

平成27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27年
4月30日

県内に事業所等のある企業・団体組織が、女性のさらなる活躍によって、より一層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とネットワークづくりを目的と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？

- 仕事をもっと効率的に進めたい…
- 仕事とプライベートの両立に不安がある…
- リーダーになれるか不安…
- 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ない…

当プログラムを受講すると…

- 周りとのコミュニケーションに役立つ!
- すぐに使え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!
- これからの働き方を考えるきっかけになる!
- 異業種で働く女性達との交流で成長できる!
- 身近なロールモデルが見つかる!



「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 上席相談員 北尾)

今までの参加企業様 (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)
- 三ツ星ベルト(株) をはじめとする56企業様

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(通称VAL21)

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みに修了証書をお渡しいたします)
- 6 プログラム実施中に与えら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)

※原則、1企業(または団体)につき2名までですが、2名以上の応募も可能とします。

ただし、応募多数の場合は2名までとさせていただきます。

※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

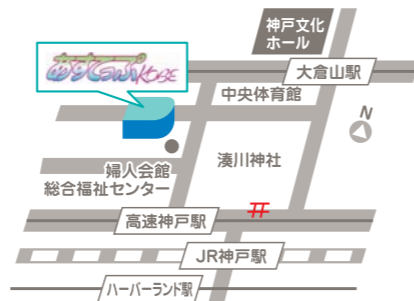
神戸市中央区橘通3丁目4番3号

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/asutteppu/index.html>



お申し込み方法

■同封の「平成27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(木)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。

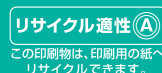
申込書ご請求・お申し込み・お問い合わせ先

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>



プログラム内容(予定)

時間は、いずれも午後1時30分～午後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～午後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27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 グループワーク進行：ひょうご仕事と生活センター上席相談員/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、上司の皆さまにもご参加いただき、ワークショップを行います。

26年度プログラム受講生の感想

『限られた時間の中でいかにできるだけのことをするかが改めて大切だと思った(受講生)』『仕事場を離れて、部下と話したことがほとんどなかった。今日目標を決めるにあたり思いを聞けてよかった(受講生の上司)』

2
6月17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、フォロワーシップ)、
 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。

26年度プログラム受講生の感想

『自分はリーダーに向いていないと思っていたが、訓練すればリーダーシップを発揮できることがわかり、嬉しかった』『管理職になるのが不安だったが、今日の研修でイメージしやすくなった』

3
7月22日
(水)

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。

26年度プログラム受講生の感想

『仕事だけでなく、家庭やプライベートでも今日から実践できることばかりだった』『自分の悩みがきつと解決できると前向きな気持ちになった』

4
8月19日
(水)

テーマ どうしたい?! ワタシの人生
 ～自分を知り、なりたいワタシになる～

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、結婚や出産などのライフイベントも押し寄せてくる年代。様々なワークを通じて、これからの生き方/働き方を探ります。

26年度プログラム受講生の感想

『自分のキャリアについて考えたことがあまりなかったので、自分を知るいい機会となった』『たくさんワークを通して、自分のことを改めて知ることができた』

5
9月16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てられます。

26年度プログラム受講生の感想

『ストレスの対処法を身につけ、仕事に取り組むことの大切さに気がついた』『この研修でしか学べないストレスマネジメントを学べた』『職場における“場”づくりで、改めて気づくことがあった』

6
10月21日
(水)

テーマ 今までの振り返りと最終回に向けた準備

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

内容

5月から9月までの振り返りをします。他社の女性活躍推進活動施策導入事例を共有する時間を提供します。最終回の進行方法を説明し、そのための準備の時間を提供します。

26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』『本来の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18日
(水)

テーマ 当プログラムの総括
 ～自分達の学びと成長ぶりを内省し、上司と共に承認し、当プログラムで習得したことを今後、どう活かしていくかについての決意表明書を提出、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

当プログラムを受講して、自分達がどのような変化を遂げたか、受講生同士、また、上司の視点で振り返りをします。受講生は修了レポートを完成させます。上司、部下の両者の視点で気づいたことをもとに、「明日から自分が取る行動」、「上司にお願いしたいこと」、「部下に期待すること」などを共有し、承認し合います。

26年度プログラム受講生の感想

『異業種の方々と協力して成果発表ができ、とても自分の糧となった(受講生)』『研修で学んだことを再確認でき、また他のグループの発表を聞き、研修の内容を他の角度から見ることができた(受講生)』『参加した部下が楽しそうに発表を行い、彼女自身が成長できたと感じた(受講生の上司)』

フォローアップ

2月17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

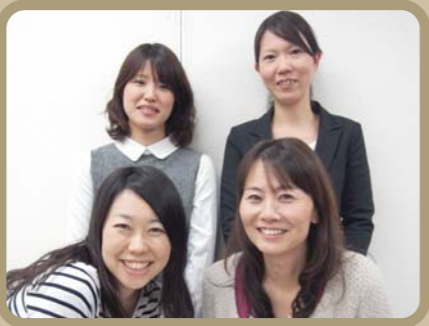
①半年間の学びが、職場で実践できているかをふりかえります。
 ②「@神戸」はロールモデルの宝庫!!今までの修了生との交流を通じて、「お悩み」が解決するかも?!

26年度プログラム受講生の感想

『意識を改める機会になり、自分のモチベーションアップにもつながった』『どうしても時間が経つと忘れてしまうので、今回で再確認できてよかった』

同じように子育てをしながら仕事と家庭を両立している方や、悩みをかかえて仕事をしている方たちの話が聞けて、とても刺激を受けた。自分も頑張ろうと思った!

リーダーになること=私なんか無理!と思っていたが、自分にもなれるんじゃないかと希望を持たた!



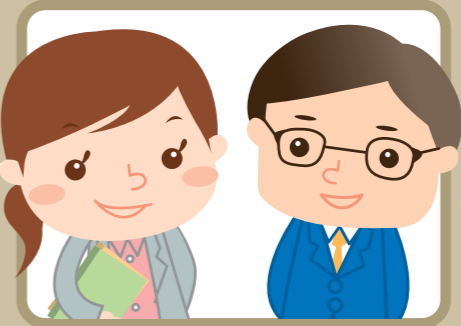
受講生の声

プログラム受講前は、社内にロールモデルがいなかったため、漠然とした不安を感じていたが、プログラム受講後は自らが後輩のロールモデルになるのだ、という考えに変わった!

職場で自分は何をすべきなのかがはっきりしてきた。多くの知識を得たのでそれを職場で活かしたい!

社外の方と話をしたり、グループワークをすることで自身のスキル、位置づけが客観的に理解でき、刺激と自信につながっていると思う。

タイムマネジメントを有効に利用し、後輩に対してのリーダーシップが以前よりもっと取れるようになった。



受講生上司の声

以前よりも意欲的に職務に取り組むようになった。

研修を受けてからだんだんと、自信が付いたようで、自分から積極的に発言・行動するようになった。