



TOKYO 中高生 職業体験サイト

中高生と企業・団体をマッチング
たくさんの企業・団体が中高生のリアルな職業体験を応援！

応募資格

都内在住または在学の中学生・高校生相当年齢の方
(平成19年4月2日から平成25年4月1日までに生まれた方)

第1期募集

募集期間

令和7年7月4日(金) ▶▶ 令和7年7月16日(水)

プログラム実施期間

令和7年7月28日(月) ▶▶ 令和7年8月10日(日)

第2期募集

募集期間

令和7年7月19日(土) ▶▶ 令和7年8月1日(金)

プログラム実施期間

令和7年8月11日(月) ▶▶ 令和7年8月31日(日)

職業体験受入企業・団体一覧

- ◆ アクセンチュア(株)
- ◆ 特定非営利活動法人アーティストグループ musia
- ◆ (株)ウィングゲート
- ◆ NTT(株)
- ◆ 沿線まるごと(株)
- ◆ 吉祥寺北コミュニティ協議会
- ◆ (株)熊谷組
- ◆ グラクソ・スミスクライン(株)
- ◆ (株)クリエイティブ・ラボ
- ◆ 警視庁
- ◆ (株)サイバーエージェント
- ◆ Sustainable Food Asia(株)

- ◆ 将来宇宙輸送システム(株)
- ◆ (株)セールスフォース・ジャパン
- ◆ SOMPOケア(株)そんぼの家S堀切菖蒲園
- ◆ 一般社団法人DAC未来サポート文化事業団
- ◆ 社会福祉法人竹清会
- ◆ (株)鶴崎工務店
- ◆ 東急バス(株)
- ◆ 東京ガス(株)
- ◆ (株)東京きらぼしフィナンシャルグループ
- ◆ 東京消防庁
- ◆ 東京都中央卸売市場

- ◆ 公益財団法人東京都農林水産振興財団
- ◆ (株)東京ワイルズ
- ◆ 東芝ブレイブルーバス東京(株)
- ◆ 日本アイ・ビー・エム(株)
- ◆ 日本生命保険相互会社
- ◆ 一般社団法人日本ポッチャ協会
- ◆ (株)はとバス
- ◆ パルシステム生活協同組合連合会
- ◆ ビジョン(株)
- ◆ ファイザー(株)
- ◆ (株)ベネッセコーポレーション
- ◆ (株)ホスピタリティオペレーションズ

- ◆ マスセット(株)
- ◆ (株)みずほフィナンシャルグループ
- ◆ LINEヤフー(株)
- ◆ (株)リクルート／(株)インディードリクルートパートナーズ
- ◆ (株)ルミネ

詳しくは
コチラ



参加の流れや
お問合せなど、
詳細などは
裏面をご覧ください



職業体験プログラムまでの流れ

職業体験
プログラムを
探す

申し込み
第1希望～第6希望まで
ご入力ください

抽選結果
通知

オリエンテーション
(オンライン)

職業体験
プログラムに
参加

概要

第1期募集

募集期間

令和7年7月4日(金) ▶▶ 令和7年7月16日(水)

プログラム実施期間

令和7年7月28日(月) ▶▶ 令和7年8月10日(日)

第2期募集

募集期間

令和7年7月19日(土) ▶▶ 令和7年8月1日(金)

プログラム実施期間

令和7年8月11日(月) ▶▶ 令和7年8月31日(日)

職業体験プログラムの内容、実施日等

プログラムでは、企業・団体の概要説明、業務の一部を体験、企業・団体の事業や地域・社会課題への提案、育児と仕事の両立体験（育児中の社員との意見交換など）、振り返りといった内容を実施します。

各受入企業・団体が提供するプログラムの詳細や実施日、実施場所等については、「応募方法」記載サイトにおける各プログラムの詳細ページでご確認ください。

応募方法

「TOKYO中高生職業体験サイト Job EX（ジョブイーエックス）」をご覧の上、応募フォームからご応募ください。

こちら
から



参加者の決定

各受入企業・団体の職業体験プログラムごとに、定員を超過した場合は抽選により参加者を決定します。結果については、原則、募集期間終了後4日程度で全ての応募者にメールで通知します。

注意事項

- ◆必ず保護者の同意を得た上でご応募ください。
 - ◆応募者の個人情報は、個人情報の保護に関する法律等に基づき取扱います。
 - ◆職業体験プログラムにおける参加者の氏名、学校名、学年、活動の様子を撮影した写真や動画等を、東京都及び受入企業・団体の広報活動等（ホームページ、SNS、広報誌、イベント等）において公表する場合があります。
 - ◆参加する職業体験プログラムにメディアの取材があった場合には、参加者の氏名、学校名、学年、活動の様子を撮影した写真や動画等が、新聞、テレビ、雑誌その他の媒体に掲載等される場合があります。
 - ◆活動に伴う交通費等は、自己負担となります。
- ※その他の注意事項は、「応募方法」記載サイトから募集要項を参照の上、詳細をご確認ください。

お問合せ

東京都中高生職業体験事業事務局

TEL：03-4567-6650 電話受付：平日10時00分～17時00分（土日祝は休み）

E-mail：shokugyotaiken-platform@kodomo-smile.metro.tokyo.lg.jp



本事業は、「こどもスマイルムーブメント」の取組です。
こどもスマイルムーブメントは、企業・NPO・学校など幅広い主体と東京都が連携して「子供を大切にする社会」をつくるプロジェクトです。