

メールマガジン 2025 年 8 月 1 日配信号

★ はあと運営サイト <https://haat.or.jp/> ★

はあとでは、ひとり親家庭の方に役立つ情報誌「はあと通信」を年 3 回発行しています。7 月号のテーマは「子どもの夢を応援！ 教育費と給付型奨学金」です。情報収集のひとつとしてお役立てください。

<https://haat.or.jp/backnumber-haat/>

.....

本メールマガジンは、「東京都ひとり親家庭支援センターはあと」のメールマガジン配信を希望されている方にお送りしております。

配信停止を希望される方は、下記アドレスのメールマガジン解除フォームからお手続きください。配信停止の手続きには少しお時間をいただくため、次号が配信される場合がありますのでご了承ください。

<https://haat.or.jp/newsletter/>

.....

◆ I N D E X ◆

1. イベント・セミナーのご案内
2. 東京都・東京しごと財団からのお知らせ
3. 特定非営利活動法人しんぐるまざあず・ふぉーむからのお知らせ
4. (公財) 東京都ひとり親家庭福祉協議会からのお知らせ
5. 他団体からのお知らせ
6. 注目求人ピックアップ

◇ 1. イベント・セミナーのご案内



【はあと・はあと飯田橋のイベントご案内】

▼令和 7 年度 はあと飯田橋主催 第 6 回就業支援講習会

ビジネススキルアップ《実践編》「はじめての AI×これからの IT 活用術」

AI やクラウド環境での業務が当たり前になる中で、事務職をはじめ多くの仕事で求められるスキルが変わってきています。この講座では、AI の基本や活用法、IT リテラシーから Google Workspace の使い方まで、バランスよく習得できます。全 3 日間のコースで、「不安」を「自信」に変えるデジタル力を身につけましょう。

日程：8 月 30 日(土)、9 月 13 日(土)、9 月 20 日(土)

9：00～12:15 ※12:15～15:00 は自由参加の自習時間となります。

場所：JR・地下鉄 飯田橋駅 徒歩 5 分 詳細は受講決定者に連絡します。

定員：12 名

応募条件：3 日とも参加できる方、Word・Excel の基本操作ができる方

※応募多数の場合は、抽選になります。

受講料：無料（交通費は各自負担となります。）

問い合わせ先：はあと飯田橋 iidabashi@haat.or.jp TEL03-3263-3451

締切：8月17日(日)

申込先：<https://haat.or.jp/event/250830shugyoshien/>

▼令和7年度 はあと飯田橋主催 第7回就業支援講習会

「Canva でデザイン」

Canva は、オンラインで簡単に画像編集やデザイン作成ができるソフトです。テンプレートもたくさんあり、気軽に作成できることが最大の魅力。

仕事で使えるチラシや POP、プレゼン資料、AI を使った資料作成、SNS のバナーなど、使い方はいろいろ。デザインソフト初心者や事務職でデザインが必要な方にも活用いただける講座です。

日程：9月24日(水) 9:30～12:30 または 13:30～16:30

※同じ講座を1日に2回開催します。ご都合に合わせて選択してください。

場所：JR・地下鉄 飯田橋駅 徒歩5分 詳細は受講決定者に連絡します。

定員：各回12名

応募条件：パソコンの基本操作ができる方 ※応募多数の場合は、抽選になります。

受講料：無料（交通費は各自負担となります。）

問い合わせ先：はあと飯田橋 iidabashi@haat.or.jp TEL03-3263-3451

締切：9月3日(水)

申込先：<https://haat.or.jp/event/250924shugyoshien/>

▼令和7年度 はあと飯田橋主催 第8回就業支援講習会

【パソコン講習会】「ビジネススキルアップ資格編～履歴書に書ける MOS(Excel)資格にチャレンジしよう！」

MOS 試験とは、マイクロソフトオフィススペシャリスト試験で、会社などでよく使われるビジネスソフトのスキルを証明する資格試験です。ご自身のスキルを客観的に証明することは就職や転職時には大切です。仲間と一緒に学び、MOS((Excel)試験合格を目指しましょう！

なお、講座の目標は MOS の Excel 試験に合格できるレベルまでスキルアップすることです。受験については、講師や就労支援員と相談しながら、進めていきましょう。

日程：10月4日(土)、11日(土)、18日(土)、25日(土)

11月1日(土)、8日(土)

各日 9:00～12:15 ※12:15～15:00 は自由参加の自習時間となります。

場所：JR・地下鉄 飯田橋駅 徒歩5分 詳細は受講決定者に連絡します。

定員：12名

応募条件：6日とも参加できる方、Excel の基本操作ができる方が対象になります。

※応募多数の場合は、求職活動中の方、就労意欲のある方を優先します。抽選になる場合もあります。

受講料：無料（交通費は各自負担となります。）

問い合わせ先：はあと飯田橋 iidabashi@haat.or.jp TEL03-3263-3451

申込先：<https://haat.or.jp/event/251004shugyoshien/>

締切：9月17日(水)

