

メールマガジン 2025 年 10 月 16 日配信号

★ はあと運営サイト <https://haat.or.jp/> ★

秋の気配が感じられるようになってきましたね。澄んだ空気とやわらかな陽ざしに包まれて、外に出かけるのが心地よい季節です。

「芸術の秋」ともいわれるこの時期、東京には美術館や博物館、音楽イベント、演劇など、親子で楽しめる芸術・文化の魅力があふれています。お子さんと一緒に、感性を刺激する体験を通して、心に残る思い出をつくってみませんか？ ぜひ、こちらの特集もご参考にして、お気に入りの場所を見つけてみてくださいね。

<https://www.kodomokoho.metro.tokyo.lg.jp/article/202510-1/>

.....

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. NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむからのお知らせ
3. 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 9 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。

9 月に開催しましたが、好評につき追加開催いたします。

日程：12 月 6 日(土) 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：11月15日(土)

申込先：<https://haat.or.jp/event/251206shugyoshien/>

▼令和7年度 はあと飯田橋主催 第5回ライフプランセミナー

デザインしてみよう「これからの私の働き方」

「いま〇〇歳の私」は、子どもの頃に想像していた通りでしょうか。

きっと想像していたよりもずっと若々しく、まだいろいろなことができる！！と感じていらっしゃるのではないかと思います。人生100年時代、親として子育ての時期を越えた後も人生は続きます。

本セミナーでは、私たちを取り巻く社会保険（健康保険、厚生年金保険、雇用保険等）制度を知るとともに、キャリアデザインの基礎を学びます。やりたいこと、したい暮らしの実現に向けて、これからの生き方・働き方を一緒に考えてみましょう。

昨年度多くの方に受講いただいた講座です。最新情報を加えてお届けします。

講師：大鹿奈々絵さん 特定社会保険労務士/AFP、1級キャリアコンサルティング技能士

日時：2025年12月14日(日) 10:00～12:00

参加方法：オンライン(zoom)

定員：40名

締切：12月3日(水)

申込先：<https://haat.or.jp/event/251214lifeplan/>

▼令和7年度 はあと主催 第3回離婚前後の親支援講座

「子ども大人もひとりひとりが大切にされる関係構築のために」

親子交流、婚姻費用、養育費、子どものこと、これからのこと等、相手と話し合う必要があるけれど、不安や恐れなどで難しいと感じることはないでしょうか。

「おとなも子どもも、じぶん自身の“しあわせ”を生きる」をモットーに、離婚等 ADR、親子交流支援などを行っている一般社団法人オンネリより講師をお招きし、ひとりひとりが尊重され大切にされていると感じる関係性を作るために必要な考え方や心構えを学びます。グループでのワークもあります。

講師：鳥生尚美弁護士、竹内明美弁護士 一般社団法人オンネリ

日時：2025年10月29日(水) 13:30～16:30

参加方法：会場 東京ウィメンズプラザ第一会議室 東京都渋谷区神宮前 5-53-67

定員：16名

託児：あり 生後6か月～未就学児 先着5名様

締切：10月16日(木)

申込先：<https://haat.or.jp/event/251029oyashien/>

▼令和 7 年度 はあと主催 第 4 回離婚前後の親支援講座

ひとり親が知っておきたい「助けになる支援制度」

ひとり親になるかもしれない時期から受けられる支援や助けになる制度、ひとり親に限らず受けられる支援や制度のお話しとともに、ひとり親のみなさんからよくいただく相談 Q & A 等を、相談経験豊富な講師よりお話しいただきます。

後半は受講者で語り合うおしゃべりタイムもあります。普段抱えこみがちな気持ちを話したり、情報を共有したり…ファシリテーターが伴走する安心安全な場で、リラックスしてお話ししてください。

講師：小森雅子 社会福祉士、国家資格キャリアコンサルタント

NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ理事長

日時：2025 年 11 月 20 日（木）10:00～12:30

参加方法：会場 東京ウィメンズプラザ第一会議室 東京都渋谷区神宮前 5-53-67

定員：20 名

託児：あり 生後 6 か月～未就学児 先着 5 名様

締切：11 月 10 日(月)

