



平成30(2018)年度

キャリア・マネジメント講座

講座報告書



発行/栃木県とちぎ男女共同参画センター



**あなたの一步を
応援します！**

Contents 目次

キャリア・マネジメント講座実施
スケジュールと各講座内容 2

講師紹介/受講生VOICE 3～4

受講生紹介 5～9

H31(2019)年度 講座日程 10





キャリア・マネジメント講座

▶ 実施スケジュールと各講座内容

企業等で活躍が期待される女性の企業間ネットワーク構築を支援するとともに、能力開発、意識改革の機会を提供する人材育成を目的にした事業です。

回	日程/開催場所	テーマ	内容	講師
1	7月11日(水) 13:00~19:00 栃木県庁 研修館402研修室	講演	県の男女共同参画社会に向けた取組を説明後、県内企業の女性管理職や経営者の方々から、ご自身の体験談をお話いただきます。	とちぎ男女共同参画センター 参事兼所長 松村 誠 株式会社東武宇都宮百貨店 竹澤 順子 氏
		交流会	食事を交えながらざっくばらんな雰囲気の中で、日頃の悩みや現状を共有し、人脈づくりを支援します。	公益社団法人栃木県経済同友会 ビューティアトリエグループ 総美有限会社 郡司 成江 氏
2	7月27日(金) 13:00~17:00 とちぎ男女共同参画 センター301研修室	リーダーシップ コーチング研修	女性リーダーのお手本が少ない中、部下指導に苦労している女性が多くいるはず…。エンパワーメントによるリーダーシップを発揮し、コーチングにより部下の能力を引き出していくスキルを学びます。	株式会社あしぎん総合研究所 野内 比佐子 氏
		ロジカルシンキング 研修① (ロジカルスピーチ)	論理的で説得力のある話し方について学びます。	
3	8月24日(金) 13:00~17:00 とちぎ男女共同参画 センター301研修室	数字に強くなる講義	財務諸表から、会社の置かれた状況を理解するための視点を学び、経営感覚を身につけます。	浅沼みらい税理士法人 三上 洋子 氏
		ロジカルシンキング 研修② (課題解決のための思考法)	事業戦略をたて具体化していく上では論理的思考が求められます。感覚、感性が強いと言われる女性の能力に論理的思考を加えることで、女性としての強みの増強を図ります。	株式会社あしぎん総合研究所 野内 比佐子 氏
4	9月12日(水) 13:30~15:30 花王 株式会社	女性活躍推進 企業訪問	実際に女性活躍を推進している企業を訪問し、先進企業の取組、女性社員等との意見交換・ワークにより、メリットや手法について学びます。	花王株式会社栃木工場 1 栃木工場概要説明 吉田 樹由 氏 2 花王のD&Iの取組について 座間 美都子 氏
5	10月5日(金) 13:00~17:00 とちぎ男女共同参画 センター301研修室	キャリアデザイン 研修	男性に比べライフイベント等が仕事に与える影響が多様でかつ大きく、将来のビジョンが描きにくいと言われる中、キャリアの考え方を学び、キャリア形成を目指します。	株式会社あしぎん総合研究所 野内 比佐子 氏
6	11月8日(木) 14:00~19:00 とちぎ男女共同参画 センターホール	とちぎ女性活躍応援 フォーラムへの参加	とちぎ女性活躍応援団主催のフォーラムに参加し、経営者の立場から女性活躍推進について学びます。	立命館アジア太平洋大学(APU) 学長 出口 治明 氏
		交流会	H26年度~H29年度のキャリア・マネジメント講座受講生等を交えた交流会を開催し、「女性の企業間ネットワーク」の拡大・強化を支援します。	

第1回 2018. 7. 11(水)



講演 I

男女共同参画社会の
実現を目指して!