▼令和7年度 はあと飯田橋主催 第4回ライフプランセミナー

ひとり親の障がい兒子育て「心構えとお金の話」

障がいのあるお子さんを育てるひとり親のみなさんは、「この子を一生面倒見ることができるの?」「親なきあととは、どうなるの?」といった不安が尽きないことと思います。

本講座では、“ひとり親ならではの悩み”に寄り添いながら、知っておきたい制度や「親なきあと」の備え方など、将来の見通しを立てるための知識と心構えをお届けします。ひとりで抱え込まず、将来への不安を“見える化”することで、心が少し軽くなる。そんな時間を一緒に過ごしましょう。

講師：久保田あきみさん 社会保険労務士、ファイナンシャルプランナー

日時：2025年10月26日(日) 10:00～12:00

参加方法：オンライン(zoom)

定員：20名

締切：10月14日(火)

申込先：<https://haat.or.jp/event/251026lifeplan/>

▼令和7年度 はあと主催 第2回離婚前後の親支援講座

「離婚前後に知っておきたい法律知識」

「離婚を考えているけれど、どうすればいいんだろう?」離婚の手続き、養育費、子どものこと、お金のことなど、離婚する前も離婚した後もさまざまな悩みや不安があります。また、民法等の一部を改正する法律が成立し、2026年5月までに施行されます。この改正により、離婚に関する法律や手続きがどのように変わるのでしょうか。

離婚・親子・DV等の家族問題を多く解決してこられた折井弁護士をお招きし、わかりやすくお話いただきます。

講師：折井 純 弁護士

日時：2025年9月17日(水) 10:00～12:00

参加方法：オンライン(zoom)

定員：20名

締切：9月3日(水)

申込先：<https://haat.or.jp/event/250917oyashien/>

【はあと多摩のイベントご案内】

▼2025 年度 はあと多摩主催 就業支援講習会

『ひとり親家庭のお母さん・お父さんのためのパソコン講習会@はあと多摩』

ひとり親の方を対象にパソコンの基礎を学ぶ講習会を開催します。

3 日間の集中講座で、仕事で使えるスキルを身につけましょう!

就業に役立つ各種情報もご案内します。

就業支援相談員が受け付けを担当していますので、お仕事のことでご相談があればお声掛けください。

日程：第 2 回《初級》 9 月 18 日（木）、9 月 25 日（木）、10 月 2 日（木）

時間：9：00～16：15

場所：はあと多摩 多目的室（立川駅北口より徒歩 5 分）

定員：10 名（応募多数の場合は抽選となります。）

締切：第 2 回 8 月 27 日（水）

託児：ご希望の方はお電話にてお知らせください。

<https://haat.or.jp/event/0521shugyoshien/>

▼はあと多摩主催 2025 年度 第 3 回ライフプランセミナー

『親子で考える！お金の大切さとキャッシュレスとの上手なつきあい方！』

～気をつけたいキャッシュレスのトラブルのはなし～

保護者の方向けの内容ですが、ぜひお子さんも一緒に聞きいただきたいお金のセミナーを開催します！

キャッシュレス決済が増える中、便利な反面いくら使ったのか管理が難しかったり、トラブルに巻き込まれないかなど心配なこともあります。

この機会にお金の大切さと「見えないお金」との上手なつきあい方やその注意点についてお子さんと一緒に学んでみませんか。

講師には全国の学校で多数の授業や講演を行われているキッズマネーステーションより金融教育のプロをお招きしてお話いただきます。

講師：キッズマネーステーション認定講師 田端沙織氏

日時：9 月 6 日（土）14：00～15：30

参加方法：オンライン（ZOOM 使用）

対象：東京都在住のひとり親の方、プレひとり親の方とそのお子さん

＊お子さんの対象は小学校 3 年生～ 6 年生ですが、今からお勉強をしておきたいという

小さいお子さんも歓迎です！

定員：40 組（締切 8/26 am9:00 応募多数の場合は抽選になる可能性もあります。）

<https://haat.or.jp/event/lifeplan0906/>

▼はあと多摩主催 2025 年度 第 4 回ひとり親グループ相談会

『アドラー流子育て』ほめること・叱ることから解放されよう！

子育てをしていると悩みが尽きないのが、子どものほめ方・叱り方。

「ほめられるからする」「叱られるからしない」のではなく、子ども自身で「適切だからする」「適切ではないからしない」と考えて行動できるようになる「アドラー流子育て」に触れてみませんか。

ほめる・叱る以外のかかわり方でもっと心をラクにして、自由にのびのびと楽しく「今、ここ」をあじわう日々を過ごしましょう！

親も子どもも自分らしくいることができ、お互いに協力し合える関係を築いていくためのヒントが満載です。

後半はひとり親同士、お互いの思いや悩みを共有する時間もあります♪

講師：宇佐美美巳子（女子栄養大学非常勤講師・元中学校校長・心理カウンセラー）

日時：9月20日（土）13：30～16：30

場所：セントラルプラザ4階会議室（飯田橋）（※これまでと階が変わりました）

対象：東京都在住のひとり親の方、プレひとり親の方

定員：20名（締切 9/6 am9:00 応募多数の場合は抽選とさせていただきます、ご参加の可否についてはメールでお知らせいたします。）

託児：あり(生後6か月～未就学児 先着10名)* 締切 9/6 am9:00

<https://haat.or.jp/event/250920group/>

▼2025年度東京セミナー＆個別相談会セミナー＆個別相談会

「離婚と子どもの心」～養育費と面会交流を考える～

日程：2025年10月4日(土)