申込先：<https://haat.or.jp/event/251120oyashien/>

【はあと多摩のイベントご案内】

▼第 6 回ひとり親グループ相談会『お子さんの発達特性に寄り添う』

～ご自身の EQ を高めて子育ての不安を自信に変えましょう～

「うちの子、もしかして発達に特性があるのかも…」

そんな不安を感じたことはありませんか？

「発達」について理解を深めることは、子育ての土台を安定させます。

そしてもうひとつ大切なのが、親御さんがご自身の感情を理解して子どもの感情に寄り添う力『EQ』です。感情に寄り添うコミュニケーションや特性に合わせた関わりを取り入れ、子育ての不安を自信へと変えるヒントを得ませんか？

後半はひとり親同士でお互いの思いや悩みを共有する時間もあります♪

講師：島沢照美（公認心理師・産業カウンセラー）

日時：11 月 15 日（土）13:30～16:30

場所：はあと多摩 多目的室

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 11/4am9:00 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 11/4 am9:00

<https://haat.or.jp/event/251115group/>

▼はあと多摩主催第 4 回ライフプランセミナー

『明るい老後のための公的年金と資産形成のはなし』

あなたは将来の年金受給額を知っていますか。

このセミナーでは私たちの大切な公的年金と、老後への備えとして活用ができそうな個人年金・NISA・iDeCo などについて、それぞれの特徴や注意点を交えながらお話させていただきます。

老後のことまで余裕がない日々の中でも、明るい老後を迎えるために制度を理解し出来ることから 始めてみませんか？

ぜひこの機会に一緒に学びましょう。

講師：ファイナンシャルプランナーAFP 高橋まどか氏

日時：11月29（土）14：00～15：30

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

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 11/21 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/1129lifeplam/>

▼第7回ひとり親グループ相談会『今日からできるお食事の整え方』

～難しいことぬき！心と身体が喜ぶごはんのこと～

時間もお金も限られている中で、家族の健康を守る毎日の食事はとても大切ですよね。今、簡単でおいしくて続けやすい「みそ汁とごはん」の献立に注目が集まっています！

一汁一菜は、旬の野菜を中心に、食べたいものならなんでも具として取り入れやすく、必要な栄養素をしっかり摂ることができる優れたスタイル。お子さんも作りやすく、忙しい毎日にもぴったりです。

講師は、数々の食事法を研究し、テレビや雑誌などでも活躍されている管理栄養士・神田由佳さん。ご家庭でもすぐに取り入れられる工夫が満載！

後半は、参加者同士で気軽に思いや悩みを語り合える交流の時間もあります。体も心もほっとゆるむ、学びと癒しのひとときをご一緒にいかがですか。

講師：神田由佳（管理栄養士）

日時：12月6日（土）13：00～16：00

場所：東京都健康プラザハイジア4階ウェルネスエイジ研修室（新宿）

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 11/25am9:00 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 11/25 am9：00

<https://haat.or.jp/event/251206group/>

▼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 3 回《初級》 12 月 4 日（木）、12 月 11 日（木）、12 月 18 日（木）

第 4 回《応用》 2 月 5 日（木）、 2 月 12 日（木）、 2 月 19 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 3 回 11 月 12 日（水）

第 4 回 1 月 14 日（水）

<https://haat.or.jp/event/1204shugyoshien/>

## ◇2. NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーむからのお知らせ



### ▼就労支援講座「生成 AI 入門セミナー」

生成 AI を学び、お仕事の効率化を図ってみませんか？

生成 AI は気になってはいたけど、触った事がない。興味はあるけど、自分にできるか不安。そんな方向けの基礎から学べる生成 AI 入門セミナーです。まずはイベントの企画書作りを通して実践してみましょう！

日時：2025 年 11 月 22 日（土）10:00～16:30（9:45～受付開始）

場所：日本マイクロソフト株式会社 品川本社

〒108-0075 東京都港区港南 2-16-3 品川グランドセントラルタワー

<https://www.microsoft.com/ja-jp/mscorp/branch/sgt>

対象：

- ・Word・Excel を普段使用している方
- ・パソコンのキーボードで、日本語の入力がスムーズに出来る方
- ・マウス操作ができる方

定員：20 人 ※応募者多数の場合は抽選となります。

申し込み：<https://40bf252e.form.kintoneapp.com/public/20251122>

締め切り：10 月 26 日（日）

※11 月 5 日までに受講の可否のご連絡をメールでお送りします。

問い合わせ：[event@single-mama.com](mailto:event@single-mama.com)

