

平成26年度

# 女性活躍推進プログラム@神戸 受講生募集

応募締切  
平成26年  
4月30日

女性の管理職が少ない、県内に事業所等のある企業・団体組織が、さらに活性化できるように、自らキャリアアップを望む女性たちの育成をめざし、リーダー的な役割を期待される女性の活躍推進を支援する研修プログラムを実施します。



- あてはまることはありませんか？**
- 日々の業務に追われてキャリアについてじっくり考える余裕がない…
  - 身近にロールモデルとなる女性がいらない…
  - 仕事とプライベートの両立に不安がある…
  - 仕事をもっと効率的に進めたい…
  - リーダーになれるか不安…

- 当プログラムを受講すると…**
- すぐに実行できる実践的なスキルが身につく！
  - リーダーに必要なスキルがわかる！
  - ロールモデルが見つかる！
  - これからの働き方を考えるきっかけになる！
  - コミュニケーションスキルが上達する！
  - 異業種で働く女性達との交流で成長できる！

### 今までの参加企業 (五十音順)

- (株)神鋼エンジニアリング&メンテナンス
- (株)ドンク
- (株)日本政策金融公庫
- 白鶴酒造(株)
- モロゾフ(株) ほか

「できない」と思い込んでいることを  
「できる」に変えましょう！  
(ひょうご仕事と生活センター 北尾)

### 受講資格

プログラムの性質上、下記の7つの条件を満たす女性の方に限らせていただきます。

- 1 県内に本社・支社・事業所・店舗のある企業(または団体)に勤務している方
- 2 自らのキャリアアップを望んでいる方
- 3 職歴3年以上の方(同一勤務先でなくても可)
- 4 申し込みにあたり、勤務先の推薦を受けられる方
- 5 全日程に出席可能な方(全日程に出席された方の方に修了証書をお渡しいたします)
- 6 プログラム実施中に出席される課題に積極的に取り組んでいただける方
- 7 推薦者または直属上司(それに準ずる方)が1回目と7回目出席可能な方

### 募集人員

30名程度(先着順)

- ※1企業(または団体)につき2名まで参加可能。
- ※応募多数の場合は1名となることがあります。

### 受講料

資料代7回分3,240円(消費税込)

- ※受講決定後送付する納付書にてプログラム開始までにお支払いいただきます。(お支払い後のキャンセルはできません。)
- ※7回目終了後に実施する予定の懇親会については、実費(4,000円程度)を頂戴します。

### 実施場所

神戸市男女共同参画センター「あすてっぷKOBE」2階セミナー室  
神戸市中央区橋通3丁目4番3号  
電話078-361-6977

(神戸高速鉄道「高速神戸駅」より徒歩3分神戸市営地下鉄「大倉山駅」より徒歩3分、JR「神戸駅」より徒歩7分)

<http://www.city.kobe.lg.jp/life/community/cooperation/asuteppu/index.html>



### お申し込み方法

同封の「平成26年度女性活躍推進プログラム@神戸 受講申込書」に必要事項をご記入のうえ、4月30日(水)までに、下記へ持参、または郵送してください。受講申込書は市男女共同参画課のホームページからでもダウンロードできます。  
(<http://www.city.kobe.lg.jp/life/community/cooperation/joseikatsuyaku>)

- ※記入漏れがある場合は、受け付けできません。
- ※定員になり次第、締め切ります。

■申込書の内容を確認のうえ、申し込みをされた方全員に対し、受講可・不可の通知を送付いたします。

### (注意事項)

- (1)応募時に提出された個人情報とは、当プログラム実施以外の目的では利用しません。なお、プログラム実施中に撮影される写真は、当プログラムの広報のために使用されることがあります。
- (2)応募書類は、一切返却いたしません。

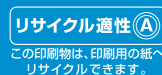
申込書ご請求・お申し込み・お問い合わせ先

神戸市市民参画推進局市民生活部男女共同参画課

〒650-8570 神戸市中央区加納町6-5-1

TEL.078-322-5179 Fax.078-322-6034

<http://www.city.kobe.lg.jp/life/community/cooperation/joseikatsuyaku>



主催 神戸市市民参画推進局男女共同参画課

ひょうご仕事と生活センター

兵庫県経営者協会女性産業人懇話会 (VAL21)

# プログラム内容(予定)

時間は、いずれも午後1時30分～5時30分  
1回目及び7回目の上司の参加時間は、午後3時～5時30分  
※講師および内容について、予告なく変更する場合があります。



1

5月28日  
(水)

テーマ **プログラム受講の効果を最大限にするために**  
～ワタシ(本人・上司)がすること、上司・部下に求めること～

講師 ひょうご仕事と生活センター ダイバーシティコンサルタント 北尾 真理子 氏

内容

前半・後半の2部制で、前半には、プログラム開催の背景や趣旨の説明、参加目的の確認、グループワークなどを行います。後半は、上司の方々にもご参加いただき、ワークショップを行います。

25年度プログラム受講生の感想

「本プログラムで目指す内容が一目でわかった(受講生)」『プレゼンテーションを行うまでのポイントも習得でき、今後のプログラムでの進め方が明確になった(受講生)」『上司にもグループワークが用意されており、他社の事情をうかがう機会ができ、とても有意義であった(受講生の上司)』

2

6月18日  
(水)

テーマ **真のリーダーとして働くために**  
～①チームのマネジメント(リーダーシップ、フォローシップ)、  
②部下のマネジメント(成長の3つのアプローチ)、③自己のマネジメント(タイムマネジメント)～