内容：セミナー(おはなしと座談会) 13時30分～14時15分（受付13時～）

個別相談会(予約制) 下記の時間から選択いただけます。

①13:30～14:10 ②14:15～14:55 ③15:00～15:40 ④15:45～16:25

講師及び相談員：元家庭裁判所調査官

対象者：お子さんがいて離婚を考えている方、ひとり親家庭の方、お子さんと別居している方など

定員：セミナー20名、個別相談会16名 ※希望多数の場合は、先着順とさせていただきます。

参加費：無料

会場：東京都ひとり親家庭支援センターはあと多摩 多目的室

東京都立川市曙町2-8-30 立川わかぐさビル4階 (map)

JR立川駅 北口徒歩5分

問い合わせ：東京都ひとり親家庭支援センターはあと多摩 042-506-1182

<https://haat.or.jp/event/youiku1004/>

▼第5回ひとり親グループ相談会喪失体験後のこころを癒す グリーフケアとアート

身近な人を亡くしたり、大切なものを失ったときに抱く様々な感情や反応がグリーフです。

そのグリーフと向き合うために知っておきたい知識や癒し方、アート表現を通したグリーフケア

について学んでみませんか？ 簡単なアートワークも体験していただきながら、明日からの生活が少しでもこころ軽やかになる、そんなひと時になればと思います。

後半はひとり親同士、お互いの思いや悩みを共有する時間もあります♪

※簡単な色ぬりと切り貼りを行います。アートの経験や上手下手は一切問いません。

講師：倉石聡子(くらいしあきこ/アートセラピスト・臨床心理士・公認心理師)

日時：10月25日(土) 13:30～16:30

場所：セントラルプラザ4階会議室(飯田橋) (※これまでと階が変わりました)

対象：東京都在住のひとり親の方、プレひとり親の方

定員：20名(締切 10/11am9:00 応募多数の場合は抽選とさせていただきます、ご参加の可否についてはメールでお知らせいたします。)

託児：あり(生後6か月～未就学児 先着10名)* 締切 10/11 am9:00

<https://haat.or.jp/event/251025group/>

◇2.東京都・東京しごと財団からのお知らせ



▼成長産業分野へのキャリアシフト等支援事業のお知らせ

本事業は非正規労働者等やひとり親の方々を対象に、eラーニング等によるスキルの習得支援と職業紹介等の就職支援を一体的に行う事業です。

ひとり親向け就業支援コースでは、「子どもと自分の将来のために、安定した収入を得たい」「子どもとの時間確保のために時短勤務で働きたい」「自分の将来を考えると正社員になりたい」など様々な悩みを抱えるひとり親の皆様向けのコースとなっており、国家資格を持ったキャリアアドバイザーと学習支援に精通したメンターが、コースの受講完了、就職決定までしっかりバックアップします！

【5つの充実ポイント】

- ・オンラインで学べて受講無料
- ・PCや通信機器を無償で貸与
- ・eラーニングで好きな時間に学べる
- ・メンターが受講サポート
- ・キャリアアドバイザーが就職支援

【コース・科目紹介】

・デジタルコース

→IT 基礎基礎科：基礎的なIT知識を学び、業務におけるネットワークシステムの構造や役割を学びます。

→IT プログラミング基礎科：プログラム開発やプログラミング言語全般、Web ページや Web アプリの仕組みを学びます。

→Web デザイン基礎科：Web ページの構成が理解でき、WordPress での HP 編集ができるスキルを身につけます。

・フレキシブルワークコース

→Webライター科：Web制作の基礎を学び、ライティングや写真撮影・加工を習得します。

→SNS マーケッター科：SNS マーケティングと分析を学び、指示に従い作業ができるスキルを身につけます。

→医療・介護科：指示に従い身近な医療機関やドラッグストア等で業務を遂行し、保険点数等を確認できるスキルを身につけます。

本事業は受講無料でご参加可能です。

受講要件がありますので、詳細は下記ホームページをご参照ください。

ホームページはこちら：<https://mtkr-career.com/parent/index.html>

【本事業参加の流れ】

1. ホームページの「申込はコチラ」から必要な情報の入力と面談日程をご選択ください。
2. 事業説明と選考面談
3. eラーニングの受講
4. 就職に向けたサポート