### ▼対面のママカフェ

同じ立場や経験を持つみなさんと、NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーむのファシリテーターが進行する安心、安全な場でおしゃべりしてみませんか。

会員以外の参加も OK です。別居中（離婚成立前）の方も参加可能です。

詳細：「ほっとサロン in プラザエフ」<https://shufukaikan.org/saron/>

日時：2025 年 11 月 15 日（土）14:00～16:00

会場：四谷主婦会館プラザエフほっとサロン <https://shufukaikan.org/access/>

申し込み：10 月 15 日より受付開始

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScJ07QAzEkTx8YXWo6y2K\\_oM1aEI4VFTu6OjV\\_KCsYo9oYrew/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScJ07QAzEkTx8YXWo6y2K_oM1aEI4VFTu6OjV_KCsYo9oYrew/viewform)

※保育は開催日の 1 週間前までにお申し込みください。

対象年齢 6 ヶ月から 9 歳まで。定員になり次第締め切ります（先着順）

問い合わせ：TEL：03-3265-8118

### ◇3. 注目求人ピックアップ



#### ◇お仕事情報 はあと飯田橋◇

▼HI202509-067 株式会社 ViSTA

雇用形態：契約社員 ※正社員登用あり

勤務場所：港区 芝公園駅・田町駅

仕事内容：事務職 ★子育てをしながら働きたい方歓迎、ひとり親の方歓迎。

総務・経理・人事業務全般に係る業務(点検立会等、庶務業務等含む)、管理不動産における管理・対応業務全般(日常管理・修繕業者対応・契約管理など)

勤務時間：9:00～17:00 ※週休二日制（土・日・祝・年末年始：12/30～1/3）

給与：250,000 円/月

年齢・学歴・資格・経験：不問

パソコンスキル：Word・Excel 基本

通勤手当：全額支給（定期代）

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/05/HI202509-067.pdf>

▼HI202510-071 株式会社ローランズ

雇用形態：正社員 ※パート求人もあります

勤務場所：品川区東品川「天王洲アイル」駅

仕事内容：グリーンファクトリー店長候補 ・観葉植物レンタルサービス 顧客へのプラン提案、設置、メンテナンス ・植栽管理 既存顧客への定期的な植栽管理（水やり、除草、剪定など） ・店舗業務（清掃、商品の陳列・管理など） ワークショップ企画

※明るく丁寧な接客ができる方、花や植物に関する知識・経験をお持ちの方歓迎！未経験でも緑を扱う仕事に情熱を持ち、学ぶ意欲のある方を歓迎します

※子ども連れ出勤相談可／バースデーフラワー & カフェチケット制度、従業員割引制度等あり

勤務時間：10:15～19:15

給与：233,500/月

年齢・学歴：不問

資格：運転免許あれば尚可

経験：花や植物に関する知識・経験 あれば尚可

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/04/HI202510-071.pdf>

▼HI202509-061 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：フルリモート勤務（ご自宅）

仕事内容：ネット高校でのメンター担当（教育業界未経験歓迎）高校生を対象にメンターとしてコーチング面談や進路相談、生徒がやりたいことを見つけるための学内コンテンツの提案、その他職員サポート業務を担っていただきます。

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：不問

学歴：大学卒

経験：基本的な IT スキル、教員経験や予備校、学習塾での指導経験がある方歓迎

※教育業界未経験でも 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/HI202509-061.pdf>

▼H202508-054 世田谷区役所

雇用形態：会計年度任用職員

勤務場所：世田谷区内小学校 61 施設のいずれか

仕事内容：世田谷区立小学校で実施している「新 BOP 事業」（放課後の児童の自由な遊び場と学童クラブを併せた児童の健全育成事業）のサポート業務。



配属された小学校新 BOP で室内や校庭等での児童のサポート、おやつを提供、イベントの企画、報告書の作成、保護者や担当所管との連絡業務など新 BOP 事業の運営業務。

勤務時間：①12:20～18:20 ②8:15～14:15 ③10:15～16:15 ④13:05～19:05(時間延長申請時のみ)

給与：指導員 A)214,119 円/月、指導員 B)204,740/月、指導員 C)202,794/月、賞与有

休日：週休二日制、夏季・年末年始休暇

年齢・学歴：不問

資格・経験：指導員 ABC により異なる（求人詳細参照）

通勤手当：55,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/08/HI202508-054.pdf>

