

～100年時代を生き抜くヒント～



女性のためのキャリアデザイン

キャリアと聞いて何を思いうかべますか？実は「仕事も含めた人生そのもの」という広い意味もあります。キャリアの語源はラテン語の「道」。これからの人生をイキイキと歩むためのヒントを見つけませんか？

ほっこりステキなカフェでスイーツを楽しみながらの**ワークショップ**です♪

【日時】 11/21 (日)・12/19 (日) ※両日同内容

【対象】 就業への不安や悩みを抱える若年女性（おおむね10代後半～30代、学生、就業中、失業中は問いません。）

【参加料】 スイーツ・飲み物代として各回500円（税込） 午前、午後、どちらも参加する場合にはそれぞれ500円です。
※感染症対策のため、テイクアウトに変更の際はご了承ください。

【定員】 各回4名

10:30～11:30

「自分も相手も大切に
するコミュニケーション」

伝えたいことをうまく伝えられない！
人間関係を良くしたい！
コミュニケーションのコツを身につけ、
日々の生活に活かしましょう♪

13:00～14:00

「知らない自分を再発見」

自分に合う仕事が見つからない！
自分の強みがわからない！
今まで知らなかった自分を知ることで
自信につなげて新しい一歩を踏み出しましょう♪

14:30～15:30

午前、午後、キャリア・コンサルティングと連続でもどちらか1回のみ参加でも構いません。

「キャリア・コンサルティング」

今後の働き方の方向性に悩んでいる！
1対1で、キャリアコンサルタントがじっくりお聞きします。
お一人30分程度。開始時間は調整してご連絡します。

コミュニケーション
って難しい！

人間関係で
悩んでいる。。。

みなさんお一人お一人の
お力になれるよう
精一杯つとめさせていただきます！

自分に自信がないし、
とにかく色々不安。

私の強みって
何だろう？

今の仕事は向いて
いないのかな？

今回のための
特別メニューを
お楽しみに♪

【会場】 わらくカフェ

手作りのパンとスイーツが自慢のお店



盛岡市内丸17-40 吾妻館2階
セブンイレブン盛岡内丸店さん向かい、
東屋さん隣の「優遊」さんの2階
TEL:019-613-3112

【講師】 吉田 あかり
(国家資格キャリアコンサルタント)



専門学校卒業後、塾講師、旅行代理店にて勤務。
出産後、約5年間専業主婦として家事育児に専念。
2011年人材派遣会社へ入社し派遣コーディネーターとして従事。
現在、株式会社aiびじねすに所属。
自身の転職経験、専業主婦経験をいかし、常に相手に寄り添い、
信頼関係を構築することを大切にしている。

※新型コロナウイルス感染症対策等も申込フォームに記載しておりますので必ずご確認ください！

当日参加者でご希望の方には生理用品をお渡しします。

【申込】 専用フォームからお申込みください。定員になり次第締切とします。



【主催】 岩手県、岩手県男女共同参画センター
【問い合わせ・申込先】 岩手県男女共同参画センター
〒020-0045 岩手県盛岡市盛岡駅西通1-7-1 アイーナ6階
TEL: 019-606-1761 FAX: 019-606-1765
E-mail: danjo@aiina.jp URL: <https://www.aiina.jp/site/danjo/>

