

自分らしさファーストで考えてみる！

コロナ時代の 私の生き方・働き方講座

連続
講座

個別
相談
付き

もうしばらく続きそうなコロナ時代に、不安やモヤモヤを抱えている方へ。
他者に縛られない自分軸で、これからの生き方・働き方を一緒に考えてみませんか？
講座を通して「本来の自分らしさ」「本当に大切にしたいこと」を見つけ、
小さな一歩を共に踏み出しましょう。



講師

企業研修講師
女性活躍コンサルタント
MY STORY K.K. 代表

久保田 一美

このような方におすすめ

- 新しい働き方を考えたい
- モヤモヤを解消したい
- 自分の強みを見つけたい
- 価値観を整理したい
- 仕事と生活を両立したい

[第1回]

3月6日(土)

[第2回]

3月13日(土)

いずれも 午後2時～4時

対象

働きづらさ・不安を抱えている女性
子育て世代で働き方や転職を考えている女性
(プレママ含む)

参加費

無料

定員

20人、3月13日の個別相談は4人
※事前予約制、先着順

保育

5か月～就学前まで
※要予約、先着順

受講形式

世田谷区立男女共同参画センターらぷらすにおける受講>
または、自宅のPC等で講座を視聴するくオンライン受講> から選択できます。

申し込み

2月1日(月)午前10時から、らぷらすホームページから電子メールで受付。

以下を、koza-laplace@kshowa.or.jpまでお送りください。

①講座名、②氏名、③年代、④働いている状況(会社員、休職中、求職中、個人起業家等)
⑤電話番号、⑥ご希望の受講形式、⑦保育の希望有無、⑧3月13日の個別相談の希望有無

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって、事業内容を変更または中止することがあります。

※お申込みの際にいただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、参加者名簿の作成、キャンセル待ち登録名簿の作成および必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。

講師プロフィール

企業研修講師・女性活躍コンサルタント
MY STORY K.K. 代表

久保田 一美

全国エリアの企業、中央官庁、自治体、大学で年間100回以上の人材育成に関する研修や講演を行う。教えることで育てるのではなく、コーチング的アプローチで「主体的に成長していくこと」を軸にしている。また、人事部門対象の専門誌ほか業界専門誌や政府系メディアで「女性社員のキャリア形成と育成」や「管理職、リーダーシップ」、「働き方改革」に関する連載を執筆。20年以上の企業での実経験と、これまでの1万5000人を超える社員との対話を踏まえ、現場に寄り添った研修・コンサルティングに定評がある。
MY STORY K.K. ホームページ：<https://www.mystorykk.com/>

プログラム内容

[第1回] 3月6日 (土)

- ライフキャリアの優先順位を付ける
- ワーク・ライフ・バランスのコツを掴む

[第2回] 3月13日 (土)

- 自分の強みやスキルを見つける
- これからの働き方をデザインする



3月13日の講座終了後には、情報提供や個別相談も実施します

情報提供 就職支援サービス 徹底活用！

世田谷区内の求職市場や就職支援のサービスについて情報提供もあります。

- ◆ 三茶おしごとカフェでできること
- ◆ らぶらすでできること
- ◆ その他、ハローワーク、労働相談の講座・相談窓口等について

個別相談 相談員と自分の状況を整理してみませんか

らぶらすの相談員が対応します。らぶらす受講の方はそのまま会場で、オンライン受講の方は電話で相談できます。※希望者のみ、先着順

	4:30~	5:00~
働き方サポート相談	1人	1人
悩みごと・DV相談	1人	1人

お問い合わせ

世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

〒154-0004世田谷区太子堂1-12-40 グレート王寿ビル3~5階
電話 03-6450-8510 FAX 03-6450-8511
らぶらすHP <http://www.laplace-setagaya.net/>



らぶらすHP

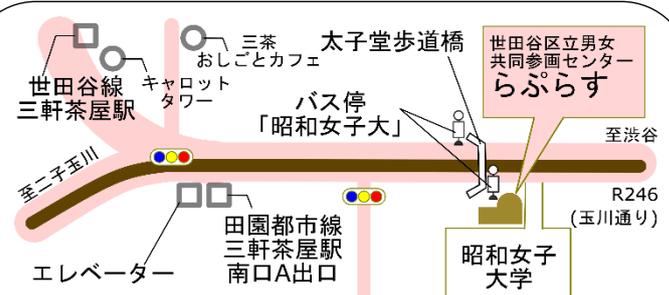


Facebook



Twitter

世田谷区HP テーマから探す→施設・公園・けやきネット→暮らし・生活関連施設→男女共同参画センターらぶらす
だれもが自分らしさをプラス、らぶらす



【電車】東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅下車徒歩7分
【バス】東急バス・小田急バス「昭和女子大」下車
小田急バス(駒沢陸橋~北沢タウンホール)「三軒茶屋」下車