講師 (株)ドリームランチャー代表取締役 橋本 佳苗 氏

内容

リーダーとして必要なスキルについて、チーム・部下・自身の3つの観点から学びます。講義や実習を通してリーダーシップを発揮するために必要な要素や仕事の進め方を整理し、実践できるようにします。

25年度プログラム受講生の感想

「マネジメントにおいて仕事だけでなく、プライベートを含む自己を管理することも大切なことだと気付いた」『リーダーシップだけでなく、フォローシップの大切さ、また、その意味をしっかりと理解できた』

3

7月11日  
(金)

テーマ **相手の「心の窓」を開くために**  
～効果的なコミュニケーションスキル、傾聴力、話術、反対意見の対処方法～

講師 人材育成コンサルタント 小森 康充 氏

内容

信頼関係を構築するために効果的なコミュニケーションスキルについて、身近な事例を交えた講義と実践ワークを行います。職場だけでなくプライベートでも生かせるコミュニケーションスキルを身につけます。

25年度プログラム受講生の感想

「仕事でもプライベートでも使用できる話法がたくさんあった」『初対面の方と接することが多いので、相手の心を開くことの大切さ、その方法を学ぶことができた』『明日からの自分の仕事に役立つことばかりだった』

4

8月20日  
(水)

テーマ **あれもこれも! どれもわたし**  
～自分らしいキャリアの作り方～

講師 (株)ライフキャリアデザイン・アソシエイツ 代表取締役 森野 和子 氏

内容

仕事だけではなくプライベートも充実させたい!!様々なワークを通じて改めて自分を知り、これからの生き方・働き方を探ります。

25年度プログラム受講生の感想

「様々なワークがあったので、今の自分とこれからの自分を客観的に見ることができた」『自分を外側から見ることができ、明日からの自分のあるべき姿を確認することができた』

5

9月17日  
(水)

テーマ **心とからだの健康づくり**  
～ワーク・ライフ・バランスの実現方法やストレスマネジメントについて～

講師 ひょうご仕事と生活センター外部相談員 上芝 美恵 氏

内容

ストレスマネジメントのうち、自分自身でストレスに気づき対処するセルフケアを中心に学んでいきます。ストレス対処の方法やうつ病、心身症の正しい知識を身につけ、職場の同僚が発するメンタルヘルス不調への対応などにも役立ちます。

25年度プログラム受講生の感想

「ストレスとの上手な付き合い方、メンタル疾患にかからないための予防法などがわかり、よかった」『自身のストレス対処も大事だが、周囲の人のヘルプサインも気付けるようにしたい』『ストレスへの考え方が変わり、怖くなくなった』

6

10月15日  
(水)

テーマ **今までの振り返りと発表に向けての準備**

講師 ひょうご仕事と生活センター ダイバーシティコンサルタント 北尾 真理子 氏

内容

7回目の発表の準備やリハーサルを行います。聞き手に伝わりやすいように内容や構成を考え、限られた時間内で明確に伝えるための様々な工夫について考え、練習し、最終回の発表に臨みます。

25年度プログラム受講生の感想

「自分の意見をまとめること、発表することの難しさを改めて感じた」『本来この研修の目的を思い出し、発表に向けての準備ができた』『具体的に考えることが思った以上に難しく、普段からそうした練習をしていきたい』

7

11月19日  
(水)

テーマ **明日への宣言**  
～グループ発表と個人発表、習得したことを今後自組織でどう活かすかについての決意表明、修了式、懇親会～

講師 (株)ドリームランチャー代表取締役 橋本 佳苗 氏

内容

グループ発表と個人発表の2部構成で、プログラムで学んだスキルを生かして上司の皆さまの前でプレゼンテーションを行います。グループ及び個人による発表を通して、「女性が管理職になるためには?」、「自分の強み・弱みとは?」、「明日から自分のすべきことは?」、「上司にお願いしたいこと」を確認し合います。

25年度プログラム受講生の感想

「これまでの振り返り、今や将来を考える時間をつくれたことや多くの人の意見を聞くことができ、とてもよかった(受講生)」『部下の仕事に対する真摯な思いを聞くことができた。成果発表の際に宣言していたことを日々実践しており、学んだことを今後に活かそうとする姿勢が表れている(受講生の上司)』

フォローアップ

2月18日  
(水)

テーマ **フォローアップ研修**

講師 (株)ライフキャリアデザイン・アソシエイツ 代表取締役 森野 和子 氏

内容

本プログラムで学んだことが、仕事で活かしているかをふりかえるとともに、さらなるスキルアップをめざします。

25年度プログラム受講生の感想

「今までの研修の振り返りをすることができ、また新しい気づきがあった」『振り返ること、また、学んだことを再確認することができ、充実した時間になった』

今まで以上に上司や同僚の考えていることや言動に興味が出てきた。「チームリーダーとしてみんなを引っ張っていきたい、責任ある立場に身を置きたい」という思いが自分の中にあることに、プログラム受講中に初めて気付いた。(受講生)

考え方がすごく前向きになったと思う。仕事をする時も今までより、もっと大きな視野から物事を見られるようになった。(受講生)

プログラム参加後は、以前にも増して積極的に仕事に取り組むようになった。他社の同世代のメンバーと情報交換することでいい刺激を受けた様子。(受講生の上司)

他社の女性社員との関わりの中で、自社及び自己を客観的に見つめ直すことができたのは、大きな収穫であった。(受講生の上司)