#### ▼HI202510-074 一般社団法人生活サポート基金

雇用形態：パート

勤務場所：新宿区神楽河岸 飯田橋駅

仕事内容：市民ファンドを原資とした貸金業登録による貸付業務

パソコンを使用した Word・Excel による入力作業、電話対応等

勤務時間：9:30～18:00

※週3日、5時間程度の勤務も可能、曜日・時間は相談の上決定

※土日祝休、夏季・年末年始休暇

給与：1,260 円/時

年齢・学歴・資格：不問

経験：あれば尚可

パソコンスキル：Word・Excel 基本操作程度

※生活クラブ生協・東京とパルシステム連合会の協力により多重・過剰債務者の救済を目的として設立されました。東京都の生活再生事業やひとり親と社会的養護下の若者を支援するソーシャルエンジェルファンド事業など、社会的に厳しい環境の方向けの支援をしています。

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2024/07/HI202510-074.pdf>

#### ▼HI202510-073 日本国民食株式会社

雇用形態：パート

勤務場所：品川区北品川



仕事内容：公立小中学校の給食室で子どもたちのために学校給食調理のお手伝いをさせていただきます

【主な仕事内容】野菜や果物のカット／ハンバーグやコロッケなどの成型／児童・生徒への給食の受け渡し／食器類のセット／下膳された食器類の洗浄作業など

勤務時間：9：00～15:00 または 9:00～5 時間程度

※勤務日数は平均週 3 日程度

土日祝、年末年始、学校の長期休暇中は休み

給与：1,250 円/時

年齢：65 歳まで（定年年齢を上限）

学歴・資格・経験：不問

通勤手当：100,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2024/06/HI202510-073.pdf>

#### ▼HI202510-069 株式会社ルナビルメンテナンス

雇用形態：パート 20 名の募集！

勤務場所：豊島区高田「高田馬場」駅

仕事内容：高層ビルの窓、外壁清掃 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、低所のガラス清掃から始めて頂きます。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

勤務時間：8:00～16:00（原則本社に集合してから仕事場に向かいますが、直行直帰の現場もあります）

※週 3 日程度から勤務可能で長期お休みにも対応でき、柔軟な働き方が可能です。

給与：10,000 円/日

年齢・学歴・資格・経験：不問

通勤手当：50,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2024/05/HI202510-069.pdf>

#### ▼HI202510-070 株式会社ベネッセスタイルケア

雇用形態：パート

勤務場所：豊島区西池袋「目白」駅

仕事内容：ベネッセの有料老人ホームでの用務員のお仕事です。50 代～60 代やシニアも活躍中！

・社用車の運転（送迎含む）・ホーム内外の清掃・環境整備 ・ホームでの生活必需品や備品等の保守・点検・管理 ・ご近所へのお買い物 ・庶務

※一つひとつの作業はシンプルなので未経験からでも無理なくスタートできます

※資格は普通自動車免許（AT 限定可）のみで OK！

※分からないことは周りのスタッフにすぐ聞けるので安心です！

勤務時間：9:30～16:30

※週所定労働日数 2 日。週休二日制、勤務表による

給与：1,330 円/時

年齢・学歴：不問

資格：普通自動車運転免許（AT 限定可）必須

通勤手当：交通費規定内支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2024/11/HI202510-070.pdf>

#### ▼HI202510-075 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：ヘルパー 訪問介護におけるヘルパーの仕事です。ご利用者様のご自宅へ訪問して、入浴・排せつ・料理・買い物等の生活のサポートをするお仕事です。移動方法は徒歩、自転車となります。

勤務時間：9:00～18:00 の間、週 3 日以上、フルタイムも可能

週休二日制毎週、年末年始休暇 12/31～1/3、リフレッシュ休暇（契約時の 1 カ月の労働時間が 120 時間以上の場合）

給与：1,226～1,280 円/時（資格・経験に応じて）、業績により賞与あり

年齢・学歴・実務経験：不問

資格：介護職員初任者研修修了者あれば尚可

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/2023/06/HI202510-075.pdf>

#### ▼HI202510-068 大同生命保険株式会社 渋谷支社

雇用形態：正社員

勤務場所：渋谷区道玄坂

仕事内容：企業福利厚生プランナー（法人営業）

法人会会員企業に対する福利厚生制度の推進（法人営業）・家庭訪問ではありません・土日祝は休みで半日休暇制度もあります・仕事と家庭の両立が可能な職場です・営業未経験の方が多数入社

