

▶ 10月スタート!

# 若手女性社員 の キャリアの土台づくりと 自分らしい成長を 応援するセミナー

これからの働き方やキャリアに少し不安がある。  
自分の強みを知りたい。そんな若手女性社員のためのセミナーです。  
自分らしいキャリアのヒントを見つけ、  
他社で働く女性との交流を通じて、前向きな一歩につなげます。



**参加無料**

費用は一切かかりません!



同内容を **全4回開催**

ご都合のよい日程を  
お選びいただけます!



**他社との交流**あり

他社の女性と交流し、  
視野を広げることができます!

## ～こんな方におすすめ～

- ▶ これからのキャリアを前向きに考えたい
- ▶ 仕事とライフイベントの両立に少し不安がある
- ▶ 自分の強みや持ち味を知りたい
- ▶ 同世代・他社の女性と交流したい
- ▶ 将来のキャリアのヒントを得たい
- ▶ 次の一歩につながる学びがほしい

## ～参加によって期待できること～

- ▶ 仕事への前向きさ・主体性の向上
- ▶ 将来不安の軽減
- ▶ 自分の強み・価値観の再認識
- ▶ キャリアを主体的に考える意識の醸成
- ▶ 他社との交流による視野の拡大
- ▶ 明日からの具体的な行動につながる

## プログラム概要

01

ライフイベントと  
キャリア

02

自己受容と  
心理的資本

03

自分らしさ・  
強みの発見

04

レジリエンス  
(回復力)ワーク

05

ケースワーク

06

キャリア  
デザイン

※プログラム内容は変更となる場合があります



主催 静岡県

共 催 一般社団法人 静岡県経営者協会  
後 援 沼津商工会議所、静岡商工会議所、浜松商工会議所、沼津市、静岡市、浜松市  
運 営 株式会社wiwiw(ウィウィ)  
東京都新宿区西新宿7丁目5-25 西新宿プライムスクエア9階  
ℓ03-5338-6551

詳細・  
申込は  
こちら



詳細は **裏面へ**▶▶▶

# 開催概要・講師紹介

若手女性社員向け キャリアの土台づくりと自分らしい成長を応援するセミナー

昨年も「楽しかった!」  
「気づきが多かった」と  
大好評だったグループワークも  
実施します!



## 開催スケジュールと会場

各回 **10:00-16:30**

| 会場                                    | 日程               | 定員               |
|---------------------------------------|------------------|------------------|
| <br><b>静岡商工会議所</b><br>静岡市葵区黒金町20番地の8  | <b>10/16</b> (金) | <b>36名</b><br>程度 |
| <br><b>浜松商工会議所</b><br>浜松市中央区東伊場2丁目7-1 | <b>11/13</b> (金) | <b>36名</b><br>程度 |
| <br><b>沼津商工会議所</b><br>沼津市米山町6番5号      | <b>11/18</b> (水) | <b>36名</b><br>程度 |
| <br><b>WEB(Zoom)</b>                  | <b>12/11</b> (金) | <b>40名</b><br>程度 |

※応募者多数の場合は、  
その地域の企業にお勤めの方を優先させていただきます。



## 当日のプログラム(共通)

### 01 | オープニング

— キャリアを考える第一歩 —

- ・本セミナーの目的および全体構成
- ・ライフイベントとキャリアの関係性

### 02 | 自己受容と心理的資本の理解

— 自分の中にある力に気づく —

- ・自己受容の重要性とセルフリーダーシップの考え方
- ・心理的資本の基本概念

### 03 | 自分らしさ・強みの発見

— 対話を通じて自分らしさを言葉にする —

- ・「自然に発揮される行動特性」を「強み」として言語化するモチベーションの源泉

### 04 | レジリエンス(回復力)ワーク

— 落ち込んだときの立ち直り方を知る —

- ・実在する職場課題をもとに共に考え、学び合う

### 05 | ケースワーク(ライフイベント×キャリア)

— 将来の選択をシミュレーションする —

- ・ケースワークの目的と進め方
- ・正解のない意思決定の考え方

### 06 | キャリアデザイン

— 自分のこれからを考える —

- ・ライフイベントはキャリアの中断ではなく「経験の拡張」
- ・経験の意味づけによる「キャリア資産」

### 07 | 行動設計

— 明日からの一歩を決める —

- ・行動変容は小さな一歩から始まる



## 講師プロフィール

### 田中 昌枝 (タナカ マサエ)

国家資格キャリアコンサルタント

JREA 日本レジリエンスエデュケーション協会 認定トレーナー

日本航空株式会社にて新人訓練部教官、CS推進部、国際線チーフパーサーとして人材育成やサービス品質向上に従事。退職後は研修講師・キャリアコンサルタントとして、自治体や企業等を対象にキャリア形成、DE&I、女性活躍推進をテーマとした実践的な研修・講演を多数実施している。

## ご参加にあたって

- ・プログラムの内容・講師は変更となる場合があります。
- ・開始10分前までにご来場ください。
- ・参加者および参加企業には受講後アンケートにご協力いただきたく、よろしくお願いいたします。
- ・会場となる商工会議所には無料駐車場のご用意がございません。お車でお越しの際は、近隣の有料駐車場をご利用いただくか、公共交通機関のご利用をお願いいたします。
- ・なお、交通費につきましては参加者の自己負担となりますので、あらかじめご了承ください。

詳細・申込は  
こちら



申込URL <https://shizuoka.wiwiw.com/>