

メールマガジン 2026 年 3 月 16 日配信号

★ はあと運営サイト <https://haat.or.jp/> ★

春の光が少しずつ強くなり、街の色が変わり始めました。新しい季節は、気持ちを切り替えるきっかけをそっと運んでくれます。ここからまた、新しい一歩を踏み出す準備が整っていくような、そんな 3 月になりますように。

.....

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. 他団体からのお知らせ
4. 注目求人ピックアップ

◇ 1. イベント・セミナーのご案内



4 月以降のセミナーは、4 月のメールマガジンでのご案内になります。

◇ 2. NPO 法人 しんぐるまざあず・ふぉーらむからのお知らせ



▼対面のママカフェ「ほっとサロン in プラザエフ」

子どものことや仕事のこと、養育費や福祉手当のことなど、わからないことや不安、困りごとをひとりで抱えていませんか。同じ立場の方と、気持ちを少しだけ話してみませんか。

資格と経験のある NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむのスタッフがファシリテーターを務める、安心して過ごせる場です。離婚前の方もどうぞ気軽にご参加ください。

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

日時：3 月 2 1 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：

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

保育：6か月から9歳まで、定員有り（先着順）（子ども1人につき500円）

◇3. 他団体からのお知らせ



▼学習支援教室ソライロからのお知らせ

中学3年生対象！都立高校入試対策の無料学習教室「ソライロ」は、2026年度の生徒を募集します。

ソライロは、都立高校を受験する中学3年生のための無料の学習教室です。

大学生や社会人のボランティアが無料でサポートします。

対象：令和8年度に中学3年生の方

開催日：6月（※）～3月まで隔週日曜日・13時30分～17時30分

場所：荒川区町屋

定員：15名

詳しくはこちら：<https://www.sorairoschool.net/>

※説明会を開催します。

5月10日（日）13時30分～14時30分

説明会に参加しなくても、通塾できます。

下記フォームでご希望をお聞かせください。

【お申込み・問合せ先】

<https://ws.formzu.net/sfgen/S80262715/>

▼「訪問型病児保育事業」認定NPO法人フローレンスからのお知らせ

認定NPO法人フローレンスは親子・子育て支援を行う認定NPO法人です。親御さんに代わって熱や体調不良のお子さんを自宅で看病する「訪問型病児保育事業」では、2005年より15万件を超える親子のピンチに駆けつけてきました。

◎ひとり親家庭に選ばれている「3つの安心」

1. 寄付を原資とし利用負担が軽減 月々1000円で月1回の病児保育が利用可能
2. 送迎不要！ご自宅にお伺いします。「訪問型」なので、準備の負担は最低限
3. 就労の有無を問わない・離婚成立前でも利用可能

▽入会には条件があります。詳細はこちらを御覧ください

<https://byojihoiku.florence.or.jp/news/info/20231/>

◎動画のご案内

「実際の保育の様子」や「入会方法」などを動画でお届けしています。

<https://youtu.be/DsS1FVFYdTE>

「一人で頑張る」を、「みんなで育てる」へ。

フローレンスの病児保育が、皆さんのお仕事と育児の両立を支えるクルーとしてお力になれると嬉しいです。

お問い合わせ：[member@florence.or.jp](mailto:member@florence.or.jp)

#### ◇4. 注目求人ピックアップ



◇お仕事情報 はあと飯田橋◇

▼HI202603-115 トーターエンジニアリング株式会社

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 ★未経験の方大歓迎！！やる気のある方大募集★

◆総務事務(給与計算、社会保険関係等) ◆経理事務(伝票入力、現預金管理等) ◆庶務

勤務時間：9:00～17:00 ※週休二日制（土・日・祝・年末年始：12/30～1/4）

給与：300,000円～350,000円/月

年齢・学歴・資格・経験：不問

パソコンスキル：Word・Excel 基本レベル

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/10/HI202603-115.pdf>

▼HI202603-117 グランアシスト社会保険労務士事務所

雇用形態：パート ※在宅勤務可能

勤務場所：自宅もしくは事務所（港区広尾駅）

仕事内容：事務所運営を支えるバックオフィス業務を担当していただきます。

・顧問先への請求・売上管理業務・事務所通信の企画・原稿作成サポート

・契約書発送および管理業務・各種資料作成・業務フロー整備

・クライアント対応の事務支援

勤務時間：10:35～19:35 週20時間以上で勤務日数相談可 ※土日祝休

給与：1226円/時～1276円/時

年齢：35歳まで 例外事由3号イ=キャリア形成

資格：社会保険労務士資格 あれば尚可

学歴：高等学校卒業以上

経験：不問

パソコンスキル：Word、Excel、PowerPoint 基本レベル

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2026/03/HI202603-117.pdf>

▼HI202603-118 宮園バス株式会社

雇用形態：パート ※正社員登用あり。

勤務場所：江戸川区一之江駅

仕事内容：福祉送迎バスサポートスタッフ（添乗員）高齢者施設、障がい者施設及び養護学校等、福祉施設へ通われる方々が、当社送迎車両をご利用される際、乗降介助や車内でのお世話をさせていただくお仕事です。ステップでの乗降介助、座席へのご案内、シートベルトの着用、車イスのお客様のためのリフト介助、車椅子の固定、走行中の安全確認・見守り等をおこなっていただきます。60歳以上の方も大活躍中。年齢を気にすることなく活躍できる仕事です。