【申込方法】

以下よりお申込ください。

<https://entry.mtkr-career.com/booking/store/1?sd=2025-06-25>

【申込期間】

後期：2025年7月22日～定員に達し次第終了

【本事業に関するお問い合わせ先】

成長産業分野へのキャリアシフト等支援事業 事務局

Mail：ADE.JP.mtkr-career@jp.adecco.com

TEL：0120-006-257

受付時間：月・火・水・木・金 10:00～20:00、土 10:00～17:00（日曜・祝日および年末年始を除く）

◇3.特定非営利活動法人しんぐるまざあず・ふぉーらむからのお知らせ



▼ひとり親就労支援講座「アサーティブ・トレーニングでエンパワメントしよう」

人の目を気にしすぎて意見が言えない。言わなくてもいいことを言ってしまうって後悔…。そんな経験ありませんか？

自分も相手も尊重しつつ誠実に率直に向き合い、相互の合意を目指して話し合う、そんなアサーティブ・トレーニングを通して、職場・友人・子どもとのコミュニケーションスキルをブラッシュアップし、「言えない」私を

卒業しましょう。

日時：10月11日（土）10:00～15:00（昼休憩あり）

場所：地域共生サポートセンター 結・しぶや 東京都渋谷区桜丘町 23-21 9階

<https://maps.app.goo.gl/UEQRvnTctmWDrFEH6>

講師：丹羽麻子さん

横浜市男女共同参画センター・相談センター長、NPO 法人日本フェミニストカウンセリング学会
認定カウンセラー

定員：24人 ※応募者多数の場合は抽選になります。

託児：有り 事前申し込み制

申込：<https://40bf252e.form.kintoneapp.com/public/20251011>

締切：9月21日（日）23:59 ※応募多数の場合、早めに締め切る場合がございます。

問い合わせ：event@single-mama.com

◇4.（公財）東京都ひとり親家庭福祉協議会からのお知らせ



▼共生会 SHOWA および東京都社会福祉協議会からのご案内

▽【8/24 開催分のみ受付中です】女性たちのためのキャリア支援プロジェクト募集中

経済的または家庭的な課題のある女性たちが、よりよい仕事に就くことを、社会福祉法人共生会 SHOWA と社会福祉法人東京都社会福祉協議会が連携し、関係団体や企業各社のご協力を得ながら支援します。主な内容としては、仕事や資格などについて学ぶ研修を無料で開催するとともに、資格取得やスキルアップのための助成を行います。

実施時期：2025年4月～2027年3月（2年間）

※資格取得・スキルアップのための受講・受験は2026年4月～2027年3月の1年以内です。

対象：東京都および川崎市に在住・在学・在勤の15歳～おおむね40歳の女性であり、以下の団体を利用している方

- 東京都ひとり親家庭福祉協議会（ひとり親 Tokyo）
- 男女共同参画センター
- 母子生活支援施設、児童養護施設、自立援助ホーム、女性自立支援施設
- 子ども（児童）家庭支援センター
- 女性・子ども支援の非営利団体 など

支援内容：女性たちのキャリアアップのために下記のような支援を実施します。

1）研修の開催： ※託児やお菓子のお土産あり！

●研修②『いろいろな職種について知ろう！』

【日 時】2025年8月24日（日）10:00～12:00

【会 場】飯田橋セントラルプラザ 12 階会議室（JR/地下鉄「飯田橋駅」すぐ）

2）資格取得・スキルアップのための助成：

よりよい仕事に就くために役立つ資格取得やスキルアップのために資金援助を行います。

【助成期間】2026 年 4 月～2027 年 3 月までの 1 年以内

【助成金額】資格取得・スキルアップのための受講料・受験料（交通費・託児料は含まれない）に対し、1 人上限 20 万円（税込）を助成します。

※選考あり。10 名限定。申し込みは研修①または（および）②に参加していただくことが条件になります。

3）報告・交流会の開催：

本プロジェクトで資格取得・スキルアップの助成を受けた方々（奨学生）がその経験を参加者の方たちと共有しながら、交流します。

【日 時】2027 年 3 月 日曜日 13:00～16:00 ※日程は後日、お知らせします。

【会 場】飯田橋セントラルプラザ 12 階会議室（JR/地下鉄「飯田橋駅」すぐ）予定

詳細・お申込みはこちらから

<https://www.tobokyou.net/pages/99/#block2957>

◇5. 他団体からのお知らせ



▼全国一斉 子どものための「養育費相談会」

司法書士が相談に応じます。

- ・同居親、別居親どちらからでも相談できます。
- ・離婚を検討されている方、養育費の取決めをされていない方をご相談ください。
- ・相談無料
- ・秘密厳守

日時：8 月 30 日（土）10:00～21:00

相談方法：電話 フリーダイヤル 0120-567-301 ※当日のみの専用番号です。

主催：全国青年司法書士協議会

後援：日本司法書士会連合会、一般財団法人全国母子寡婦福祉団体協議会

特定非営利活動法人ひとり親家庭サポート団体全国協議会

▼ゆうちょ財団 ひとり親世帯のお金と生活の不安をサポートするオンライン相談

ゆうちょ財団では、お金と生活の不安を解消する「ひとり親世帯の無料家計相談会」を行っています。

相談には、FP（ファイナンシャルプランナー）のほか、弁護士、社会保険労務士、社会福祉士が対応し

ますので、お困りごとに合わせてお選びください。

対 象：ひとり親家庭及び離婚予定の親（大学卒業までの子どもを扶養している方）と子ども

会 場：オンライン(Zoom)