講師:とちぎ男女共同参画
センター所長 松村 誠

講演 II

自分を活かす=まわりを活かす
ワーク・ライフ マネジメント

-「女性活躍推進」とともに-

講師:(株)東武宇都宮百貨店
婦人ファッション部 販売二課長
竹澤 順子 氏

講演 III

よくばり人生
～願えば叶う～

講師:ビューティアトリエ総美(有)
代表取締役社長 郡司 成江 氏



- ◆女性として自分を活かせる職場を目指して行動していこうと思います。
- ◆女性が会社の中で長く働いていく大変さと、周囲の理解や改革によって、環境を変えていくことの大切さを学びました。
- ◆理想のキャリアを実現するためには、自分の思いが大切というメッセージが非常に心に残りました。

第2回 2018. 7. 27(金)



講義 I

リーダーシップコーチング研修

講義 II

ロジカルシンキング研修①

講師:(株)あしぎん総合研究所
副部長(上席研究員)
野内 比佐子 氏



- ◆実践的な内容で大変勉強になりました。日頃の業務での悩みや不安に感じていることが軽減されました。
- ◆今すぐ実践できることばかりで、早速仕事で活かしたいと思います。

第3回 2018. 8. 24(金)



講義 I

数字に強くなる講義

講師:浅沼みらい税理士法人
三上 洋子 氏



講義 II

ロジカルシンキング研修②

講師:(株)あしぎん総合研究所
副部長(上席研究員)
野内 比佐子 氏



- ◆数字から色々なストーリーが見えることが分かりました。数字のセンスを磨いていきます。
- ◆決算書を見るポイントが分かりました。今後積極的に見て読んでいきたいと思いました。

- ◆原因と解決策を倫理的に考えるポイントを学びました。色々なことに興味を持ち、新しい発見をしようと思います。
- ◆グループでの話し合いの時間がとても多く、他の企業の方々と話ができて有意義な時間が過ごせました。

第4回 2018. 9. 12(水)



『花王株式会社栃木工場』*～企業訪問～*

D&I 推進部部长 座間 美都子 氏

栃木工場人事総務グループ課長 吉田 樹由 氏

受講生
VOICE



- ◆女性が働きやすい現場=年配者も含め全ての人が働きやすいという取組、考えが興味深く感じました。
- ◆仕事に誇りを持っていることが、会社に大きな利益をもたらして、女性活躍に繋がっていると感じました。
- ◆働きやすい環境だからこそ、女性が出産や育児を経ても戻って来たいと思える職場なんだと思いました。



第5回 2018. 10. 5(金)

講義 I

キャリアデザイン研修

講師: (株)あしぎん総合研究所
副部長(上席研究員)

野内 比佐子 氏

受講生
VOICE



- ◆今まで具体的に考えられなかった自分のキャリアやどうなりたいのか、というところについて考えられたのはとても良かったです。些細なことと思わず、まず始めてみようと思いました。
- ◆自分のキャリアを振り返ることで、自分を知ることができたと思います。その上で今後のキャリアを描くことができ、今出来ることをやっていきたいです。
- ◆将来なりたい自分を具体的に想像することは大事なことだと感じました。社会人の先輩方のお話をたくさん伺うことができて本当に良かったです。



とちぎ女性活躍推進プロジェクト2018
キャリア・マネジメント講座



第6回 2018. 11. 8(木)

受講生
VOICE



とちぎ女性活躍応援フォーラム2018への参加

- ◆異業種の取組を伺えてとても参考になりました。
- ◆表彰された企業の取組はすごいと思います。参考になりました。出口氏の講演はとても面白く勇気をもらえました。





● 安達 由佳 ●

宇都宮中央法律事務所

このような機会をいただきましたご関係者の皆様にもまず感謝申し上げます。緊張で迎えた受講でしたが、受講生の職場の環境や仕事の経験談、私生活の話などを聞いて、いつかすっかり馴染んで楽しんでいる自分がいました。また、毎回何かに気付かされる講座でした。特に『評判』を落とさないよう、自分をしっかりマネジメントする。それが『評価』に繋がる。」今までの私は、「評価」ばかり気にしていたかもしれないと考えさせられました。

今後は、この出会いを大切に、研修で得たことを生かし、日々の業務に臨んでいきたいと思えます。次回のキャリアマネゴはん会を楽しみに・・・



● 天野 真利 ●

オリオンコンピュータ株式会社

今回キャリアマネジメント講座を受講させていただき、多くの事を学ぶことができました。特に女性の働き方について、自分の将来について、真剣に考える機会になった事がこれからの自分にとってとても良い経験になりました。また、普段触れ合うことのない他企業の皆様と交流を深める事ができたこともとてもプラスになり、楽しく受講する事ができました。

この講座で学んだ事を仕事や私生活に活かし、より充実した社会人生活を送れるよう努力したいと思います。



● 荒木田 真紀 ●

栃木信用金庫

キャリア・マネジメント講座に参加するまでは、「リーダーシップ」との言葉に苦手意識がありました。この講座では、スピーチの仕方、人への伝え方、問題の原因・解決策の考え方などの私が苦手としていて習得しなかったことを学ぶことができました。話し方を変えるだけで相手への伝わり方や印象も違ってきます。また、問題点の考え方を変えることで有効な解決策を導き出すことができます。

