

メールマガジン 2026 年 6 月 16 日配信号

★ はあと運営サイト <https://haat.or.jp/> ★

6 月に入り梅雨を迎え、大雨への備えが重要な時期になりました。近年では都内でも短時間で激しい雨が降るケースが増え、河川の氾濫、地下空間への浸水など、身近な場所でも急激に状況が悪化するリスクがあります。いざという時に命を守るための、正しい知識と対策で水害に備えましょう。

東京都のサイトも参考にしてください。

<https://www.koho.metro.tokyo.lg.jp/2026/06/01-1.html>

<https://www.koho.metro.tokyo.lg.jp/2026/06/01-2.html>

.....

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・東京しごとセンターからのお知らせ
3. NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむからのお知らせ
4. 他団体からのお知らせ
5. 今号のトピックス
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 8 年度 はあと飯田橋主催 第 4 回就業支援講習会

「自分らしさを軸にした モチベーション・マネジメント」～いきいきと働くための考え方と、自分らしい働き方の工夫～

このセミナーでは、自分らしくいきいきと働くために、自分の価値観を見つめ直し、モチベーションを高める工夫を学びます。

仕事に前向きに取り組むためのポイントや、「自分ならできる」という感覚を高める考え方を整理しながら、自分らしく働くヒントを探っていきます。また、日々の仕事との関わり方を少し工夫することで、やりがいや働きやすさを高める視点についても学びます。

自分の価値観や強みを活かし、明日から実践できるヒントを持ち帰っていただける内容です。

講師：山岡 正子さん 国家資格キャリアコンサルタント、2 級ファイナンシャル・プランニング技能士

日時：7 月 25 日(土) 10：00～12：00

参加方法：オンライン(Zoom)

定員：30 名

締切：7 月 13 日(月)

申込先：<https://haat.or.jp/event/260725shugyoshien/>

▼令和 8 年度 はあと主催 第 2 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ご相談 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 雅子さん 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：7 月 14 日(火) 10：00～12：30

会場：me:rise 立川 Conference Room B

東京都立川市曙町 2-8-28 TAMA MIRAI SQUARE 3 階

JR 中央線「立川」駅 徒歩 5 分

多摩都市モノレール「立川北」駅 徒歩 5 分

定員：20 名

締切：7 月 5 日(日)

託児：生後 6 か月～未就学児 先着 5 名 (託児申込締切：6 月 30 日(火))

申込先：<https://haat.or.jp/event/260714oyashien/>

▼令和 8 年度 はあと飯田橋主催 第 3 回ライフプランセミナー 日曜開催

「デザインしてみませんか？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のではないかと感じていらっしゃると思います。

人生 100 年時代、親として子育ての時期を超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。

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：8月30日(日) 10:00～12:00

参加方法：オンライン(Zoom)

定員：40名

締切：8月17日(月)

申込先：<https://haat.or.jp/event/260830lifeplan/>

【はあと多摩のイベントご案内】

▼はあと多摩主催 2026 年度就業支援講習会

看護師への道『小論文実戦講座』

都立看護専門学校受験対策として、小論文試験の実戦講座を実施いたします。

本番の試験を想定したタイムスケジュール、環境の中模擬試験を受けてみませんか？

お書きいただいた小論文は添削をして後日お返しいたします。

都立看護専門学校社会人枠受験をご検討の方はぜひご参加ください。

日時：8月8日(土) 13:30～16:30

場所：はあと多摩多目的室(立川)

対象：東京都在住のひとり親の方、プレひとり親の方で、都立看護学校

社会人枠での受験を目指す方

定員：10名(締切 8/1 am9:00)

託児：模擬試験形式ですのでご用意はございません。ご注意ください。

詳細：<https://haat.or.jp/event/syugyousien-0808/>

▼パパ友つくろう！第1回シングルパパの会

ふだんは話せないシングルパパ同士でお話ししませんか？ 他のパパと話すきっかけがほしい方、仕事と子育て、どう折り合いをつけているの？ など、日頃の悩みをちょっと話してみたい方、ぜひ遊びに来てくださいね。

ファシリテーター：吉田大樹

(よしだひろき/労働・子育てジャーナリスト、NPO 法人グリーンパパプロジェクト代表理事)