時 間：40 分（11 時～、12 時～、13 時～、14 時～）

相談料：無料（※原則 1 回／年）

日 程：

・8 月 2 日（土）、9 月 7 日（日）

相談員（社会保険労務士・FP）：久保田あきみ（障がい、老後資金、親なきあとなど）

・8 月 10 日（日）、8 月 30 日（土）、9 月 14 日（日）、9 月 23 日（火・祝）

相談員（社会福祉士・FP）：中森順子（家計管理、公的支援、介護、不登校など）

・8 月 19 日（火）、9 月 9 日（火）

相談員（弁護士）：奥田 真帆（法律相談、養育費や婚姻費用、債務（借金）、生活保護、労働など）

・8 月 25 日（月）

相談員（FP）：井上美鈴（家計管理、老後資金、教育費（奨学金） 資産運用など）

※状況や環境が変化した方、1 年経過した方の再相談を受付しております。

なかなか相談できないお金や法律のことをお気軽にどうぞ。お子さんからの相談も可能です。

申込：<https://soudan-yucho-f.rsvsys.jp/>

※毎月 25～28 日くらいに、翌々月分の募集が始まります。

◇6. 注目求人ピックアップ



◇お仕事情報 はあと飯田橋◇

▼HI202507-049 株式会社ちよびリッチ

雇用形態：正社員

勤務場所：杉並区「東高円寺」駅

仕事内容：【ポテンシャル採用・未経験 OK】弊社サイト内 Web 広告の企画・進行管理

どういう施策を打てば新規ユーザーが増えるか？ など、web サイト全体を見渡して、各所にスムーズな橋渡しをする仕事になります！ まずは先輩のサポートを受けながら様々な業務を経験していただき、徐々に担当領域を広げたり、企画の責任者として新たな施策をお任せします。

勤務時間：9:30～18:30（月 4 回まで 8:00～9:30 の間 30 分刻みで出勤時刻を変更可）

給与：240,000～430,000 円/月（固定残業代・生涯設計手当含む）

休日：土日祝、年末年始、夏季ほか

年齢・学歴・経験：不問

資格：＜歓迎スキル＞・何かしらの進行管理をしたことがある方 ・WEB 業界 or 広告業界での実務

経験が 1 年以上ある方

通勤手当：30,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/07/HI202507-049.pdf>

▼HI202507-045 学校法人郡山学園

雇用形態：パート

勤務場所：江東区「門前仲町」駅

仕事内容：登下校のピークとなる時間帯に、学生の交通マナー指導がメインのお仕事になります。留学生とのコミュニケーションは日本語で行います。夏休み・冬休み等長期のお休みもある職場です。

・学校内の清掃、備品の調達 ・校舎内外の巡視：学生の交通マナーの声掛け指導（横並びで道いっぱいに広がらないように等） ・施設の修理修繕（軽微なもの） ・来訪者の接遇 ・他部署のサポート

勤務時間：(1)8:00～13:30 (2)12:30～17:30（交代制）、週 1～5 日（応相談）

給与：1,300 円/時

休日：週休二日制、夏季・年末年始休暇

年齢・学歴・資格・経験：不問

通勤手当：15,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/07/HI202507-045.pdf>

▼HI202507-042 株式会社 KM ユナイテッド

雇用形態：正社員

勤務場所：港区白金台 目黒駅・白金台駅

仕事内容：建設アシスト（書類サポート業務） 書類作成・申請サポート業務

※8 割が Excel 業務、週 1 回程度現場事務所での打合せ業務有、業界未経験の方も活躍中！

勤務時間：8:30～17:30 時短勤務相談可（下限 6 時間）

給与：基本給 250,000 円～300,000 円/月（固定残業代・職務区分手当を含む）

休日：土日祝

年齢：64 歳まで（定年が 65 歳のため）

学歴：高卒以上（母国語が日本語以外で就労制限のある在留資格の場合、建設学科卒必須かつ日本語能力試験 N 2 レベル相当の方）

資格・経験：不問

実務経験：CAD・建設業・建設事務経験者優遇、施工管理経験者優遇、未経験も大歓迎

パソコンスキル：Word・Excel 基本操作程度

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2022/08/HI202507-042.pdf>

▼HI202507-044 大同生命保険株式会社 東京支社

雇用形態：正社員

勤務場所：中央区人形町

仕事内容：企業福利厚生プランナー（法人営業）

中小企業の経営者や役員、社員の福利厚生に資する保険の営業活動です。1 か月の研修後、試験合格者は正式入社になります。

積極的に子育てをサポートしており、仕事と家庭を両立できます。

勤務時間：9:20～17:20

給与：220,000 円～250,000 円/月

年齢：64 歳まで（定年を上限）

学歴：高卒以上

経験・資格：不問

通勤手当：35,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/02/HI202507-044.pdf>

