

岡山県委託事業

平成 30 年度

『働く女性トータルアシスト事業（女性活躍キャリアアップコース）』

無料セミナーのご案内

キャリアアップを目指す女性や女性活躍を推進する事業所を対象に、講師が出張し無料セミナーを行います。セミナー内容は以下 6 つのテーマより 1 つ選択いただき、セミナー日時を講師と調整し実施する方式です。

貴所内（会議室等ご指示いただいた場所）にてセミナーを実施できるため、外部セミナー会場に出向く時間等も省け、また業務時間内のできるため、社員様のご負担も少なくご受講いただけます。

① 女性社員及び上司等を参加の対象とした女性の力を最大限発揮するためのセミナー

（2～3H 程度/回 全 1 回）

内 容	「女性の力を最大限に発揮するための法則」 ワーク・ライフ・バランスや女性の活躍の有用性・必要性に関する理解を深めるとともに、部下にあたる女性社員にも同じ研修を受講し、共に共通認識を持ってもらうことで、社内における研修の効果を高めてもらうことを目指す。
	ア) 世界標準から見た日本の現状 イ) 多様な社員が存在することのメリット ウ) 女性の活躍推進のためにどのような支援制度があるのか エ) <グループワーク>働き方と女性活躍はどちらが優先？ オ) 事例紹介：女性の活躍でイノベーションが起こった！ ～プロダクトイノベーション・プロセスイノベーション～ ※グループディスカッションを取り入れたセミナーとする。

② 女性社員を対象としたWLB・働き方改革セミナー（2～3H 程度/回 全 1 回）

内 容	「素敵女子の仕事力向上のコツ」 働く女性が、自らのキャリアプランを肯定的にとらえるとともに、ワーク・ライフ・バランスや働き方の改革などを学ぶことでイキイキと働くことができる職場環境づくりに積極的に参加できるようになることを目指す。
	i) Work ～課題発見力と提案力を向上させる ii) Life ～全ての家事は仕事につながる iii) Balance ～ストレスのマネジメント方法を学ぶ iv) Next ～キャリアプランを考える v) 総括 ～今後に向けた目標を考える

③ 女性社員及び上司等を参加の対象としたリーダーマネジメントセミナー
 (2~3H程度/回 全1回)

内 容	<p>「魅力的なリーダーに必要なスキルとは？」</p> <p>このセミナーではリーダーに必要な3つのマインドの持ち方、問題解決力、ファシリテーター力、そして目標設定力を身につけていく。</p> <p>グループディスカッションやワークでリーダーについて考えながら様々な事例やスキルを実践的に体験していく。問題解決力や判断力、瞬発力等を考える参加型の楽しいセミナーとし、リーダーとして求められる資質を身に付ける機会とする。</p>
	<p>i) アイスブレイク</p> <p>ii) リーダーとは ※個人・グループワーク</p> <p>iii) 3つのパラダイムマインド</p> <p>iv) 問題解決力を強化する・ファシリテーター力を強化する</p> <p>v) 目標設定力を強化する</p>

④ 女性社員及び上司等を参加の対象としたストレスマネジメントセミナー
 (2~3H程度/回 全1回)

内 容	<p>「ストレスフリーのマインドになる！」</p> <p>現在のストレス社会では個々の職員が抱えるストレスが増大し、このような状況の中で職場での” ストレス” の問題が表面化してきた。このセミナーではストレスの基礎知識を学びストレスを予防するスキルの習得を目指す。</p>
	<p>i) アイスブレイク、自己理解</p> <p>ii) 現在社会のストレス</p> <p>iii) ストレスの基礎知識</p> <p>iv) ストレス対策法</p> <p>v) セルフマネジメント、総括</p>

⑤ 女性社員を対象としたコミュニケーションセミナー (2~3H程度/回 全1回)