今回学んだことを意識して話し、考えることで早く自分のものにしていきたいです。そしてリーダーシップを発揮できるようになりたいです。そのためにも、積極的に発言し、新しいことにチャレンジしていきたいです。

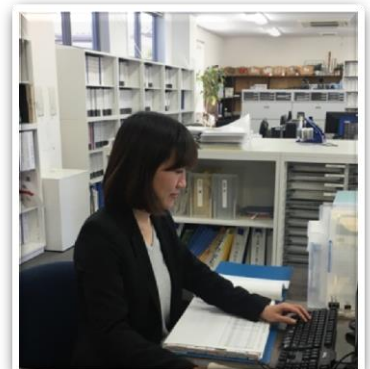


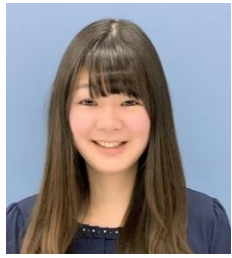
● 安在 のぞみ ●

社会保険労務士法人TMC

今年からリーダーを任されたものの、正直何をすべきなのか、どのようなリーダーを目指すのか、日々の業務に追われて、曖昧なままで来てしまっており、本当に自分がリーダーにふさわしいかをいつも考えさせられていました。今回講座に参加させていただいた事で、自身を客観的に振り返る良い機会となり、女性リーダーならではの役割をイメージすることが出来ました。また県内で活躍する女性との繋がりができて、沢山の刺激をもらいました。

今後は研修で学んだスキルを活かし、共感・支援型のリーダーを目標に仕事に励んでいきたいと思えます。講師や事務局の皆様、また忙しい中、機会を作って下さった会社に感謝申し上げます。





飯田 夕貴

東京海上日動火災保険株式会社

自分自身のよりよいキャリア形成に向け、また女性がより活躍できる社会構築に向け、現状の課題や考え方等多くの学びを得ることができました。特に、女性が社会の中で活躍するためには『周囲の理解』と『女性自身の意識』の両面が必要不可欠であると強く感じました。

また、県内企業に勤める女性の皆様と共に受講する中で、普段の業務ではなかなかお会いできない方々と意見交換させていただき、交流を深めることができました。

今回の講座で学んだことを生かし、栃木県における女性活躍がさらに進むよう私なりに日々取り組んで参ります。このような機会を与えて下さった全ての方に感謝致します。



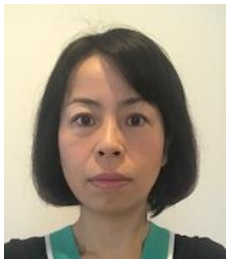
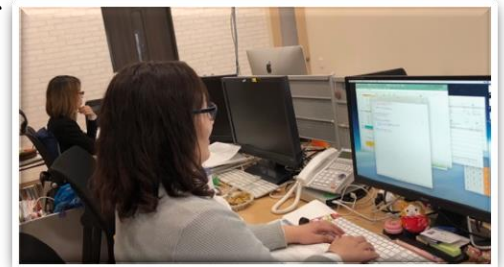
加藤 舞

株式会社アラマキ

キャリア・マネジメント講習を受講しまして、たくさんの先生方から今後働く上で励みになるお言葉をいただきました。多様性が認められれば、働き方も変化していき、男性も女性も関係なく活躍できる社会になると思います。

臆することなく挑戦し、日々成長できるように邁進していく所存です。また今回、いろいろな職場や立場で働く女性たちとの交流の場が持てたことがとても嬉しく思います。

普段働いているだけでは知り合うことがなかったような方々と、職場や家庭での悩みなどを共有できるのは素晴らしいことだと思い、これからも大事にしていきたいと強く感じました。このような取り組みに協力くださる自治体・企業が増えれば、自ずと女性が輝ける社会になるのではないかと思います。この度は貴重な講座をありがとうございました。



川越 美代子

三井住友海上火災保険株式会社

研修は予想に反し座学のみではなく、グループ討議等『参加型』であり他参加者の意見が聞けた事が有意義でした。講座を受講しなければ様々な職種や役職の方から仕事についての意見は聞けなかったと思います。また講義内容にリーダーシップコーチング研修がありました。受講前は若干の抵抗を感じていましたが、受講してみると女性でも行えそうな内容であり自信につながりました。