日時：8月1日(土) 13:00～16:00

場所：はあと多摩多目的室(立川)

対象：東京都在住のシングルパパの方、プレシングルパパの方

定員：20名(締切 7/22 am9:00 応募多数の場合は抽選。ご参加の可否についてはメールでご連絡します。)

託児：あり(生後6か月～)* 締切 7/22am9:00

<https://haat.or.jp/event/260801group/>

▼第3回ひとり親グループ相談会

怒りと上手につきあう『アンガーマネジメント』～子どもとのコミュニケーションを考えるためのこころのヒント～

「あ～、今日もまた怒ってしまった…」

こう感じて自分を責めたり落ち込んだりしたことはありませんか？

アンガーマネジメントは怒る気持ちをただ我慢することではなく、怒りの仕組みを知り、その気持ちと上手につきあうための考え方です。

当日は、ご自身の「怒りポイント」への気づき方やお子さんへの声がけのヒントもご紹介します。

EQ（こころの知性）の視点を取り入れながら、お子さんや周りの人とのコミュニケーションを考える時間を過ごしませんか。

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（しまざわてるみ/公認心理師・産業カウンセラー・EQ コミュニケーション講師）

日時：7月4日（土）13：00～16：00

場所：はあと多摩多目的室（立川）

対象：東京都在住のひとり親の方、プレひとり親の方※お子さんの同席不可

定員：20名（締切 6/24 am9:00 応募多数の場合は抽選。ご参加の可否についてはメールでご連絡します。）

託児：あり(生後6か月～未就学児)* 締切 6/24am9:00

<https://haat.or.jp/event/260704group/>

◇ 2. 東京都・東京しごとセンターからのお知らせ



▼次のあなたをかたちにする第一歩を応援します ～女性ワークチャレンジ移動サロンのご案内～

東京都では、仕事や子育て、将来への不安など、さまざまな悩みを抱える女性が新しい一歩を踏み出すための支援の場として、「女性ワークチャレンジ移動サロン」を都内各所で開催しています。

移動サロンでは、「おかねのこと」「くらしのこと」「みらいのこと」「じぶんのこと」「しごとのこと」をテーマにしたセミナーを実施しています。

また、セミナー後には経験豊富なアドバイザーによる個別就労相談や、利用可能な福祉サービスに関する個別福祉相談を受けることができます。さらに、女性の就労支援やキャリア形成に積極的に取り組む企業との交流会も開催しています。

就職や転職を考えている方、働くことに不安を感じている方、まずは話を聞いてみたい方も、お気軽にご参加ください。

【詳細・お申込み】

HP：<https://jyousei-salon.jp/>

【お問い合わせ】

女性ワークチャレンジ移動サロン運営事務局

平日 9:00～17:00

土曜 9:00～17:00

(水曜・日曜・祝日・年末年始を除く)

TEL : 0120-951-009

Mail : joseichallengework@athuman.com

◇ 3. NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーむからのお知らせ

◇◇

▼「心がふっと軽くなった考え方」のミニエピソード募集

子そだてシングルの応援サイト イーヨ(<https://s-iiyo.com/>)では、プレシングルやひとり親の方からの「心が楽になった考え方」に関するエピソードを募集します。(長文の体験談ではなく、100～250 字程度の短いエピソードをお願いします)

ちょっとした「視点の変化」や「とらえ方」で、いつもの景色がガラリと変わって楽になった、という経験はありませんか。出来事や周囲からの言葉がきっかけ、もしくは自らの気づきによって、心がふっと軽くなって前を向けた「考え方のヒント」のエピソードをお待ちしています。

採用された方にはささやかな謝礼あり。文章に手をいれることがあります。

<締め切り> 6月21日(日)

<応募フォーム>

<https://40bf252e.form.kintoneapp.com/public/iiyoex1>

お問い合わせはメールでお願いいたします。 info@s-iiyo.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

◇◇

▼7月5日(日) 和太鼓を打って、親子で思いきり身体を動かそう!