勤務時間：7:30～17:30 の間の6時間程度 ※週休2日制

給与：1,300円/時

年齢・資格・学歴：不問

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2026/03/HI202603-118.pdf>

▼HI202603-123 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（職務区分手当を含む）

休日：土日祝、その他

年齢：64歳まで（定年が65歳のため）

学歴：高等学校卒業以上（母国語が日本語以外で就労制限のある在留資格の場合、建設学科卒業必須かつ日本語能力試験N2レベル相当の方）

資格：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・PowerPoint 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/HI202603-123.pdf>

▼HI202603-119 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：1,250～1,500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/HI202603-119.pdf>

▼202603-125 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：9:00～21:00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：1250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/HI202603-125.pdf>

▼HI202603-122 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：1,226 円/時 ※シングル手当あり（月額 20,000 円）業績により賞与あり

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/HI202603-122.pdf>

▼HI202603-120 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

休日：土日祝、その他

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/HI202603-120.pdf>

▼HI202603-121 株式会社ソライズ

雇用形態：パート ソーシャルファーム社員

勤務場所：千代田区水道橋駅 ※在宅・テレワーク勤務可（通勤あり）

仕事内容：管理部門における事務作業や、Web ディレクター/デザイナーのアシスタント業務 <主な業務内容> -伝票作成、請求書作成、勤怠簿管理 -インターネットや生成 AI を用いた調査業務 -その他、アシスタント業務（特性に合わせて配慮いたします。ご相談可能）

勤務時間：9:00～18:00、週休二日制、土日祝休、夏季休暇、年末年始休暇

※週 20H～30H の短時間勤務、フレックス制、在宅勤務のご相談が可能

給与：週 10 時間：50,000 円～60,000 円/月 週 20 時間：100,000 円～120,000 円/月

年齢・学歴・資格：不問

実務経験：【必須】就労経験のある方（3年以上）上司や同僚とコミュニケーションを円滑にとることができる方【歓迎条件】・Web 関連の業務経験を有する方（Web ディレクター、Web マーケティング、ライティング等）

パソコンスキル：Word 基本、Excel 中級

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2026/03/HI202603-121.pdf>

#### ▼HI202603-124 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：中央区人形町駅

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。会社の事情に合わせたプランを経営者に提案する営業で、一般家庭に対する勧誘はありません。対応に困ったら、経験豊富な社員が親身になって相談に乗りますので安心です。※普段のご近所付き合いや、世間話等の何気ないコミュニケーション力が非常に役立つお仕事です。まずは気軽に会社説明会に参加してみませんか。\*採用前に選考を兼ねた研修があります。研修期間1ヶ月、研修時間10時～17時（休憩60分、研修受講手当8,000円支給、交通費実費支給）\*研修後試験合格により正式入社（試用期間2ヶ月あり）\*教育プログラムが充実。\*有給休暇：採用時に付与し、その後毎年6月1日に20日付与（法定以上）

