

浜松女子 Happy Work Labo 講座案内

全 5 回 + 交流会

働き続ける 3 つのチカラを磨き、「幸せに働き続けるわたしになる」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で動けない
- もっと働く自分の価値を向上させたいけどどうしていいかわからない



- ・今の仕事はハードだ
- ・家事と家庭の両立が出来るか？
- ・子ども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
- ・スキルアップをしたい
- ・職場でもっと認められたい

	テーマ	内容
第 1 回	オープニング 幸せに働き続けるための 3つのポイント 専門家講師	「私も働き続けたい！」3つのポイントを押さえて働く意欲を高める！ ・働き続ける 3 つのポイントを自分事に落とし、具体的な行動を考える ・Happy Work Sheet を活用し、「D→C→P→A」サイクルで行動出来る自分をつくる ・参加者同士のディスカッションにより視野を広げ他者からの刺激を受ける (株)マインポータント代表 キャリアコンサルタント/認定コーチ/ 山梨嘉代子
第 2 回	幸せに働き続ける コミュニケーションカ 専門家講師	職場、家庭で信頼されるコミュニケーションカを身につける ・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 (株)マインポータント代表 キャリアコンサルタント/認定コーチ/ 山梨嘉代子
	交 流 会	浜松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、講座参加意欲を高める お互いを知る、視野を広げる
第 3 回	幸せに働き続ける メリット①社会編 専門家講師	ワーク・ライフ・バランスを考え、仕事とライフの両立と必要性から働く意味を考える ・今なぜ日本にワーク・ライフ・バランスが必要？ ・女性が働き続ける社会的意義とは？ ・女性を取り巻く社会制度。働く上で知っておきたいこと 笑み社会保険労務士法人 所長 社会保険労務士 鈴木美江
第 4 回	幸せに働き続ける メリット②マネー編 専門家講師	人生 100 年時代を生きる、お金の仕組みと働き方を学ぶ ・結婚、子育て、老後…人生に必要なお金とは？ ・働き続ける VS. 専業主婦 マネーから見たライフプランの違い。働くメリット ・自分に必要なお金とは？ 小栗裕子 FP 事務所 代表 上級ファイナンシャルプランナー® 小栗裕子
第 5 回	幸せに働き続ける メリット③キャリア編 クローゼット 専門家講師	ライフイベントに負けない！働くチカラを磨き、幸せキャリアをデザインする ・ライフと仕事を一緒に考える手法で幸せキャリアのデザイン方法を学ぶ ・自分の価値観を明確にし、ワーク・ライフ・バランスを考える→ライフ・ビジネスチャートの活用 ・5年後の目標を設定し、幸せキャリアの一步を踏み出す→イラストカードの活用 (株)マインポータント代表 キャリアコンサルタント/認定コーチ/ 山梨嘉代子