"> ・就職活動の心構え ・応募書類(履歴書、職務経歴書)の作成 ・面接対策 ・ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティング(放課後等時間外実施の場合有) 	 <p>☆日建学院のハロートレーニング</p>	
●オンライン訓練について	必要の設備・推奨環境	<p>受講可能機器</p> <p>PC、スマートフォン・タブレット端末</p> <p>パソコン機器等推奨環境</p> <p>カメラ、音声入力、出力が可能な機能があるパソコン機器(デスクトップパソコン、ノートパソコン、スマートフォン、タブレット等)</p> <p>インターネット等通信環境</p> <p>自宅でインターネットを常時接続できる環境(Wi-fi等)、Zoom(アプリ)のダウンロード、常時Zoomに接続できる環境</p>	
	使用ソフトウェア	Zoom(アプリ) 受講生はPC、スマートフォン等様々な機器から接続が行え、アカウントの登録不要で、簡単に始められる。	
	必要な機器の無償貸与	不可	

3 訓練実施施設地図

1 専門学校中野スクールオブビジネス 1号館

武蔵野市吉祥寺南町2-4-1
TEL 0422(79)1100

■ JR中央線・総武線、京王井の頭線「吉祥寺駅」中央口 徒歩1分

2 ヒートウェーブITアカデミー 新宿校

新宿区歌舞伎町2-46-5 KM新宿ビル7階
TEL 03(6380)3082

■ 西武新宿線「西武新宿駅」北口徒歩1分
 ■ JR山手線「新大久保駅」徒歩6分
 ■ JR中央・総武線「大久保駅」南口徒歩6分
 ■ JR・私鉄・地下鉄各線「新宿駅」東口徒歩10分
 ■ 東京メトロ副都心線「東新宿駅」A1出口徒歩7分
 ■ 都営地下鉄大江戸線「新宿西口駅」D3出口徒歩7分

3 資格の学校TAC 町田校

町田市森野1-14-17
西友町田店6階
TEL 03(5276)8922

■ 小田急線「町田駅」西口徒歩1分
 ■ JR横浜線「町田駅」徒歩3分

4 池袋コミュニティ・カレッジPCカレッジ

豊島区南池袋1-28-1
西武池袋本店別館9階
TEL 03(5950)9821

■ JR、地下鉄、私鉄各線「池袋駅」徒歩4分

※池袋改札より東口方向（西武池袋側）東口（南）出口の階段から地上に出て右に。明治通り沿いに目白方面に進み、スターバックス隣の無印良品の角を右に曲がり、別館のお客様駐車場横通路（駐車場用通路兼用）へ。壁沿いに進み、入り口から別館に入ってエレベーターで9階に上がるとPCカレッジ受付前に出ます。

● JR線 池袋駅からルート
 ● 西武池袋線 西武池袋駅からルート

5

インタープランITスクール 新宿校
 新宿区愛住町22 第3山田ビル2階
 TEL 050(1807)1566



- 都営地下鉄新宿線「曙橋駅」A1出口徒歩2分
- 東京メトロ丸ノ内線「四谷三丁目駅」A4出口徒歩8分

6

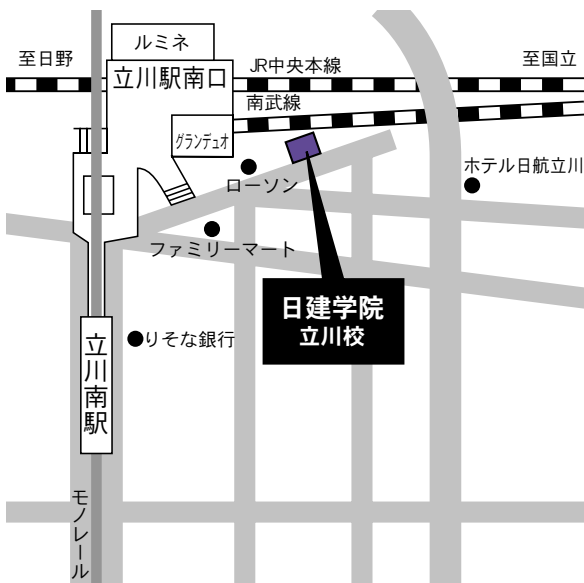
東京商科・法科学院専門学校
 千代田区神田神保町2-10-33
 TEL 03(3234)8141