▼HI202507-040 株式会社ジェイ・シー・アイ

雇用形態：パート

勤務場所：その日の現場に応じて変動有（23 区、多摩地区、神奈川エリア中心、応相談）

仕事内容：リフォームや原状回復を行うマンション・戸建の壁紙に染色剤を塗布する仕事です。

※力仕事なし！シングルマザー活躍中、子連れ出勤も応相談

勤務時間：9:00～19:00 の間の 3 時間程度 ※週 1 日～、1 日 3 時間～ 勤務可能です。

給与：1,200～1,500 円/時

休日：週休 2 日シフト制

年齢：18 歳以上（法令規定による）

学歴・経験・資格：不問

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2022/09/HI202507-040.pdf>

[040.pdf](#)

▼HI202507-039 株式会社まつの

雇用形態：パート

勤務場所：大田区 流通センター駅

仕事内容：コンテナ洗浄作業

・野菜や果物などをお客様にお届けするときに使用するコンテナを専用のコンテナ洗浄機に入れて洗浄する仕事 ・コンテナの汚れの程度により手洗い洗浄を行う場合があります。 ・洗浄後はコンテナを集積・保管する作業を行います。

勤務時間：9:00～17:00 週4日 ※時間・曜日・日数など、ご相談に応じます。

休日：土日、洗浄ニーズが増加した場合は別途調整

給与：1,163円～1,200円/時

年齢・学歴・経験：不問

資格：フォークリフト運転技能者 あれば尚可

通勤手当：1,000円/日又は定期代のどちらか安い方

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/04/HI202507-039.pdf>

▼202507-038 株式会社エムティー

雇用形態：契約社員・アルバイト・パート

勤務場所：立川市

仕事内容：百貨店の施設警備（防災センターでの出入管理、受付、モニター監視、建物内の巡回業務、拾得物・遺失物の受理・届出、問合せ対応業務）

勤務時間：9:00～20:00の間の6時間以上、1ヶ月の変形労働制によるシフト

※変形労働制による週休2日制

給与：1,165円/時

年齢：65歳まで（定年を上限）

学歴・資格・経験：不問

通勤手当：全額支給

※デパートの建物内での勤務です。※子育て中の方、女性警備員多数活躍中

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2024/07/HI202507-038.pdf>

▼202507-037 株式会社エムティー

雇用形態：契約社員・アルバイト・パート

勤務場所：世田谷区玉川

仕事内容：百貨店の施設警備（防災センターでの出入管理、受付、モニター監視、建物内の巡迴業務、拾得物・遺失物の受理・届出、問合せ対応業務）

勤務時間：9:00～20:00 の間の 6 時間以上、1 ヶ月の変形労働制によるシフト

※変形労働制による週休 2 日制

給与：1,200～1,300 円/時

年齢：65 歳まで（定年を上限）

学歴・資格・経験：不問

通勤手当：全額支給

※デパートの建物内での勤務です。※子育て中の方、女性警備員多数活躍中

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2024/07/HI202507-037.pdf>

▼HI202507-036 スギコー株式会社

雇用形態：パート

勤務場所：杉並区 浜田山駅

仕事内容：介護事務及び受付

・パソコンを使った介護事務 ・会員管理（ソフトあり） ・簡単な金銭管理 ・電話対応 ・入会希望者のデータ入力 ・施設整備、清掃など

勤務時間：9:00～6 時間以上 ※シフト制、週 3 日～時間・曜日応相談可

年末年始休暇、リフレッシュ休暇 1 日（条件あり）、週休二日制（毎週）

給与：1,180 円/時 ※シングル手当あり（月額 20,000 円）

年齢・学歴・資格：不問

パソコンスキル：Word・Excel 基本操作

通勤手当：20,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/11/HI202507-036.pdf>

▼HI202507-035 株式会社 GOOD NEWS

雇用形態：パート

勤務場所：大田区・蒲田

仕事内容：エッグタルト及びフェナンシタルトの製造及び梱包作業

勤務時間：6:00～21:00 の間の 4 時間以上、週 20 時間以上

勤務日数・休み等については応相談

給与：1,163 円/時

年齢・学歴・経験・資格：不問

通勤手当：50,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/03/HI202507-035.pdf>

▼HI202507-034 企業名 非公開

雇用形態：パート

勤務場所：フルリモート（在宅）

仕事内容：顧問先企業の会計決算業務、仕訳入力作業（①Excel、Google spreadsheet を使う作業 ②会計ソフトを使う作業 ③税務申告ソフトを使う作業）、バックオフィス作業

勤務時間：フルリモート（週 3 日程度）勤務時間は相談可能です。

給与：1,300 円～3,500 円/時

年齢：不問

学歴：高卒以上

資格：簿記あれば尚可

経験：会計事務所もしくは企業での経理経験 1 年以上

パソコンスキル：Word 基本、Excel 中級、Google workspace（spreadsheet、drive）、Web 会議ツール（Zoom、Google meet、Teams）など使用できる方

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/03/HI202507-034%E3%83%BC1.pdf>