内 容	<p>「コミュニケーションの達人になる！」</p> <p>離職の原因の上位にあがるのは人間関係である。職場における人間関係をより豊かにするためにはコミュニケーションが必要不可欠である。このセミナーではコミュニケーションスキル（聴く力・質問力等）をロールプレイングしながら身につける楽しい参加型セミナーとする。また、4つのコーチング診断を行い4つのタイプ（コントローラー・プロモーター・サポーター・アナライザー）の特徴を学び、タイプ別アプローチ法の習得を目指す。</p>
	<p>i) アイスブレイク、コミュニケーションのカラクリを知る</p> <p>ii) リスニング（聴く力）※個人・ペアワーク</p>

	iii) アスキング（質問力） ※個人・ペアワーク iv) 4つのコミュニケーション v) アサーション
--	--

⑥ 女性社員を対象としたメンタルトレーニングセミナー（2～3H程度/回 全1回）

内 容	<p>「メンタルトレーニングでスキルを習得する！」</p> <p>ポジティブ心理学・アドラー心理学・復元力をアレンジしたメンタルトレーニング。一人ひとりの職業人生や私生活を充実させるために身につけておきたいプログラムとなる。このセミナーでは以下の3つのスキルを養っていく。</p> <p>①「目標設定力」…自己分析、ワクワク目標の設定の方法 等</p> <p>②「思考力」…ポジティブ思考とネガティブ思考を知る／発想の転換（リフレーミング）</p> <p>③「精神力」…モチベーションアップ／レジリエンス（落ち込んだ時の回復法）等</p> <p>3つのスキルアップで「心の筋肉」を身につけ自分らしく豊かな職業人生や私生活を手に入れることを目指す。</p>
	<p>i) アイスブレイク、メンタルトレーニングの基礎知識</p> <p>ii) 自己分析</p> <p>iii) 目標設定力の強化</p> <p>iv) 思考力の強化</p> <p>v) 精神力の強化</p>

※申込み事業所上限数

南部地域・・・3事業所まで（申込み先着順）

北部地域・・・2事業所まで（申込み先着順）

※セミナー場所は申込み事業所が指定した場所とする

※H30年12月1日～平成31年3月31日までの間にセミナーを実施すること

※費用はすべて無料

（お申込みいただきました事業所ご担当者様あてに後日弊社コーディネーターが間に入りセミナー日時等貴所ご担当者様と講師との間で調整させていただきます）

株式会社穴吹カレッジサービス

岡山市北区本町6-30 第一セトリビル2号館8F

TEL 086-236-0225

岡山県委託事業

平成30年度

『働く女性トータルアシスト事業（女性活躍キャリアアップコース）』申込書

FAXでの申込み 下記内容をご記入になり、FAX番号までご送信ください。

フリガナ		
会社名		
フリガナ		
住所	〒 ()	
電話番号	TEL	
メールアドレス	@	
フリガナ		
ご担当者名		
希望する セミナー	※以下6つの中からお希望のセミナーに1つチェックをつけて下さい	
	<input type="checkbox"/> ① 女性社員及び上司等を参加の対象とした女性の力を最大限発揮するためのセミナー	
	<input type="checkbox"/> ② 女性社員を対象としたWLB・働き方改革セミナー	
	<input type="checkbox"/> ③ 女性社員及び上司等を参加の対象としたリーダーマネジメントセミナー	
	<input type="checkbox"/> ④ 女性社員及び上司等を参加の対象としたストレスマネジメントセミナー	
	<input type="checkbox"/> ⑤ 女性社員を対象としたコミュニケーションセミナー	
<input type="checkbox"/> ⑥ 女性社員を対象としたメンタルトレーニングセミナー		

※南部地域3事業所、北部地域2事業所の上限がありますので、先着順とさせていただきます。

上限数に到達次第申込みを締め切りいたしますのでご了承下さい。

お申込み・お問い合わせ先 ご不明な点などありましたら、下記まで電話等にてお気軽にお問い合わせ下さい。

株式会社 穴吹カレッジサービス

FAX 086-236-0226

岡山市北区本町6-30

TEL 086-236-0225

第一セントラルビル2号館8F