今後はこの講座受講で変わった自分の意識を行動へつなげ、職場で業務遂行を邁進していきたいと感じています。



菊地 明美

社会保険労務法人TMC

講座を受講させていただき、ありがとうございました。受講開始時は自信がなく、「自分にリーダーは向いていないのではないかと不安な気持ちを抱えながらの受講でした。しかし講座を重ねるにつれて、「リーダー」という役割に気負いすぎる必要はなく、自分らしくて良いし、自分もまだまだ成長過程(完璧ではない)で良いのだということがわかりました。どのようなリーダーになりたいのか意識し、自分らしく、そして楽しく仕事に取り組む姿勢、そのための考え方や話し方を勉強できました。互いに成長し合える仲間ができたことも、大きな成果です。自分の価値観を見失わず、楽しく、挑戦していく姿勢をもって、今回の学びを活かしていきます。





小林 秀子

マロニエ医療福祉専門学校

キャリア・マネジメント講座の多彩なプログラムの講義やグループワーク・講演等を受講したことで、仕事へのモチベーションやスキルの向上につながりました。また、普段接することがない異業種で働く女性との交流は楽しく大変刺激を受けました。講座を通して、今後さらに女性が活躍していくには、意識を変えていく取組みとその継続、さらには私たち女性が実績をつくっていくことが重要だと感じました。

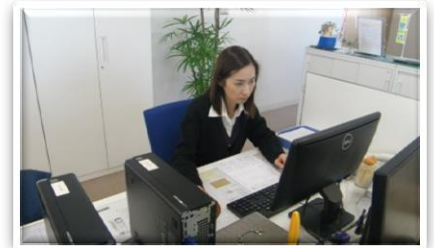
今後は学んだことを職場で積極的にアウトプットし、職場の活性化につなげていきたいと思えます。



小林 真理子

三信電工株式会社

他企業からの女性社員の方々と一緒に、様々な講義を受けたほか、また企業見学では花王株式会社栃木工場を見学し、女性が活躍できるように取り組んでいることを伺ったり、実際に勤務されている女性社員の方と意見交換をさせていただきました。普段、内勤で他企業の女性の方とお会いする機会がないので、そういった方々とお話してきたことは刺激になり、また学ぶことも多々ありました。研修で勉強になったことは、ロジカルシンキング研修です。論理的で説得力のある話し方ができるという講義が大変勉強になりました。私は物事を伝えるという事が苦手だと思っているのですが、PREP話法という基本術を知り、自分ができていなかったことを研修によって学ぶことができました。女性の強みを生かし活躍できる方法を考える有意義な勉強をさせていただきました。

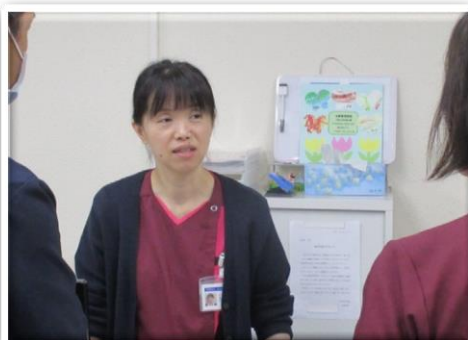


佐藤 かおる

医療法人北斗会

『キャリアマネジメント講座に参加できてよかった。』私はそう思っています。受講前は全6回もあるのかと思いましたが、講座では新しい気づきや学びがあり、また自分自身を振り返る機会となりました。そして何より、私にとって他業種の女性との交流はとても新鮮で、刺激を受けることが出来ました。そしてまたこの講座を通し、これからも女性の強みを活かし、前向きな目標をもち切磋琢磨していくこと、みんなが協力し合い働きやすい環境づくりが必要であると実感することが出来ました。

今回の出会いを大切に、私自身がお手本になれるように努力していきたいと思えます。



鈴木 真知子

株式会社カナメ

私は、今回の講座を受講して、一番の収穫は、人との出会いです。職場には、同じ立場の女性社員が周りにはいないので、この講座を通して、日頃の悩みや現状を共有できる人脈づくりが出来たことです。