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/HI202603-124.pdf>

▼HI202601-103 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 ※相談可能

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/HI202601-103.pdf>

-----  
★求人のお応募・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◇

▼2025192. 市ヶ谷経理税理士法人

雇用形態：正社員

勤務場所：千代田区九段北

仕事内容：事務、経理

○税理士事務所の補助業務又は総務経理（記帳代行、給与計算や領収書整理など）

月 給： 230,000 円～430,000 円

資 格： 日商簿記 3 級以上

休 日： 週休 2 日制（土・日・祝）

時 間： 9：00～18：00（7 時間勤務求人もあります）

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260218095849.pdf>

▼2025201. (株) BYM

雇用形態：正社員

勤務場所：八王子市堀之内

仕事内容：調理 接客

○九州より直送の豚肉を一頭丸ごと店内で仕込み、主にハンバーグをメインとした豚料理を提供するレストランです。

ホール、接客を主とするスタッフを正社員として採用いたします。

当社ではスタッフ同士が協力し合える体制を整えているため、子育て中のお母さんも安心して働ける職場です。

○お子様の体調不良などによる急なお休みや早退にも柔軟に対応可能です。

土日祝は休日となりますので、お子様との時間を充実させてください。

月 給： 230,000 円

資 格： 不問

休 日： 週休 2 日制（土・日・祝）

時 間： 9：00～17：00

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224100042.pdf>

▼2025202. 株式会社メイク・ピュリアイ

雇用形態：正社員

勤務場所：都内の各現場

仕事内容：清掃

ビルやマンション、店舗やオフィスでの日常清掃。

現場は主に都内になります。

現場の品質管理のための巡回、スタッフ指導。

年 齢： 不問

月 給： 260,000 円～280,000 円

資 格： 普通運転免許があれば望ましい

休 日： 週休二日（土日）

時 間： 要望に沿うように相談可（9：00～17：00、8：00～16：00 等）

\* 残業無し！加入保険は法定通りです

\* ひとり親の方や子育て中の方に対する理解が深い会社です。

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224095429.pdf>

▼2025194.株式会社千葉庄

雇用形態：パート・アルバイト

勤務場所：都内・埼玉県・神奈川県

仕事内容：試食販売員

・都内百貨店およびスーパーで、青果・鮮魚・精肉他の商品のご紹介・試食販売

・ノルマなし

・未経験の方でも丁寧に指導します（研修期間あり）

年 齢：不問

日 給：9,000 円

資 格：不問

休 日：週休二日（平日シフトによる）（勤務日数はお相談可能です）

時 間：10：00～18：00、10：30～18：30、11：00～19：00

\* 勤務時間は、出向先の勤務時間により決まります

\* 通勤手当は全額お支払いいたします。

\* 加入保険は法定通りです

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224094853.pdf>

▼2025198.株式会社ソライズ

雇用形態：契約社員

勤務場所：千代田区神田猿樂町

仕事内容：事業企画／ディレクター／オープンポジション

・1.ディレクター：ビジネスサポート事業や新規事業開発において、

プロジェクトマネージャーのサポート業務

・ゆくゆくはディレクターとして 独り立ちしプロジェクト進行管理

（課題検出、プランニング、スケジューリング、リソース管理、関係者とのリレーション他）

・資料およびレポート作成 ・取引先とのコミュニケーション

2.オープンポジション：経営陣と共に事業全般に関わっていただきます。

入社当初から「1.ディレクター」業務を独り立ち して行って頂くイメージです。経営陣とは密に相談をしながら自主的に業務を進めていただきます。

1・2 ともにご経験・キャリア志向、適性に応じて将来的に管理職にキャリアアップしていただくことも可能です。

年 齢：不問

月 給： 210,000 円～350,000 円

資 格： 不問

実務経験： 3 年以上

PC スキル： 中級以上

休 日： 週休二日（土日祝）

時 間： 9：00～18：00（フレックスタイム導入、短時間勤務もご相談下さい）

\* 20 時間、30 時間の時短勤務もご相談可能です。

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224095715.pdf>

#### ▼2025205. 柴原善文税理士事務所

雇用形態： 正社員

勤務場所： 東久留米市東本町

仕事内容： 税務・会計業務（週休 3 日制）

・パソコンを使って試算表・決算・確定申告及びその付随業務等全作業

・専用の会計ソフト・税務ソフトを使用

・パソコン操作は入力・データバックアップ・パソコン間のデータ交換

年 齢： ～35 歳くらいまで

月 給： 180,000 円～190,000 円

資 格： 日商簿記 3 級以上

休 日： 週休 3 日（土・日・祝・他）

\*フレックスタイム、休日のご相談可

時 間： 9：00～18：00 の間の実働 7 時間

\* 加入保険は法定通りです

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224095133.pdf>

#### ▼2025204. 株式会社モテギ

雇用形態： 正社員

勤務場所： 渋谷区・新宿区

仕事内容： ホームヘルパー

・高齢者や障害者のご自宅に訪問し身体介護（入浴・排泄介助等）や 生活援助（掃除・洗濯・買い物等）を行うことで、ご本人や家族が安心して在宅での生活を送る事が出来るように援助する仕事です。

\*無資格の方も資格支援の後は丁寧に指導いたします。

\* 1 日間のお試し実習あり。（資格なし OK）

年 齢： 不問

月 給： 218,000 円～227,000 円

資 格： 資格取得支援制度あり、ホームヘルパー 2 級以上尚可

休 日： 週休 2 日（日・他）

時 間： 8：30～16：30、10：00～18：00、9：00～17：00

\* 上記で応相談

\* 加入保険は法定通りです

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224095035.pdf>

▼2025195. 株式会社 REIAWA

雇用形態： パート・アルバイト

勤務場所： 立川市幸町

仕事内容： 畑管理

●カフェで保有している畑の管理、野菜の栽培、収穫

\* 1 度 C A F E に出勤、タイムカード打刻後カフェ野車で畑に向かいます。

\* 畑の状況により最初の半年間は時短勤務の可能性あります。

また、畑の状況や悪天候によりお休みが発生する可能性もあります。

求人番号 2025196：ホール担当、求人番号 2025197 調理補助担当と兼務も可能

年 齢： 不問

時 給： 1,226 円

休 日： 週休 2 日（もしくは月労働日数 16 日）

時 間： 8：00～17：00

\* 週 10 時間以上、1 日 4 時間以上～相談可。

最初の半年間は短時間の可能性あり。

\* 加入保険は法定通りです

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260224103237.pdf>

◆ 求人のお応募・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。

