

働き女子ナイトミーティング講座概要

全6回+交流会 6つの視点で働き続ける動機を「なりたい自分になる！Happy キャリア MAP」を作成しながら明確化し、キャリアアップを目指す講座です。

こんな人におススメです！

ライフスタイルの変化が不安・・・考えて動けない

- ・今の仕事は、ハードだ
- ・家事と家庭の両立ができるか？
- ・子供が生まれたらどうなる？
- ・結婚したら好きなことを仕事にしたい



	テーマ	内容
1 回目	オープニング ロールモデルから学ぶ 家庭と仕事を両立する先輩の話を聞く	「私にも出来る！」活躍する先輩の体験談をもとに、「働く私の未来像」を考える <ul style="list-style-type: none">・ 今、なぜ働き続けることが必要なのか？女性にとってのメリットを考える・ 先輩からライフイベントの乗り越え方を学ぶ・ 先輩事例をディスカッション 「私だったら・・・」を考える
2 回目	幸せをつかむマネー講座	女の一生！幸せをつかむライフプラン・マネープランの作り方 <ul style="list-style-type: none">・ 20代から知りたいお金の仕組み・ 自分の幸せな人生に必要なお金は？・ マネー女子力アップの秘訣 「省く」「貯める」「増やす」
3 回目	なりたい自分になる キャリアデザイン方法	ライフイベントに負けない！なりたい自分になる「人生・仕事」をキャリアデザインする <ul style="list-style-type: none">・ ライフと仕事を一緒に考える手法で仕事も人生も充実させる方法を学ぶ・ これまでのキャリアを振り返り、自分の強み・価値観を言語化する・ 幸せな働き方を描き、5年後の目標を設定し、なりたい自分を明確にする→イラストカードの活用
	交流会 飲み物・軽食の提供	浜松働き女子のリアルな声を聞こう！会社を超えて仲間を作ろう！ 参加者同士の交流を深め、お互いをしり視野を広げる
4 回目	応援される人の コミュニケーション術	応援され、夢を叶える人のコミュニケーション手法を身につける <ul style="list-style-type: none">・ 明日からの仕事が変わる、コミュニケーションの本質を知る・ 相手との対立関係を協力関係に変える考え方とマインド・ 相手に受け入れられる自分の気持ちや考えの伝え方
5 回目	ワンランクアップの仕事術 セルフマネジメント	働き女子のための仕事と心の整理が出来る「ふせん活用術」を身につける <ul style="list-style-type: none">・ いつも忙しい・・・いつも頭がいっぱい・・・そんな自分を変えるセルフマネジメントとは・ やる事がわかる！心が軽くなる！ふせんの使い方・ 実践ワーク 今の課題を整理して行動を明確にする
6 回目	幸せキャリアのマインド術 クロージング	仕事もプライベートも幸せにするポジティブ思考の作り方 <ul style="list-style-type: none">・ 幸せ度の高い人の特徴を知る・ 幸せ度を高める3つの方法（仕事・プライベート）・ なりたい自分になる「マイルール」をつくる

主催：浜松市

運営：株式会社マイインポータント

お問合せ：info@hamajyo-mtg.com