令和5年度
市町村専門研修
新潟県自治研修所

集合

県・新潟市との合同

県・新潟市・市町村女性交流

女性のためのキャリアサポート

～長期的な視点でこれからのキャリアを前向きに考える～

ねらい

これからの働き方やキャリアを長期的な視点で捉え、自分らしい働き方や価値観（大切にしたいこと）を整理したり、組織からの期待を改めて認識することなどにより、前向きに今後のキャリアを描く機会を持ちます。

特徴

・管理監督職の女性職員や、同世代の女性職員との意見交換の時間を多く設けています。

・これからの働き方やキャリアを多面的に考え、自分らしくいきいきと働くための考え方を学びます。

形式

本研修は座席をグループごとに配置し、講師による講義や演習、グループでの討議などを中心に実施します。

■日程【1日間】	■予定人数
9月　1日（金）	11名 ※新潟県等の職員20名を含む

■対象

【係長級の女性職員（ただし、係長等の職にある方を除く。）対象】

・女性職員同士で交流を深めていきたいと思う方

・これからのキャリアや働き方を一度じっくり考える時間を持ちたい方

■講師　株式会社インソース　酒井　衣子

プログラム（予定）

9:00　12:00　13:00　17:00

	はじめに 1.「ダイバーシティ」と「女性活躍推進」 2. 自分らしい働き方を考える	交流 ランチ会	3. 先輩職員との交流会 パネルディスカッション	グループ 交流会	4. セルフコントロール 5. まとめ

カリキュラム（予定）

時 間		内 容
1日目	9:00	**はじめに**
		1.「ダイバーシティ」と「女性活躍推進」 （1）多様性を認め合う「ダイバーシティ」とは （2）ダイバーシティ推進・女性活躍推進のメリット （3）【参考】日本における女性活躍推進の現状
	12:00	**2. 自分らしい働き方を考える** （1）キャリアとは （2）キャリアは上下・左右で考える （3）組織からの期待を考える （4）働く上でのこだわり・大切にしたい価値観を知る （5）女性が直面しやすい課題 （6）課題を乗り越える （7）自己開示の効用 （8）お互い様といえる職場づくり
	昼休憩	交流ランチ会
	13:00	**3. 先輩職員との交流会** （1）パネルディスカッション （2）グループ交流会
		4. キャリアを継続させるためのセルフコントロール （1）ストレスの要因 （2）感情をコントロールする
	17:00	**5. まとめ**

※研修内容は現段階での予定であり、今後、変更となる場合があります。

受講者の声（令和4年度）

- “職位”について話をする機会はないのでとても参考になった。「係長になる」なんて考えられなかったが、前向きに考えることができた。
- 先輩の経験をお聞きすることで、今後自分がどのようなことを意識して働くべきかイメージすることができた。
- マイナスの気持ちから最後はプラスの気持ちになれた。
- 年齢が上がるにつれて責任が増すが、同じ気持ちの人がいて安心することができた。
- 受講してみて、自分の納得のいく働き方・生き方をしていきたいと実感した。