



自分らしさを知り、未来のありたい姿を描く

私らしいキャリアデザインセミナー

「ロールモデルがないので、今後のキャリアのイメージがわからない」「子育てしながら働き続けるってどんな感じ?」「よく聞くけれど『キャリア』って何?」日々頑張る中で、そんな悩みや疑問が浮かんだことはありませんか?
本講座では、自己分析やロールモデルの先輩女性との座談会等を通じて、自分の強みや役割を考え、ありたい姿を実現するためのキャリアプランを描きます。仲間とともに、自分らしく働き続けるためのヒントを見つけてみませんか。

11/14(金) 10:00~16:30 ▶ セミナー

11/18(火)・20(木)・21(金)・27(木)・28(金)
のいずれか ▶ キャリアカウンセリング(個別面談)

*キャリアカウンセリングは各日10:00~17:00のうちお一人につき50分です。

本講座は、セミナーのみの受講も可能ですが、受講効果をより高めていただくため、セットでの受講をおすすめします。

場 所

かながわ県民センター(横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2)

*キャリアカウンセリングは、日程が合わない場合はオンライン(Zoom)で実施します。

受講対象

総就業年数3年~10年程度の女性

定 員

30名程度(申込み多数の場合は抽選)

県内在住・在勤の方、「D&Iかながわメンバーズ」登録企業等にお勤めの方は、抽選時に優先いたします。

受講料

2,000円(セミナーのみ参加の場合は700円)

セミナー当日、会場受付にて現金でお支払いください。

申込締切

令和7年10月28日(火)

裏面の「注意事項」を必ずご確認の上、
かなテラスホームページよりお申込みください。

ホームページは
こちらから



●会場案内



セミナー講師・キャリアコンサルタント プロフィール

片岡 裕子氏 (かたおか ゆうこ)

株式会社キャリア・ブリッジ

代表取締役

1級キャリアコンサルティング技能士
(国家資格)

大手クレジットカード会社にて企画・広報、国際営業を経験。2度の育児休業を取得しながら部下34名を持つ部長代理職を務める中、キャリア支援に尽力したいと考え、退職。キャリアカウンセラー資格(のちの国家資格キャリアコンサルタント)を取得し、現在まで約20年。再就職支援、企業内カウンセリング、大学就職支援室での相談業務、また1級キャリアコンサルティング技能士として養成講座講師・後輩育成などにも尽力。特に女性のキャリア支援には力を入れている。

主催



共催

相模原市、横須賀市、平塚市、藤沢市、小田原市、茅ヶ崎市、
三浦市、厚木市、伊勢原市、海老名市、座間市、二宮町、
中井町、大井町、山北町、箱根町、湯河原町

● 概要

ベテランキャリアコンサルタントが「あなたらしさ」を考えるためのお手伝いをします！

セミナープログラム(予定)

キャリアとは？

自分の役割を考える

自分らしさとは何か？

自分の強みを知る

先輩から学ぼう(先輩との座談会)

キャリアプランを作る

キャリアカウンセリング

セミナーで感じた事、自分ならではの考え、思い、悩みなどをお気軽にご相談ください。

セミナー中に作成したキャリアプラン完成に向けたご相談も承ります。仕事だけではなくライフも含めた「自分らしい人生」を充実させるために、どう行動するかを考えることができるようにお手伝いします。

*キャリアカウンセリング実施時間は、別途調整し連絡します。

なお、セミナー講師である片岡氏が全てのキャリアカウンセリングを担当いたします。

<セミナー>

受講者の声

「キャリア」について、
基礎から確認し、
考えられる内容で良かった。

自分で気づけなかったモチベーションに
気づくことができて嬉しかった。

<キャリアカウンセリング>

普段あまり話さないプライベートな内容なども
お話することができてよかった。
仕事面でもプライベートの面でも自分の考えを
後押ししてくださり、とても自信につながった。

「働きながら子育てをする」イメージがより湧いた。

● 注意事項

1 受講申込みについて

本講座は、セミナーのみの受講も可能ですが、受講効果をより高めていただくため、キャリアカウンセリングとセットでお申込みされることをおすすめします(昨年度受講者アンケート回答者からも「セットでよかった」とご好評いただきました)。なお、キャリアカウンセリングのみの受講は不可とします。キャリアカウンセリングは、キャリアコンサルタントの片岡氏と受講者の2者で行い、対面で実施します。*日程の調整がつかない方のみ、別日(12月5日(金)まで)にオンラインで実施します。

2 カウンセリングをオンラインとした場合の環境等

カメラ機能(パソコン等)を用いてZoomを利用します。
ご自身で機器・通信環境、受講環境をご準備いただく必要があります。

3 キャンセル

キャンセルの場合は、速やかに、**かなテラス参画推進課(電話0466-27-2117)**にご連絡ください。
なお、主催者都合による中止の場合を除き、支払い後の受講料の返金はできません。あらかじめご了承ください。

かなテラスホームページよりお申込みください。

申込必要事項

- ①氏名(フリガナ) ②電話番号 ③メールアドレス ④住所又は勤務先所在地 ⑤お勤め先の業種
⑥企業(団体)名 ⑦総就業年数(前職等の経歴を含む) ⑧応募理由 ⑨キャリアカウンセリング希望日時
⑩講座を知ったきっかけ

受講可否の決定は**10月31日(金)**までに電子メールにてお知らせします。

万が一、10月31日(金)を過ぎても、電子メールが届かない場合は、かなテラス参画推進課までご連絡ください。

お問合せ

かなテラス(神奈川県立かながわ男女共同参画センター)参画推進課

電話 **0466-27-2117** ●休館日/月曜日、9月16日(火)、9月23日(火)、10月14日(火)、
11月4日(火)、11月25日(火)

https://www.pref.kanagawa.jp/docs/x2t/kouza_event/careerdesign2025.html