し活躍しています・女性も多く（9 割以上）長く働くことが出来る職場です・子育てサポートに積極的に  
取組む企業として厚生省東京労働局より「次世代育成支援対策推進法に基づく特例認定【プラチナく  
るみん認定】事業所」を受けています

勤務時間：9:20～17:20

給与：220,000 円～250,000 円/月

年齢・資格・経験：不問

学歴：高卒以上

通勤手当：35,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/02/HI202510-068.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](mailto: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◇

▼2025106. 株式会社 BTF

雇用形態：パート・アルバイト

勤務場所：府中市四谷町

仕事内容：食品加工・農業

・各種果物の下処理・調理・充填作業、ハーブ収穫・加工・下処理作業

・カフェ園内整備作業等、イベント販売作業

※就業時間等についてはご相談が可能です

年 齢：不問

時 給：1,226 円

資 格：不問

就労日数：月 12 日程度（土日・祝休）

※イベントの販売会の参加の場合土日出勤あり

時 間：10:00～15:00

9 : 00～17 : 00

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250916092942.pdf>

▼2025112. 第一生命保険株式会社

雇用形態 : 正社員

勤務場所 : 新宿区 (試用期間中は中央区)

仕事内容 : 営業職

・企業および個人への保険商品 (生命保険・損害保険・がん保険等) のコンサルティングおよびご契約者へのアフターサービス

年 齢 : 49 歳まで (長期勤続によるキャリア形成を図るため)

月 給 : 250,000 円～510,000 円

資 格 : 不問

休 日 : 週休 2 日 (土日・祝)

時 間 : 9 : 30～17 : 30 (試用期間は 9 : 00～17 : 00)

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924145839.pdf>

▼2025114. 日本国民食株式会社

雇用形態 : 契約社員

勤務場所 : 多摩市永山、多摩市南野、稲城市矢野口

仕事内容 : 調理員

朝礼:連絡事項を含む朝礼

午前:調理と一部片づけ

昼休み:その日に調理した給食をたべていただきます。

午後:食器の洗浄作業と残飯廃棄

帰宅:定時帰宅

年 齢 : 不問

月 給 : 206,000 円～226,000 円

\* 夏季休暇中も毎月の給与額に変更はありません。

資 格 : 不問

\* 勤務しながら、調理師免許の取得も目指せます。

休 日 : 週休 2 日 (土日・祝、夏季休暇、年末年始休暇)

\* 年間休日日数 135～140 日

時 間 : 7 : 30～16 : 30 (永山)、7 : 15～16 : 15 (稲城市矢野口)

\* 学校に合わせた勤務スケジュールなので、学校や保育園に通うお子様がいる方でも安心して働けます。

\* 稲城市矢野口は稲城駅から送迎もあり

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924150123.pdf>

▼2025111. 株式会社第二さいとうガーデン

雇用形態：正社員

勤務場所：東京競馬場(府中市)

仕事内容：東京競馬場のグリーンスタッフ 軽作業員

- ・馬場の手入れ・競馬場内の花壇管理、開催作業（開催時）
- ・花壇手入れ、花木選定、植替え、芝の手入れ

年 齢：不問

日 給：11,000 円～13,000 円

資 格：不問

休 日：週休 1～2 日（会社カレンダーによる）

時 間：8：30～17：00（休憩 90 分）

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924145717.pdf>

▼2025109. 株式会社 メトロール

雇用形態：パート・アルバイト

勤務場所：立川市高松町

仕事内容：センサー組立作業者

- ・座ってできる作業が中心ですが、一部立作業ラインもあり
- ・他に、事務（購買、品質保証）、部品検査、機械加工などもあり

※未経験者歓迎です

年 齢：不問

時 給：1,400 円～1,700 円

資 格：不問

経 験：不問

休 日：週休 2 日（土・日・祝日）

時 間：09：30～16：30

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250910154748.pdf>

▼2025117. (株)ロビー

雇用形態：契約社員

勤務場所：新宿区新宿（ご依頼先宅との直行直帰もあり）

仕事内容：家事代行サービススタッフ

- ・普段の家事経験を活かして社会に貢献できる、とてもやりがいのあるお仕事です

【1 日の働き方の例（実働 8 時間）の場合】

10：00～12：00（虎ノ門 A 様のお宅）→休憩＆移動→13：00～16：30（水天宮前の B

様宅)→移動→17:00～20:00(九段下のC様宅) 計:実働8時間移動

年 齢: 不問

月 給: 300,000円～300,000円

資 格: 不問

休 日: 週休2日(本人希望を考慮して決定(土日休みも応相談))