▼HI202505-018 学校法人角川ドワンゴ学園 ※在宅でのお仕事です。

雇用形態：契約社員

勤務場所：フルリモートワーク

仕事内容：ネット高校でのメンター担当

コーチング面談、学園内コンテンツの提案、進路指導、生徒指導、保護者様対応、式典対応、分掌担当職員のサポート、オリエンテーション対応、その他学校運営や生徒対応にかかる業務。

勤務時間：9:00～18:00、9:30～18:30（実働 8 時間）※土日祝休

給与：271,000 円/月 ※固定残業代 30 時間分含む

年齢・資格・学歴：不問

経験：基本的な IT スキル、事務経験

※教育業界での経験、生徒対応経験のある方歓迎

※業界未経験でも OK

パソコンスキル：Excel・Word 基本操作程度、Google スプレッドシートを利用し IF 関数程度を使用します。

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/07/HI202505-018.pdf>

▼HI202507-041 第一生命保険株式会社

雇用形態：正社員

勤務場所：新宿区・新宿駅

仕事内容：営業（生涯設計デザイナー）

6 か月の有期雇用契約後、勤務実績や技能修得状況等を踏まえ、期間の定めのない雇用契約としての採用を行います。有期雇用中の勤務場所、就業時間は異なります。詳細は求人票をご確認ください。

勤務時間：9:30～17:30

給与：240,000 円～500,000 円/月

※月例給与に加えて活動に応じた年 4 回の営業実績ボーナス支給あり

年齢：49 歳まで（キャリア形成のため）

学歴：高卒もしくは高卒同等のスキルを有する方

経験：不問

資格：FP 技能士 あれば尚可

パソコンスキル：Word・Excel 基本操作程度

通勤手当：50,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/03/HI202507-041.pdf>

★求人の応募・お問合せはこちら はあと飯田橋★

応募の際は、登録が必要となります。

まずはお電話かメールにてご連絡下さい。登録後、紹介書をメール添付または郵送します。

【問い合わせ先】

E-mail: iidabashi@haat.or.jp

電話：03-3263-3451

(月・水・木・土・日・祝 9:00～17:30 火・金 9:00～20:30)

*ご連絡をいただいた時点で募集終了の場合はご容赦ください

◇お仕事情報 はあと多摩◇

▼2025070. 芙蓉アウトソーシング & コンサルティング株式会社

雇用形態：正社員

勤務場所：東京都八王子市子安町 JR 八王子駅南口直結

仕事内容：給与計算などの人事労務

- ・給与・賞与計算および振込手続き、明細作成
- ・住民税の納付手続き、年末調整業務 ・各種手当の計算
- ・入退社などに伴う社会保険の手続き
- ・各種データの抽出、加工、データクレンジング
- ・データのシステムへのインポート ・従業員に向けた研修

年 齢：59 歳まで（60 歳定年のため）

月 給：220,000 円～280,000 円

資 格：不問

学 歴：不問

経 験：給与計算の実務経験もしくは社会保険手続きの実務経験が 1 年以上ある方

休 日：土日祝

時 間：9 時 00 分～17 時 30 分

* 時間外労働月 25 時間程度、年間休日 120 日

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722135731.pdf>

▼2025071. 株式会社オールフォーエスピー

雇用形態：正社員 * 雇用形態はご相談に応じます

勤務場所：千代田区神田和泉町 JR 秋葉原駅 徒歩 3 分

仕事内容：SE・プログラマー ※一般職

お客様へのヒアリング、

要件定義（必要であればインフラ担当と連携してサーバ構成も提案）

システム設計、開発、運用保守

（各種情報提供システム、不動産情報検索システム、在庫管理システム、EC サイト等の構築、地図アプリ 作成等）

年 齢：不問

給 与：年俸制（3,108,600 円～4,222,800 円）

資 格：不問 * 実務経験 2 年以上

学 歴：専門卒以上

休 日：土日祝

時 間：9 時 15 分～18 時 00 分

* 時間外労働ほぼなし、年間休日 124 日

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722140005.pdf>

▼2025077. 株式会社タクト

雇用形態 : 契約社員

勤務場所 : 東京都八王子市

仕事内容 : 訪問介護職員 (いちょう家族)

- ・サービス付き高齢者向け住宅、その他利用者宅にて、訪問介護業務 (身体介護、生活援助、話し相手、散歩の同行)

年 齢 : 不問

月 給 : 210,000 円～230,000 円

資 格 : 不問 (介護職員初任者研修・実務者研修あると尚よし)

学 歴 : 不問

実務経験 : 不問

休 日 : シフトによる

時 間 : 9 時 00 分～18 時 00 分

* 東京都介護職員就業促進事業 (採用後、働きながら介護職員初任者研修等の資格取得を目指すことができる事業) 対象求人です

研修受講料は無料、研修受講時間にも給与が支払われます。

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722140505.pdf>

▼2025075. 大同生命保険株式会社

雇用形態 : 正社員

勤務場所 : 立川市曙町

仕事内容 : 企業福祉厚生プランナー (法人営業)

企業福利生制度の営業・保全 : 立川・三鷹・吉祥寺エリア

- ・中小企業の社長・従業員へ福利厚生制度の案内 (法人営業・アフターサービス)
- ・家庭訪問や家族・友人・知人への保険勧誘は一切ありません。
- ・土日祝休み、半日休暇制度もあり