- JR線「水道橋駅」西口徒歩9分
- 都営新宿線・三田線、東京メトロ半蔵門線「神保町駅」A2出口徒歩3分
- 都営新宿線、東京メトロ東西線・半蔵門線「九段下駅」5番出口徒歩6分

7

日建学院 立川校
 立川市錦町1-1-23
 東京都酒造会館ビル3階
 TEL 042(527)3291



- JR各線「立川駅」徒歩3分
- 多摩都市モノレール「立川南駅」徒歩3分

4 ハローワーク(公共職業安定所)一覽

所名	電話番号	郵便番号	所在地	最寄り駅	管轄区域
飯田橋	03-3812-8609	112-8577	文京区後楽1-9-20	JR飯田橋 徒歩5分	千代田、中央、文京、島しょ
上野	03-3847-8609	110-8609	台東区東上野4-1-2	JR上野 徒歩5分	台東
品川	03-5419-8609	108-0014	港区芝5-35-3	JR田町 徒歩3分	港、品川
大森	03-5493-8609	143-8588	大田区大森北4-16-7	JR大森 徒歩8分	大田
渋谷	03-3476-8609	150-0041	渋谷区神南1-3-5	JR渋谷 徒歩10分	渋谷、世田谷、目黒
新宿	03-5325-9593	163-1523	西新宿庁舎(一般求職者) 新宿区西新宿1-6-1 新宿エルタワービル23階	JR新宿 徒歩3分	新宿、中野、杉並
	03-3200-8609	160-8489	歌舞伎町庁舎(障害のある方) 新宿区歌舞伎町2-42-10	西武新宿線西武新宿 徒歩1分	
池袋	03-5911-8609	170-6003	サンシャイン庁舎(一般求職者) 豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60 3階	JR池袋 徒歩10分	豊島、板橋、練馬
	03-3987-8609	170-8409	池袋本庁舎(障害のある方、学卒の方) 豊島区東池袋3-5-13		
王子	03-5390-8609	114-0002	北区王子6-1-17	東京メトロ南北線 王子神谷 徒歩7分	北
足立	03-3870-8609	120-8530	足立区千住1-4-1 東京芸術センター 6~8階	JR北千住 徒歩6分	足立、荒川
墨田	03-5669-8609	130-8609	墨田区江東橋2-19-12	JR・東京メトロ半蔵門線 錦糸町徒歩4分	墨田、葛飾
木場	03-3643-8609	135-8609	江東区木場2-13-19	東京メトロ東西線 木場 徒歩3分	江東、江戸川
八王子	042-648-8609	192-0904	八王子市子安町1-13-1	JR八王子 徒歩3分	八王子、日野
立川	042-525-8609	190-8609	立川市緑町4-2 立川地方合同庁舎1~3階	JR立川 徒歩10分	立川、国立、小金井、昭島、小平、東村山、国分寺、東大和、武蔵村山
青梅	0428-24-8609	198-0042	本庁舎(一般求職者) 青梅市東青梅3-12-16 分庁舎(障害のある方、学卒の方) 青梅市東青梅3-20-7	JR東青梅 徒歩6分	青梅、福生、あきる野、羽村、西多摩郡
三鷹	0422-47-8609	181-8517	三鷹市下連雀4-15-18	JR三鷹 徒歩14分	三鷹、武蔵野、西東京、東久留米、清瀬
町田	042-732-8609	194-0022	森野ビル庁舎(一般求職者) 町田市森野1-23-19 小田急町田森野ビル 2階	小田急線町田 徒歩5分 JR町田 徒歩8分	町田
			本庁舎(障害のある方、学卒の方) 町田市森野2-28-14 町田合同庁舎 1階	小田急線町田 徒歩10分 JR町田 徒歩13分	
府中	042-336-8609	183-0045	府中市美好町1-3-1	京王線府中 徒歩7分	府中、稲城、多摩、調布、狛江