今後も長いお付き合いができるよう、第5期生の集まりには積極的に参加したいです。

また、営業職の私は、野内先生の講座の話し方、人に伝える魅力的な話の組み立て方は非常に勉強になりました。学習したことを即実践し、さらなる成長を目指していきます。

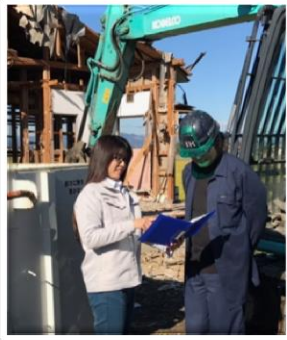




竹原 幸子

株式会社関東エコムズ

私はこの研修に参加させて頂き狭い範囲で行動をしていることを再確認致しました。IT化が進む中でも必要な源はやはり「人」です。今までは与えられた事柄をこなしているだけの用聞きでしかなかったことです。女性が活躍する職場、社員一人ひとりが役割や得意とする分野で力を発揮できるよう戦略と具現化が必要なことです。そして私の苦手とする「伝える」と「伝わる」とは異なり伝達がうまくいかないとミス発生することです。難しい言葉を無理に使わずシンプルに尚且つ短い文で1分で話せるようにすることです。更に心動かすきっかけは年齢性別立場に関係なく自分次第であることです。常に前へ進むことが必要で知らない事がまだまだ沢山有り知ることができる素晴らしさを知ったことです。この講座に参加させて頂き短い時間ですが高めあう仲間に出会えたこととても有意義な時間を過ごすことができ感謝しています。ありがとうございます。



床井 愛実

渡辺建設株式会社

今回の受講を通じ、無縁と思っていた女性活躍推進を身近に感じることができ、私自身の考えや意識が変わりました。受講前は、正直荷が重いと感じていましたが、自身のキャリア構築のためだと奮起した結果、各講座得るものばかりで、実践で活かしたいと強く思いました。

受講者の皆さんとの交流はとても貴重で、女性としての悩みを共有できたり、仕事への取組みを伺え、沢山の刺激を頂きました。

多くの方が、この研修を受けることで道が開け、世間の認識が変わり、女性が働きやすく、そして活躍しやすい社会になることを期待しております。私もこの経験を伝え、自身のキャリアとライフイベントを充実させていきたいと思えます。有難うございました。

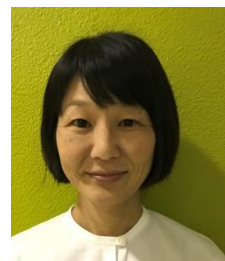


中北 文子

栃木トヨタ自動車株式会社

管理職になり、分からない事、うまく伝わらない苦勞、悩みなどを独り抱えていました。当講座を受講して、解決できる知恵を授かりました。できればもう少し早い段階(管理職になる前)に受講できれば良かったと強く感じました。女性活躍推進に取り組まれている企業の担当者様ともめぐり合うことができ、悩みを共有できたり、取り組みをお伺い出来たり、素晴らしい同志ができました。今後は当講座受講生同志、切磋琢磨していければと思います。

私も皆様も、キラキラ輝き第一線で働き続けていられるよう頑張りましょう。講師の先生、運営に携わってくださったすべての皆様、有り難うございました。

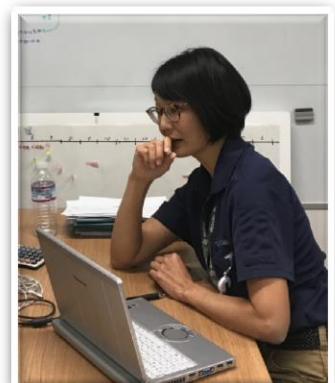


萩原 万里子

AeroEdge株式会社

ジェンダーギャップ指数144カ国中114位、女性管理職の割合12%、女性の非正規雇用56%、という数字から日本女性の地位、社会への参加率が低い現状を認識した。一方で、この講座を受けて、現在改めて女性活躍が推進され、多様性が認められる時代であることも学んだ。何より、この社会の中で様々な職業・年代の女性たちが今まで悩みながら戦っていたことがわかり、彼女たちと出会ったことで私も一人ではないと思えた。

この講座から学んだことを糧に今後もやりがいのある、長く働くことのできる職場づくりをめざして会社の中で一人ひとりと向き合いたいと思っている。最後に講座開催にあたって講師の方々、センターの皆様方に感謝致します。





