



女性社員キャリアデザインセミナー



★ セミナーのねらい

●ビジネス環境のデジタル化が進み、テレワークを中心とした在宅勤務などの働き方や、雇用形態の変化、副業の容認など多様な働き方が認められている今、自分にはどのような強みがあり、どんな時にやりがいや幸福を感じるのか、自己をしっかり認識しておくことが必要不可欠です。一方、企業としても従業員のキャリア開発支援はますます重要となり、とりわけ、女性社員にはポテンシャルを最大限に引き出し、リーダーシップを発揮してイキイキと活躍してもらいたいと考えています。キャリアは1人で築けるものではありません。組織と個人のより良い関係性を創っていくことで実現していきます。

●社会的役割の中で、まだまだ女性がライフイベントにより働き方や生活が左右されやすい時代です。どのような環境でも自身の可能性を最大限に引き出すために、人的ネットワークを積極的に構築し、能力開発に取り組み、自らの機会を創出していく戦略を検討していきます。

●本セミナーでは、ワークや参加者間の交流を通じて、なりたい姿・ありたい姿を明確にしていきます。自律的キャリアの考えや方法を学ぶことで、未来の私がより幸福になるための最初の一步を踏み出しましょう。

開催日時	2023年7月21日(金) 9:30～16:30 (接続開始 8:45 会場受付 9:00)
会場	福井：福井県国際交流会館 第3会議室 各受講企業またはご自宅にて (Web ミーティングシステム「Zoom」を使用)
対象	女性社員 (すべての職種・年代の働く女性の方)
定員	福井会場：15名 オンライン：20名

セミナー内容

【1】自分らしく働くキャリアデザイン

1. 「キャリア」とは
2. 私たちはキャリアデザインの時代を生きている
3. キャリア開発の定義
4. 心理的成功を言葉にする (4L チェック)
5. 自律的キャリアを実現するために

【2】自己理解を深める

1. 自己理解の大切さ
2. 入社してからの経験を振り返る 【個人ワーク】
 - ① 仕事経験 (成功体験・失敗体験) の棚卸し
 - ② 身につけた能力、スキル
 - ③ 満足度が高い時・低い時
3. 自分の大切にしている価値観を明確にする

【3】私たちを取り巻く環境を考える

1. 主体的キャリア形成が求められる時代
2. 環境変化認識
 - ・ 社会環境の変化
 - ・ 組織の変化
 - ・ 個人の働き方の変化
3. 今の時代を意味づける

【4】課題設定・論理構築力を身につける

1. 課題設定と論理構築のプロセス
2. 今の自分に必要な学び直しを戦略的に考える
 - ・ 外部環境と内部環境を SWOT 分析する

【5】個人と組織のより良い関係性をつくるコミュニケーション

1. アサーティブネスの精神を身につける
2. キャリアは個人と組織の関係性の中でつくられる
3. アサーティブ度チェック
4. 対人関係の3つのスタイルとライフポジション
5. アサーティブ権を自分の中に取り入れる
6. アサーティブコミュニケーションのスキル

【6】具体的目標設定とキャリアデザインを描く

1. 3S 分析 (自己・状況・社会)
2. 上長面談を想定した GROW モデルの活用
3. キャリアデザインシートの作成
～ 1・3・5 年後のビジョン～



講師

株式会社 ビジネスプラスサポート
人財育成プロデューサーふじい ゆかり
藤井 由香里氏

●経歴

- ◆短期大学卒業後、電設資材の総合商社で受付事務・専務秘書を経て、JR 西日本大阪支社総合受付業務にて対面応対スキルを磨く
- ◆人間形成の基礎を培う重要な乳児期の、成長・発達過程を学び保育士として5年の実務経験を積む
- ◆再度企業に戻り、人材育成会社の社長秘書 兼 育成人事として第一線の顧客対応にあたる。接客研修・新入社員研修・電話応対研修など社内育成を担うほか、人事担当として、採用活動、キャリア面談・メンタルヘルス対応・ハラスメント相談窓口を担当
- ◆2014年から大学でのキャリア支援にも関わるようになり2016年にキャリアカウンセラーとして独立。大学生や若年層のキャリア開発を中心に活動。京都芸術大学非常勤講師
- ◆(株)ビジネスプラスサポート 人財育成プロデューサーとして、現在に至る

■参加申込方法(①②③のいずれか、あるいは右QRコードよりお申込み下さい)

※お申込みはなるべくWebでお願いいたします。

- ①北陸経済研究所 HP の「セミナー・講演会」⇒各セミナー⇒「Web でのお申込み」
- ②以下の「北経研セミナー参加申込書」に記入の上、FAX
- ③E-mail : haginaka@hokukei.or.jp に必要事項を記入の上、メール

お申込みフォームへ



■参加費(税込)

会 員 1名 18,700 円

非会員 1名 38,500 円 ※賛助会員にお申込みいただければ、会員価格でご受講いただけます。

●2名以上参加される場合は10%の割引料金になります。

■お申込みにあたって(必ずお読みください)

- ①請求書や受講証、オンライン受講者様へのご案内(接続URL)はE-mailにてお送りいたします。ご連絡担当者様およびオンライン受講者様のE-mailアドレスは必ずご記入いただきますようお願いいたします。
- ②キャンセルのお申し出は5営業日前までをお願いいたします。以降のキャンセルはご返金いたしかねますので、予めご了承ください。ただし、当研究所主催の別セミナーへの振替受講のお申し込みをお受けいたします。
- ③オンライン受講の際は、カメラは常時オンをお願いします。テキスト等の資料はメールで送る場合がございますので、事前に印刷してお手元にご用意いただきますようお願いいたします。
- ④セミナーは記録用にレコーディングをしております。場面によっては、受講者が映る場合がございますので、ご了承ください。
- ⑤お申込みが最低開催人数に満たない場合は、中止させていただきます。あらかじめご了承ください。

(2023-024)北経研セミナー参加申込書 (7月21日 福井・Web)

年 月 日

一般財団法人北陸経済研究所宛て

F A X : 076-433-1164

【お問合せ】 TEL 076-433-1134 担当 萩中
富山県富山市丸の内1丁目8-10
E-mail:haginaka@hokukei.or.jp

貴 社 名					
電 話 番 号			FAX		
所 在 地	〒 ー 市町村				
ご連絡担当者	お名前				
ご連絡担当者様の E-mailアドレスのご記入 をお願いいたします。	所 属				
	E-mail				
【 7月21日(金) 福井・Web 】 参 加 者					
お名前	所 属	役職名	E-mail	※URL・パスワードをお知らせ します。必ずご記入ください。	受講場所
					福井・Web
					福井・Web
					福井・Web