5 受講申込書の書き方

表面

女性向け委託訓練（3か月コース）受講申込書 東京都立中央・城北職業能力開発センター所長 殿

以下の事実と相違ありませんので、次のとおり訓練を申し込みます。

年 月 日

申込日を記入してください。

☆太枠内を記入してください。□の部分は該当欄にレ印を入れてください。

なるべく日中連絡のつきやすい連絡先(携帯電話番号等)を記入してください。

東京しごとセンターで申し込み方は、東京しごとセンターの利用登録番号を記入してください。

必ず事前にご確認ください。

資格をお持ちの場合は、記入してください。

記入時現在、育てている子どもの人数を、該当する欄にそれぞれ記入してください。

ふりがな				写真 縦3.0cm、横2.4cm ※上半身無帽正面無背景、申込前6か月以内に撮影したもの ※写真裏面に氏名、科目番号を記入してください。	
氏名(年齢)	満 歳 (昭和・平成 年 月 日生)				
現住所 連絡先	〒				
TEL	()				
求職番号:			支給番号※:	<input type="checkbox"/> 申請中	
科目番号	志望科目				
志望理由(訓練を受ける目的を必ず記入してください。)					
オンライン環境・通所の確認 ※オンライン科目の場合に記入 <input type="checkbox"/> 志望科目の受講に必要な設備・環境を準備し、一部通所が必要であることを確認しました					
公共職業訓練又は 求職者支援訓練 (実践コース) 受講歴	期 間	訓練科目名	訓練施設名		
	年 月 ~ 年 月				
	年 月 ~ 年 月				
お持ちの資格等 (取得時期を記入)					
離職中の理由 (複数回答可)	<input type="checkbox"/> 結婚 <input type="checkbox"/> 出産 <input type="checkbox"/> 育児 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> その他()				
子育て中の子どもの人数	未就学児	小学生	中学生	高校生以上	計
	人	人	人	人	人

必ず写真をお貼りください。なお、写真の裏面に氏名と志望の科目番号を記入してください。

雇用保険受給資格のある方は記入してください。また、申請中の方は該当欄にレ印を入れてください。

志望理由は訓練を受講される目的や、訓練受講後どのように就職活動に活かしていきたいか等についてお書きください。

過去に公共職業訓練の受講歴がある場合は記入してください。

現在、離職中である理由にレ印を入れてください。

※印欄は、雇用保険受給資格のある方は記入してください。

裏面

☆以下の項目をご記入ください。□の部分は該当欄にレ印を入れてください。

現在の就業状況について該当するものにレ印を入れてください。

これまでされてきた就職活動の内容を期間ごとに記入してください。

希望される就職時期、職種、雇用形態を記入してください。

最終学歴	在学期間	学校等		専攻	修了状況
	年 月 から 年 月 まで	<input type="checkbox"/> 中学 <input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> 高専 <input type="checkbox"/> 短大 <input type="checkbox"/> 大学 <input type="checkbox"/> 大学院 <input type="checkbox"/> 専門学校 <input type="checkbox"/> その他()		科	<input type="checkbox"/> 卒業 <input type="checkbox"/> 卒業見込 <input type="checkbox"/> 修了 <input type="checkbox"/> 中退
これまでの職務経歴 (上段に最新の職歴からご記入ください)	在職期間	勤務先業種	雇用形態	担当業務	退職理由
	年 月 から 年 月 まで		<input type="checkbox"/> 正規雇用 <input type="checkbox"/> 派遣・契約 <input type="checkbox"/> パート <input type="checkbox"/> アルバイト他		
	年 月 から 年 月 まで		<input type="checkbox"/> 正規雇用 <input type="checkbox"/> 派遣・契約 <input type="checkbox"/> パート <input type="checkbox"/> アルバイト他		
現在の就業状況	<input type="checkbox"/> 就職活動中 <input type="checkbox"/> その他()				
就職活動状況	期 間	在職中だが訓練受講前に離職予定 これまでの活動内容を具体的に記入してください。			
希望就職時期	<input type="checkbox"/> 訓練中でも就職(転職)したい <input type="checkbox"/> 訓練修了後、 月以内で就職(転職)したい <input type="checkbox"/> 資格取得後、就職(転職)したい <input type="checkbox"/> その他()				
希望職種					
雇用形態(常勤・派遣等)					

これまでの職務経歴を新しいものから、記入してください。

勤務先業種: 勤務先の業種を記入してください。(例 運送業、小売業)

雇用形態: 該当するものにレ印を入れてください。

担当業務: 勤務先で担当した職務内容を具体的に記入してください。その際、身に付いた技術や知識があれば記入してください。

退職理由: 退職された理由を記入してください。

☆以下の項目は該当する方のみご記入ください。□の部分は該当する項目にレ印を入れてください。

英語レベルについて、該当するものにレ印を入れてください。英語レベルについては、各級の目安に該当したものをお選びください。併せて、保有する資格(取得年月日)をご記入ください。