東京都共同募金会の配分金により、和太鼓のワークショップに無料ご招待いたします。

太鼓の響きを楽しみながら、親子で思いきり身体を動かし、心も身体もほぐしましょう♪

グルテンフリーの美味しいクッキーのおやつ付きです。

日 時 : 2026年7月5日(日) 14:30 受付開始 16:30～17:00 頃終了予定

場 所 : 文京シビック (当選後詳しくお伝えいたします)

対 象 : 東京都在住のひとり親家庭の親御さんと3歳以上のお子さん 10組 20名程度

持 ち 物 : 飲み物、汗拭きタオル、着替え (動きやすい服装)

備 考 :

1. 東京都共同募金会への報告・団体広報等に使用する写真や映像を撮影しますので、ご了承ください。

2.参加後、感想文をメールにてご提出お願いいたします。

申込期限：6月25日（木）9：00

申込サイト：<https://www.tobokyou.net/pages/441/#block3155>

◇5. 今号のトピックス



▼私立高校等に係る教育費の支援が受けられます

東京都では、「望む人の希望を叶える東京」の実現に向け、ライフステージを通じた切れ目ない支援を進めています。その一つとして、経済的な理由により子どもを生み育てることを諦めることがないよう、また、子どもたちが将来にわたって安心して学ぶことができるよう、教育費の負担軽減を実施しています。

報道発表資料

<https://www.metro.tokyo.lg.jp/information/press/2026/05/2026052927>

A 授業料負担を軽減するための支援（所得制限なし）

1）国の「修学支援金」及び「高校生等・新修学支援金」（国籍・在留資格要件あり）

助成上限年額 457,200 円（全日制・定時制の場合）

対象：私立高校等に在学する生徒・保護者

申請期間：令和8年6月1日～6月30日

※都外に所在する学校に在学する方は学校所在地の道府県へご確認ください。

2）都の「授業料軽減助成金」（都内居住要件あり）

助成上限年額 43,800 円（全日制・定時制の場合）

対象：都内在住で私立高校等に在学する生徒・保護者

申請期間：令和8年7月1日～7月31日

※通信制過程に係る申請期間は上記とは異なります。

B 授業料以外に係る教育費への支援「私立高等学校等奨学給付金」（所得制限・その他の要件あり）

助成上限年額 13,030 円～152,000 円（世帯の所得状況等による）

申請期間：令和8年7月1日～7月31日

詳しくは、在学している学校の事務室または、

A 1）就学支援金（国）：東京都私学就学支援金センター 就学支援金担当 03-6743-5011

A 2）授業料軽減助成金（都）：東京都私学就学支援金センター 授業料軽減担当（高校）
03-5206-7925

B 奨学給付金（都）：東京都私学就学支援金センター 奨学給付金担当 03-5206-7925

へ、お問い合わせください。

《参考》 東京都私学財団ホームページ <https://www.shigaku-tokyo.or.jp/>

◇6. 注目求人ピックアップ



◇お仕事情報 はあと飯田橋◇

▼HI-202606-027 株式会社 betaspace

雇用形態：パート

勤務場所：中央区東銀座駅

仕事内容：チェックイン・チェックアウト対応、お客様からの問い合わせ対応、館内案内などホテル運営の核となるサービス提供

勤務時間：7:00～22:00 の間の 5 時間以上（週 2 日以上）

給与：1,260 円～/時

年齢・資格・経験・学歴：不問

通勤手当：20,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2025/04/HI202606-027.pdf>

▼HI20260-025 みらいソーシャルラボ株式会社

雇用形態：契約社員※正社員登用あり、パートの求人もあります。

勤務場所：渋谷区広尾駅

仕事内容：事務所運営を支える、事務・総務・庶務業務全般のサポートをお任せします。

【主な業務内容】

電話・来客・メール対応 データ入力 書類作成・整理補助 事務所内の日常簡易清掃 各種会合・イベント等の運営補助 準備、当日の運営サポート SNS 等の配信補助 動画・写真撮影など 活動報告資料作成補助 .