長谷 智子

公益社団法人栃木県経済同友会

女性だけの研修を受講することは初めてでした。栃木県内いろいろな業種の企業の元気な女性の方々が参加していて、講座では、「リーダーシップコーチング研修」や「ロジカルシンキング研修」等をグループワークでたくさんディスカッションをしました。受講生各々の悩みや職場環境などを共有出来たことが良い刺激となり、たくさんのお気づきがありました。

この講座を受講して、まずは自分で出来ることから取組みをし、女性目線での考え方や視点を発信しながら、将来的には組織に貢献出来るリーダーを目指したいと思います。



林 紀和子

AeroEdge株式会社

一言で申し上げますと、「受けて良かった！キャリア・マネジメント講座」です。現代社会において、女性だけでなく男性、その他も含めた社会全体が、時代に合わせた意識と働き方に変えることが求められています。そのために、まず自分はどうしたいのか、どうありたいのかと考えるキャリア棚卸しと、財務諸表の読み方やロジカルシンキング等のスキルについて学ぶことが出来ました。加えて、他の受講者と交流の機会もあり非常に良い刺激を得られました。

今後は、自社に合った働きやすい職場づくりとは何か社内で話し合い、具体的に制度の導入等を進めていきたいと考えております。



藤原 景子

株式会社アド宣通

この度は、キャリア・マネジメント講座を受講させて頂きましてありがとうございました。

女性の働く現状を理解し、どう自社に取り入れていくのか？どう取り入れていけばスムーズに女性が活躍できる環境が整えられるのか。どんな方法で他の企業様は取り組んでいるのか。そんな課題をもって受講しました。

実際に活躍されている女性管理職の方の講話、部下指導の現状、女性活躍企業への訪問と実際に見て聞いて学ぶ事に課題解決をするよい機会を頂きました。弊社は引き続き女性活躍を推進し、活躍できる環境を整えて『活躍できる会社』創りに取り組んで参ります。



若菜 絵美

株式会社タスク

講義や受講生とのグループワーク、意見交換を通じて自分自身と向き合い、自分に足りないスキルや視点を認識することができ、大変感謝しております。

今回学んだ、問題解決に欠かせないロジカルシンキングは私自身苦手とするもので、今後更に訓練を重ね職場や日常で積極的に実践していきたいと思っております。キャリアデザインの講義では、女性のキャリアの現状と課題に触れ、女性活躍のための環境や制度の整備はもちろんのこと、女性自身も女性ならではの強みを活かし自信を持って働き続けていくことが大切であると感じました。

「人生100年時代」を生き抜くため、様々なことに目を向け、主体性と日々の努力でキャリアを切り開いていけるようこれからより一層邁進してまいります。



平成31（2019）年度キャリア・マネジメント 講座日程

🍷開催日

- ① 7/10(水) ② 7/26(金) ③ 8/23(金)
④ 9月中旬 ⑤10/ 4(金) ⑥10/25(金)

🍷時間

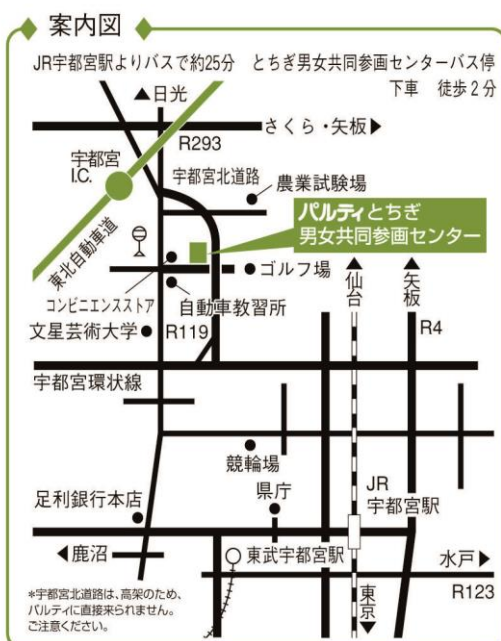
- ①②③ 13:00～16:30 ④13:00～17:00
⑤13:00～19:00 ⑥11:00～17:00(仮)

🍷対象

企業等で活躍が期待されている女性
(企業等から推薦をうけて全6回受講できる方)

🍷定員 30名程度

🍷受講料 5,000円



● 受講に関するお問い合わせ

栃木県とちぎ男女共同参画センター 事業推進課(パルティ内)

〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 9時から17時

※火曜日～土曜日(国民の祝日を除く)

TEL:028-665-8323 FAX:028-665-8325

○発行 栃木県とちぎ男女共同参画センター
事業推進課