※科目案内に英語レベルの表記がある科目を希望される方は、必ず記入してください。

☆パソコンレベルのある科目をご希望の方		
パソコン使用状況	パソコンレベル	該 当 項 目
<input type="checkbox"/> 初 級		○マウス操作(クリック・ドラッグ等)ができる ○キーボードでローマ字入力ができる ○インターネット検索、メールの送受信ができる
<input type="checkbox"/> 中 級		○Wordを使って(ビジネス)文書作成ができる ○Wordの諸機能を使って、効果的な資料作成ができる ○Excelを使って表の作成ができる ○Excelの関数を使って表計算ができる ○ネットワーク管理ができる
<input type="checkbox"/> 上 級		○PowerPointを使ってプレゼンテーションができる ○Accessを使ってデータ管理ができる ○ホームページが作成できる ○プログラミング言語(Java等)が使える ○ネットワーク構築、運用ができる
パソコン操作について、訓練で特に身に付けたいことがあれば、記入してください。		
☆英語の授業のある科目をご希望の方		
英語レベル	目 安	保有資格、TOEICスコア等
<input type="checkbox"/> 初 級	短い簡単な会話ができる	
<input type="checkbox"/> 中 級	日常会話ができる	
<input type="checkbox"/> 上 級	専門的な内容や仕事等で支障なく会話ができる	(年取得)
留学や仕事等で英語を日常的に使用していた経験があれば、記入してください。		
☆介護職員初任者研修取得科目を希望される方		
留意事項	介護職員初任者研修科目では、介護技術等の実技があるため、感染症や妊娠中の方、日常生活で補助器具を必要とする方は受講をご遠慮いただく場合があります。	

パソコンの使用状況について、該当するものにレ印を入れてください。

パソコンレベルについては、各級のすべての項目を満たす必要はありませんが、目安として、各級の項目に半程度該当した級をお選びください。

※科目案内にパソコンレベルの表記がある科目を希望される方は、必ず記入してください。

介護職員初任者研修取得を希望される方は、必ずご一読の上、訓練にお申込みください。

(様式1)

東京都

女性向け委託訓練（3か月コース）受講申込書

東京都立中央・城北職業能力開発センター所長 殿

年 月 日

以下の事実と相違ありませんので、次のとおり訓練を申し込みます。

☆太枠内を記入してください。□の部分は該当欄にレ印を入れてください。

ふりがな					写 真 縦3.0cm、横2.4cm ※上半身無帽正面無背景、 申込前6か月以内に撮影 したもの ※写真裏面に氏名、科目 番号を記入してください。
氏名 (年齢)	満 歳 (昭和・平成 年 月 日生)				
現住所 連絡先	〒 () TEL ()				
求者番号:			支給番号※:	<input type="checkbox"/> 申請中	
科目番号	志望科名				
志 望 理 由 (訓練を受ける目的を必ず記入してください。)					
オンライン環境・通所の確認 ※オンライン科目の場合に記入	<input type="checkbox"/> 志望科目の受講に必要な設備・環境を準備し、一部通所が必要であることを確認しました。				
公共職業訓練又は 求職者支援訓練 (実践コース) 受講歴	期 間		訓練科目名	訓練施設名	
	年 月 ~ 年 月				
お持ちの 資格等 (取得時期 を記入)	年 月 ~ 年 月				
離職中 の理由 (複数回答可)	<input type="checkbox"/> 結婚 <input type="checkbox"/> 出産 <input type="checkbox"/> 育児 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> その他 ()				
子育て中的人数	未就学児	小学生	中学生	高校生以上	計
	人	人	人	人	人

※印欄は、雇用保険受給資格のある方は記入してください。

裏面へ続く→

以下担当者記入欄

受付: □ () 公共職業安定所	□ 東京しごとセンター(飯田橋・多摩)	担当者:
雇用保険の区分 (A、B、Cのいずれかに○)		
A	雇用保 険受給 資格者	【給付制限あり】所定給付日数の2/3に相当する日数分(ただし、所定給付日数が240日以上の場合には150日とする。)の基本手当の支給を受け終わる前に受講開始となる者 【給付制限なし】所定給付日数の2/3に相当する日数分(ただし、所定給付日数が90日の場合は90日分、120日又は150日の場合は120日分とする。また、240日以上の場合には150日分とする。)の基本手当の支給を受け終わる前に受講開始となる者
B		上記A以外の者 (受講指示予定: 有 ・ 無)
C		上記A、Bに該当しない求職者
離 職 理 由 (いずれかに○)		一年以内の公共職業訓練 又は求職者支援訓練(実践コース)受講歴(いずれかに○)
非自発的離職	その他	有 無
相談事項		
整理番号:	第 号	受付年月日: 年 月 日

