

委託事業名

「女性の学びとキャリア形成・再就職支援を一体的に行う

仕組みづくりに関するモデルを構築するための実証事業の実施」

実証事業名称

日本女子大学リカレント教育課程 女性のためのビジネススキルアップコース

対象者

主婦の方、離職中の方、育児休暇中の方、ビジネススキルアップしたい方

参加費無料

プログラム構成

<p>第1回</p>	<p>2018年 12月15日(土) 10:40~12:10</p>	<p>英国式 頭のコリが取れ、 心も豊かになる マインドフルネス</p> <p>欧米での人財育成に重要なスキルとされるマインドフルネスについて *リカレント連携講座</p> <p>根本 Deacon 雅子氏</p> <p>Miyabi Consultants Ltd を設立。コーチングをベースにした企業研修、公開セミナー等を提供。主に、視点の転換を創るリーダーシップと女性登用、チームビルディング・組織活性化</p> 
<p>第2回</p>	<p>2018年 12月22日(土) 10:20~12:00</p>	<p>職場で イキイキ働くための メンタルヘルスと ストレスマネジメント</p> <p>職場でイキイキ働くためには、心の健康管理が重要。ストレスに関する正しい知識を習得する。ワークを通して日常生活の中に取り入れられる対処法を身に着ける。メンタルヘルス・マネジメント検定(大阪商工会議所主催)のセルフケアコース(Ⅲ種)受験にも対応した内容</p> <p>齋藤 真理子氏</p> <p>臨床心理士、産業カウンセラー、キャリアコンサルティング2級技能士、社会保険労務士(有資格者)、2019年度日本女子大学リカレント教育課程担当講師</p> 
<p>第3回</p>	<p>2018年 12月22日(土) 13:00~14:40</p>	<p>職場で役立つ コミュニケーション スキル</p> <p>職場でもプライベートにも大切なコミュニケーション。しづらい交渉や、人間関係を円滑にするためのスキル(アサーションなど)をワークを交えて楽しく学ぶ</p> <p>小紫 恵美子氏</p> <p>株式会社チャレンジ&グロー代表取締役 OfficeCOM 代表、財務局長・経済産業局長認定 経営革新等支援機関、経営コンサルタント(中小企業診断士)、2019年度日本女子大学リカレント教育課程担当講師</p> 
<p>第4回</p>	<p>2019年 1月26日(土) 10:40~12:10</p>	<p>ダイバーシティセミナー 「働き方のキーワード ダイバーシティを 理解する」</p> <p>性別や年齢差別のない働き方とダイバーシティの実践、SDGs(国連・持続可能な開発目標)との関わり等をワークショップで学ぶ</p> <p>油井 文江氏</p> <p>日本ダイバーシティ・マネジメント推進機構専務理事、(株)ゆいアソシエイツ代表取締役、女性コンサルタントネットエルズ代表取締役、女子栄養大学・産業能率大学非常勤講師、経済産業省・厚生労働省の各種委員会委員を歴任、現在内閣府地域働き方改革支援チーム委員、経済産業省「タイバーシティ経営企業100選」サポーターなど。日本女子大学リカレント教育課程担当講師</p> 
<p>第5回</p>	<p>2019年 1月29日(火) 13:30~15:00</p>	<p>業務効率を 上げる タイムマネジメント</p> <p>タイムマネジメントとは何か?なぜ必要なのか?効果的なタイムマネジメントのポイントや、効率的なメールの扱い方を学び、職場で効率的に働くヒントを得る *東京商工会議所連携講座</p> <p>水口 和彦氏</p> <p>ビズアーク代表取締役。住友電気工業株式会社にて研究開発・生産技術・品質管理エンジニアとして勤務し時間管理を研究。残業を大幅に削減。2006年に独立、数少ない「時間管理(タイムマネジメント)専門講師」として、企業や自治体などにおいて時間管理の研修や指導を行う。『部下を持つ人の時間術』『仕事力が3倍アップする時間活用法』(実務教育出版)など時間管理に関する著書多数</p> 