勤務時間：9:00～18:00 の間の 6 時間以上 週休二日制（土・日・祝・年末年始・夏季）

給与：156,000 円～208,000 円/月

年齢・資格・経験：不問

学歴：高等学校卒

パソコンスキル：Word・Excel 基本

通勤手当：30,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2026/06/HI202606-025.pdf>

▼HI202606-026 みらいソーシャルラボ株式会社

雇用形態：契約社員※正社員登用あり、パートの求人もあります。

勤務場所：渋谷区広尾駅

仕事内容：事業企画や各種調査・分析業務のサポートを担当していただきます。情報収集から資料作成、AIを活用した分析補助まで、幅広い業務に携わっていただきます。

■主な業務内容 ※在宅勤務可能

【企画・事務サポート】【情報収集・調査業務】【分析・レポート作成業務】

勤務時間：9:00～18:00 の間の 6 時間以上※週休二日制（土・日・祝・年末年始・夏季）

給与：168,000 円～224,000 円/月

年齢・資格：不問

経験：各種調査・分析調査業務 経験あれば尚可

学歴：高等学校卒

パソコンスキル：Word・Excel 基本 パワーポイント基本

通勤手当：30,000 円まで

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2026/06/HI202606-026.pdf>

▼HI202606-024 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り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/HI202606-024.pdf>

▼HI202606-023 株式会社ローランズ

雇用形態：パート

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舗スタッフ・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 の間の 5 時間×2～3 日

給与：1,230 円～1,500 円/時

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/HI202606-023.pdf>

▼HI202606-022 株式会社サードアイ

雇用形態：正社員

勤務場所：千代田区西神田

仕事内容：一般事務 投資サービスにかかわる事務をお任せします。

◆契約書の作成・発送・ファイリング ◆帳票の発行・振込み確認 ◆株式データや数値の収集／加工業務 ◆オフィス運営に関わる庶務・雑務全般（電話／来客対応など） ◆秘書業務 ※スキルや経験に応じて業務を調整いたします。

勤務時間：9:00～17:00 週休 2 日制（土・日・祝休み）

給与：300,000～400,000 円/月

年齢：不問

学歴：高等学校卒以上

資格：簿記 3 級・証券外務員二種あれば尚可

実務経験：あれば尚可

パソコンスキル：Word・Excel 基本（Excel 関数以上あれば尚可）

通勤手当：全額支給

求人詳細：

<https://single-mama.com/haat-job/wp-content/uploads/2023/03/HI202606-022.pdf>

▼HI202606021 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。※先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/HI202606-021.pdf>

▼HI202606-020 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/HI202606-020.pdf>

▼HI202606-019 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/HI202606-019.pdf>

▼HI202606-017 スギコー株式会社

雇用形態：正社員※パートの求人もあります。

勤務場所：杉並区浜田山駅

仕事内容：訪問介護では、利用者宅で食事・入浴・排泄等の身体介護や掃除・洗濯等の生活援助を行います。デイサービスでは送迎、入浴・食事介助、レクリエーション補助を担当します。業務に慣れたら社内プロジェクトや企画に参加し、サービスの向上や ICT による業務改善等、自分の興味のあるプロジェクトに参加していただきます。移動方法は徒歩又は自転車となります。

勤務時間：（1）8:30～17:30 （2）9:00～18:00 （3）9:30～18:30

週休二日制、年末年始休暇 12/31～1/3、リフレッシュ休暇 8 日

給与：245,000～250,000 円/月 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/2026/02/HI202606-017.pdf>

▼HI202605-013 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/HI202605-013.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◇

▼2026052. 住友生命相互会社

雇用形態：正社員

勤務場所：渋谷

仕事内容：保険営業

生命保険・損害保険のコンサルティングセールス、アフターサービス、人材の導入及び会社から指示された事項

年 齢：20 歳～65 歳（定年 65 歳の為）

月 給：230, 000 円～350, 000 円

休 日：週休 2 日（土日祝）

時 間：9：30～17：30

求人詳細：<https://tobokyou.sakura.ne.jp/upload/20260526122431.pdf>

▼2026050.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。

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/20260508142456.pdf>

▼2026058.（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/20260526123652.pdf>

▼2026059. 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/20260526122304.pdf>

▼2026051. 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/20260526123925.pdf>

▼2026053. 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 : 185,000 円~195,000 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/20260526123205.pdf>

▼2026061. 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/20260526122402.pdf>

▼2026055. 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があります。

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/20260526122109.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。