キ
リ
ト
リ
線

☆以下の項目を記入してください。□の部分は該当欄にレ印を入れてください。

最終学歴	在学期間	学校等		専攻	修了状況
	年 月から 年 月まで	□中学 □高校 □高専 □短大 □大学 □大学院 □専門学校 □その他()		科	□卒業 □卒業見込 □修了 □中退
これまでの 職務経歴 (上段に最新 の職歴から ご記入くだ さい)	在職期間	勤務先業種	雇用形態	担当業務	退職理由
	年 月から 年 月まで		□正規雇用 □派遣・契約 □パート □アルバイト他		
	年 月から 年 月まで		□正規雇用 □派遣・契約 □パート □アルバイト他		
現在の 就業状況	□就職活動中 □その他()				
	□在職中だが訓練受講前に離職予定				
就職活動 状況	期 間	これまでの活動内容(検索内容、説明会参加等)を具体的に記入してください。			
希望就職 時期	□訓練中でも就職(転職)したい □訓練修了後、 <u> </u> か月以内に就職(転職)したい □資格取得後、就職(転職)したい □その他()				
希望職種					
雇用形態					

☆以下の項目は該当する方のみご記入ください。□の部分は該当する項目にレ印を入れてください。

☆パソコンレベルのある科目をご希望の方☆

パソコン 使用状況	パソコンレベル	該 当 項 目
	□ 初 級	○マウス操作(クリック・ドラッグ等)ができる ○キーボードでローマ字入力ができる ○インターネット検索、メールの送受信ができる
	□ 中 級	○Wordを使って(ビジネス)文書作成ができる ○Wordの諸機能を使って、効果的な 資料作成ができる ○Excelを使って表の作成ができる ○Excelの関数を使って表 計算ができる ○ネットワーク管理ができる
	□ 上 級	○PowerPointを使ってプレゼンテーションができる ○Accessを使ってデータ管理が できる ○ホームページが作成できる ○プログラミング言語(Java等)が使える ○ネットワーク構築、運用ができる
パソコン操作について、訓練で特に身に付けたいことがあれば、記入してください。		

☆英語の授業のある科目をご希望の方☆

英語 レベル	英語レベル	目 安	保有資格、TOEICスコア等
	□ 初 級	短い簡単な会話ができる	(年取得)
	□ 中 級	日常会話ができる	
	□ 上 級	専門的な内容や仕事等で 支障なく会話ができる	
留学や仕事等で英語を日常的に使用していた経験があれば、記入してください。			

☆介護職員初任者研修取得科目を希望される方☆

留意事項	介護職員初任者研修科目では、介護技術等の実技があるため、感染症や妊娠中の方、日常生活で補助器具を必要とする方は受講をご遠慮いただく場合があります。
------	---

*本受講申込書は、入校選考、訓練及び就職支援以外の目的に使用することはありません。

*入校後の就職支援に使用することを目的として、東京都及び訓練実施機関、東京労働局、公共職業安定所の間で、就職内定等の個人情報共有する場合があります。

7 よくあるご質問

Q 現在、在職中ですが、申込みはできますか？

A. お申込みいただける場合もございます。ハローワークにご相談ください。

Q 都内在住ではないのですが、申込みはできますか？

A. お申込みいただけます。住所地を管轄するハローワーク又は東京しごとセンターにお申込みください。

Q 施設見学会の参加は必須ですか？

A. 必須ではありませんが、見学会で、実際に訓練を受ける場所や内容を確認することをお勧めしております。見学会に参加できず、訓練科目内容等についてご不明な点がある場合には、各実施施設に直接お問合せください。

Q 施設見学会に参加するには？

A. 各科目案内で説明会の日時をご確認の上、事前に実施施設に電話で開催の確認及び必要な場合は予約をしてご参加ください。

Q 今後の募集日程や過去の応募状況は？

Q この募集案内はインターネットでも見られますか？

A. 「TOKYO はたらくネット」(<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/>)でご覧いただけます。
トップページ「分野別メニュー」求職者向け職業訓練→民間教育機関での職業訓練