年 齢 : 64 歳まで (定年が 65 歳のため)

月 給 : 220,000 円

資 格 : 不問

学 歴 : 高校卒以上

休 日 : 土日祝

時 間 : 9 時～17 時

* 時間外労働ほぼなし、年間休日 120 日

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722140255.pdf>

▼2025079. 株式会社ルナビルメンテナンス

雇用形態：パート・アルバイト

勤務場所：本社（高田馬場）集合後、都内各所ビルへ

仕事内容：ガラス・外壁清掃作業員

4～5人のチームでビルの窓ガラス清掃（拭き清掃）をするお仕事です。

まずは地上監視や通行者の誘導、低所のガラス清掃をお願いします。

慣れてきたら、ゴンドラ作業やロープ作業をお願いします。

年 齢：不問

日 給：10,000 円～10,000 円

資 格：不問

休 日：週 2 日から勤務可能。

時 間：（1）8：30～16：00 ＊現場により変動あり

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722140615.pdf>

▼2025074. 株式会社 クロスドリフト

雇用形態：正社員

勤務場所：八王子市

仕事内容：介護職員

1. 運動指導、主に介護予防や動き改善の「運動指導」業務です

＊介護未経験でもOK！食事介助やお風呂介助はありません。

2. 送迎業務・自立～軽介助で乗降できる利用者さんを普通車で送り迎えます。

年 齢：不問

時 給：195,000 円～305,000 円

資 格：普通自動車運転免許

休 日：週休二日制（シフトによる）

時 間：8：30～17：30

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722140201.pdf>

▼2025088. 株式会社 リトルキッズ

雇用形態：正社員

勤務場所：調布市菊野台

仕事内容：カフェ・Bar での支援員（世話人）

パートタイムの方の指導、管理

軽飲食の調理

ホールスタッフ

年 齢：不問

月 給：225,000 円～250,000 円

資 格：不問

休 日：週休二日（シフト制）

時 間：9：00～22：00 の間の 8 時間 * 就業時間は相談可

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722141354.pdf>

▼2025084 . 株式会社 アスモ介護サービス

雇用形態：パート・アルバイト

勤務場所：三鷹市

仕事内容：看護職/ パート（日勤のみ）

住宅型有料老人ホームにおける看護業務（受託業務）

お客様の健康管理業務（バイタルチェック、薬の管理、食事介助、レクリエーション、見守り等）

緊急時はドクターにオンコールで指示を仰げるので安心です。

年 齢：不問

時 給：1,830 円～1,870 円

資 格：看護師もしくは准看護師資格要

経 験：不問

休日・時間：9：00～18：00（夜勤なし）

勤務日数は応相談・休日シフト制

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722141052.pdf>

▼2025081 . 株式会社 アスモ介護サービス

雇用形態：正社員

勤務場所：三鷹、吉祥寺、府中、武蔵村山、武蔵境

仕事内容：介護職/介護福祉士

住宅型有料老人ホームにおける訪問介護業務、及びその他受託業務

個人契約に基づく食事・入浴・排泄等の身体介護業務、

居室清掃・洗濯等の生活支援業務

レクリエーション・共有部分の清掃・敷地内の整備等の受託業務

年 齢：18 歳～64 歳

月 給：251,000～275,000 円

資 格：介護福祉士

経 験：不問

休日・時間：夜勤は月 5 回程度、休日シフト制（月 9 公休、2 月は 8 公休）

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250722140744.pdf>

◆ 求人の応募・お問合せはこちら ◆

応募の際は来所登録が必要となりますので、下記申込フォームよりご登録をお願いします。

【来所相談申込フォーム】

<https://www.tobokyou.net/publics/index/322/>

登録済の方は、メールにてご連絡ください。紹介書をメール添付または郵送します。

E-mail: tama@haat.or.jp

【電話でのお問合せ】

042-506-1182

(月・水・木・土・日・祝 9:00～17:30 火・金 9:00～19:30)

*ご連絡をいただいた時点で募集終了の場合はご容赦ください。

▼ご意見、ご感想などはお気軽に→ info@haat.or.jp

■ ----- ■

【 東京都ひとり親家庭支援センターはあと・はあと飯田橋・はあと多摩】

東京都ひとり親家庭支援センター はあと

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 3-4-6 新都心ビル 7 階

代表電話 03-6261-7303 Email info@haat.or.jp

相談受付 03-6272-8720

東京都ひとり親家庭支援センター はあと飯田橋

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター7 階

電話 03-3263-3451 Email iidabashi@haat.or.jp

東京都ひとり親家庭支援センター はあと多摩

〒190-0012 東京都立川市曙町 2-8-30 立川わかぐさビル 4 階

電話 042-506-1182 Email tama@haat.or.jp

※本事業は東京都からの委託を受け、特定非営利活動法人しんぐるまざあず・ふぉーらむと
(公財) 東京都ひとり親家庭福祉協議会が運営しています。

■ ----- ■