時 間: 9:00～20:00の間の8時間程度

\*勤務時間帯は応相談

\*試用期間3ヶ月(月給25万円)

求人詳細: <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924152321.pdf>

#### ▼2025107. 株式会社てあて

雇用形態: 正社員

勤務場所: 立川市錦町

仕事内容: マッサージ師・鍼灸マッサージ師

主に寝たきり高齢者宅を訪問し、在宅マッサージ

社有軽自動車使用。自家用車持込の場合は車両手当を支給。

訪問エリア①立川・国立・国分寺その他周辺 ②昭島その他周辺

③青梅・羽村その他周辺 ④八王子・日野その他周辺

\*応募の際は、必ずHPをご覧ください。 <https://www.te-ate.com>

年 齢: 59歳まで(定年が60歳のため)

月 給: 230,000円～260,000円

資 格: あん摩マッサージ指圧師、普通自動車運転免許

休 日: 週休2日(日・他1日・祝日は会社カレンダーあり)

時 間: 9:00～18:00

求人詳細: <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924145251.pdf>

#### ▼2025115. 有限会社 ベルグレーション

雇用形態: パート・アルバイト

勤務場所: 東大和店、府中店

仕事内容: 掃除スタッフ

・定期契約宅ヘチーム(2～3人)でお伺いし、お掃除をするハウスクリーニング

時 給: 1,520円

資 格: 不問

勤務日数: 1～5日/週(相談に応じます)

休 日: 週休2日(土日・祝、他勤務シフトによる)

時 間: 9:00～16:00

\* 勤務時間、勤務日数は相談に応じます。

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924150413.pdf>

▼2025108. 株式会社ジェイ・シー・アイ

雇用形態 : パート・アルバイト

勤務場所 : その日の現場に応じて変動有 ( 2 3 区、多摩地区、神奈川エリア中心。ご相談の上調整いたします)

仕事内容 : 建築業、内装業

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！ 専用の軽いハケで壁を塗っていく作業のため、力仕事ではございません！

活躍しているスタッフも大半は女性です

\* ◎週 1 日～、1 日 3h～勤務が可能です。

年 齢 : 不問

時 給 : 1,250 円～1,500 円

資 格 : 不問

休 日 : シフト制 (ご希望の日数、時間帯で調整します)

時 間 : 9 : 00～19 : 00 の間でご相談可

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20251001144410.pdf>

▼2025113. 株式会社 エヌケイグローバル

雇用形態 : パート・アルバイト

勤務場所 : 調布市布田

仕事内容 : 飲食店スタッフ

簡単な調理、お客様の案内、配膳

片付け、清掃 開閉店対応、個々の個性を活かした仕事内容

年 齢 : 不問

時 給 : 1,250 円

資 格 : 不問

就労日数 : 週 3 日 (シフト制)

時 間 : ① 10 : 00～14 : 00、②、③17 : 00～23 : 00

求人詳細 : <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924145957.pdf>

▼2025110. 株式会社 エムティー

雇用形態 : パート・アルバイト

勤務場所 : 新宿、二子玉川

仕事内容 : 施設警備員



百貨店のご案内業務

- ・従業員出入口での受付・電話対応業務
- ・女性お手洗い並びに館内の見回り
- ・女性お手洗いなどでの緊急時対応
- ・拾得物・遺失物の受付

\* 制服をご着用いただいての業務となります

年 齢： 不問

時 給： 1,300 円～1,300 円

資 格： 不問

休 日： 週休 2 日（原則変形労働制によるシフト制だが土日も相談可）

時 間： ① 9：00～16：00、②9：30～17：00、③10：00～20：00

\*ご相談可

休 憩： 60 分～120 分

求人詳細： <https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20250924145620.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](mailto: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](mailto: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](mailto: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。