Q 今後募集する科目の詳細についてはいつから見られますか？

A. 募集開始日から、東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県各ハローワークの窓口又は上記HP「TOKYO はたらくネット」で募集案内をご覧いただけます。

Q 受講申込書は、ホームページの募集案内からプリントアウトしたものを使用できますか？

A. ご使用いただけます。

Q 訓練科目の内容について

A. 訓練科目の内容については、各実施施設にお問合せください。

Q 雇用保険の失業給付（基本手当、受講手当、通所手当）について

Q 求職者支援制度（職業訓練受講給付金）について

A. 雇用保険及び求職者支援制度については、ハローワークにお問合せください。

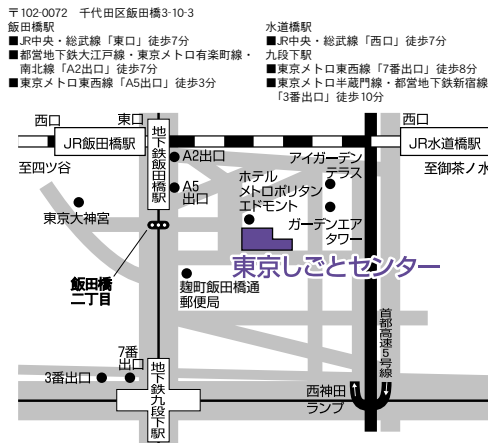
訓練受講申込みについての注意事項

- ※ 本パンフレットの職業訓練と他の公共職業訓練との併願はできません。
- ※ 受講申込みには、事前に申込先での相談が複数回必要となります。
申込先はハローワーク又は東京しごとセンター（飯田橋・多摩）です。
ハローワークでの相談時間は、平日の8時30分～17時15分です。
東京しごとセンター（飯田橋・多摩）の初回利用時の受付は閉館2時間前までです。
利用時間はホームページ等でご確認ください。
- ※ 事前に申込先で相談を受けていない方は、募集期間締切当日には受付できない場合がございますのでご注意ください。
- ※ 時間に余裕をもってお申込みください。

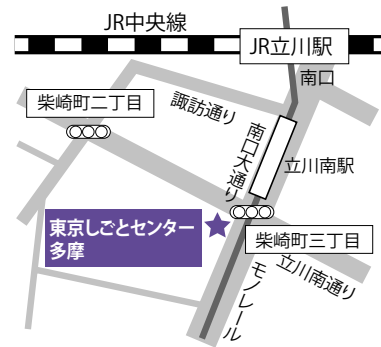
＜関係機関＞ ※訓練についてのお問合せは、下部の＜問合せ先＞にお願いします。

東京しごとセンター
☎ 03 (5211) 1571 (代)

東京しごとセンター多摩
☎ 042 (526) 4510 (代)



〒190-0023 立川市柴崎町3-9-2
JR中央・青梅・南武線 立川駅徒歩4分
多摩都市モノレール立川南駅徒歩1分



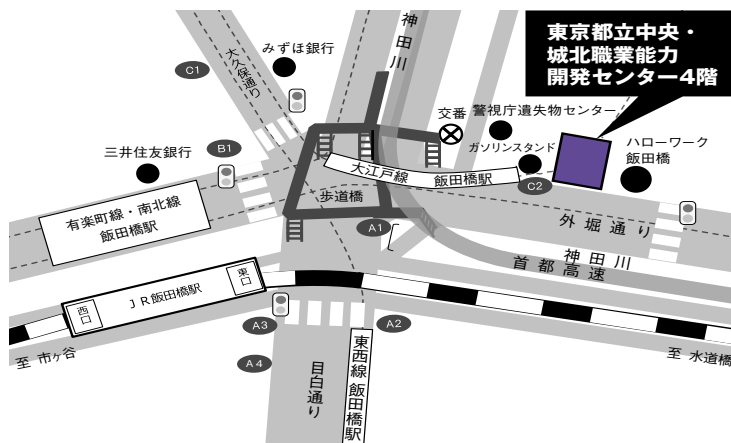
＜問合せ先＞東京都立中央・城北職業能力開発センター再就職促進訓練室

〒112-0004 東京都文京区後楽一丁目9番5号 東京都立中央・城北職業能力開発センター 4階

TEL 03-5800-7701 (受付時間：平日9時～17時45分)

※お問合せの際には、「問合せ先」(P.3)、「7 よくあるご質問」(P.14)を併せてご確認ください。

〒112-0004 文京区後楽1-9-5 東京都立中央・城北職業能力開発センター 4階
JR中央・総武線 飯田橋駅「東口」徒歩5分
東京メトロ東西線・有楽町線・南北線 飯田橋駅「A1出口」「B1出口」徒歩5分
都営大江戸線 飯田橋駅「C2出口」徒歩1分



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。

登録番号 (5) 1