埼玉県女性キャリアセンターメニューラインナップ

埼玉県女性キャリアセンターのキャリアカウンセラーは、すべて女性です。

女性管理職向け研修

各期2日間開催

県内企業等で活躍する女性管理職を対象にした研修を行います。仕事に対するモチベーションを高め、管理職として必要なスキルを習得することができます。

各回定員50名

開催予定

Ⅰ期：2023年 8月9日(水)・ 8月30日(水)
Ⅱ期：2023年11月9日(木)・11月10日(金)
Ⅲ期：2024年 2月8日(木)・ 2月22日(木)

※詳細は、埼玉県女性キャリアセンターのホームページをご覧ください。

電話相談

予約不要 1回15分

今すぐ相談したい、空き時間に相談したいという方は、電話相談をご利用ください。
※電話料金はご利用者様のご負担となります。

相談時間
月曜日～金曜日
※土曜日はお休み
(日・祝・12/29～1/3
毎月第３木曜は休業日)
①10：00～11：30
②12：30～16：30

電話相談専用 048-601-1023

面談相談・オンライン相談

要予約 1回45分

就職やステップアップに関する様々なご相談をお受けします。

相談時間
① 10:00～10:45
② 11:00～11:45
③ 13:30～14:15
④ 14:30～15:15
⑤ 15:30～16:15

受付時間
9:30～17:30
月曜日～土曜日
(日・祝・12/29～1/3
毎月第３木曜は休業日)

お子様同伴可

予約 048-601-5810

埼玉県「女性の『働く』を応援するワンストップサイト」

働く女性、働きたい女性の抱える様々な疑問、悩み、関心に対してワンストップで情報提供します。働きたいと願う全ての女性が、その意欲と能力に応じて自分らしく生き生きと働くことができるよう「寄り添い」、「応援する」サイトです。
ぜひ、アクセスしてみてください。

サイト

Twitter

おしごと相談のほか、各種イベント、セミナーなど多数のメニューをご用意しております。

お問い合わせはお電話で

☎ **048-601-5810**

受付時間 9:30~17:30 月曜日～土曜日
(日・祝・12/29～1/3・毎月第3木曜は休業日)

〒330−0081 さいたま市中央区新都心 2-2
ホテルブリランテ武蔵野 4 階
埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま)内
TEL：048(601)5810 ／ FAX：048(601)5811
ホームページ：https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/

彩の国 埼玉県　埼玉県のマスコット コバトン&さいたまっち

予約制　参加無料　オンライン開催

埼玉県女性キャリアセンター

2023

働く女性応援講座

― ともに学び、素敵にキャリアアップ! ―

会　場 全講座オンライン(Zoom)開催
※会場での参加はありません

対　象 働く女性(県内在住、または県内在勤)
※このセミナーは、職場におけるステップアップ、業務スキル向上を目的に実施する参加型セミナーです。目的外での受講はできませんのでご了承ください。

申込方法 中面をご覧ください。
※事前予約制・定員になり次第締め切りとさせていただきます。

定　員 各セミナー60名

キャリア別講座チャート

◆ 初任者　♠ 中堅社員
※講座の詳細は中面をご覧ください。

♠ コーチング ～コーチングの基礎を知る～ 4 14	♠ アンコンシャスバイアス 8	
◆ 今さら聞けない DX の基礎知識 1 9	♠ 相手に響く プレゼンテーション ～「伝える」から「伝わる」へ～ 5 13	♠ 問題解決基礎講座 10
◆ コミュニケーション ～聴き方・伝え方・アサーション～ 2	♠ 男性脳・女性脳 コミュニケーション講座 6	◆ 自分の「強み」を知って伸ばそう 12
◆ 印象管理 ～パーソナルカラーを使って印象アップ～ 3 11	◆ キャリアデザイン研修 ～これからの働き方を考えよう～ 7	特別講座 15

共催：一般社団法人 埼玉県経営者協会／女性経営者クラブ・ファム（一般社団法人 埼玉中小企業家同友会）

埼玉県女性キャリアセンター

〒330−0081
さいたま市中央区新都心2-2　ホテルブリランテ武蔵野 4 階
埼玉県男女共同参画推進センター（With You さいたま）内

TEL 048(601)5810　FAX 048(601)5811

ホームページ
https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/

※ いただいた個人情報は、当事業運営のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。
※ 新型コロナウイルスの影響や荒天等により、運営が変更になる場合があります。
詳細につきましては、決定次第、女性キャリアセンターホームページでお知らせします。

対象：◆ 初任者 ／ ♠ 中堅社員

No.	日　時	申込開始	対象	テーマ	内　容	講師名
1	7/12(水) 13:00～16:00	6/1 (木)	◆	今さら聞けないDXの基礎知識	よく耳にする「DX」、何となくわかっているけれど具体的には説明しづらい…今さら聞けないけれど、知れば使える!基礎知識を学ぶことができるセミナーです。	三ッ矢 講師 A
2	7/25(火) 13:00～17:00 交流会有り		◆	コミュニケーション ～聴き方･伝え方･アサーション～	「人生の質はコミュニケーションで決まる」。意外に知られていませんがコミュニケーションにはシンプルな「原理原則」があります。「原理原則」を押さえることで効率よく能力を高められます。仕事をスムーズに進めることができ、プライベートでも豊かな人間関係を構築することができます。	松澤 講師 E
3	8/25(金) 13:00～16:00		◆	印象管理 ～パーソナルカラーを使って 印象アップ～	印象管理：色彩効果や所作で自分らしい印象の演出ができます。パーソナルカラーの属性の効果や骨格診断を知り自分磨きに役立てましょう。	大網 講師 B
4	9/5(火) 13:00～17:00 交流会有り	7/3 (月)	♠	コーチング ～コーチングの基礎を知る～	コーチングとは「組織や個人がより早く、より効率的にゴールを達成する助けとなること」です。コーチングの根幹である「問いかけて聴く」を学ぶことで、後輩や部下の目標達成･問題解決･パフォーマンス改善のサポートをします。結果的に相手の能力を最大限に引き出すことができるようになります。	松澤 講師 E
5	9/26(火) 13:00～16:00		♠	相手に響くプレゼンテーション ～「伝える」から「伝わる」へ～	報告･商談･会議など、働くすべての方にプレゼンテーションは必須のスキルです。仕事の成功につながる「響くプレゼンテーション」とは何か。人前で話す自信がなくても大丈夫。一瞬で相手の心を惹きつけて、そうなんだと思わせ、わかりやすいと言わせるコツをお伝えします。	松澤 講師 E
6	10/10 (火) 13:00～16:00	8/1 (火)	♠	男性脳･女性脳 コミュニケーション講座	男女の違いを理論的に知ることで、性別に沿った効果的なコミュニケーションができるようになり、職場での意見交換がスムーズに行えるようになります。	上岡 講師 D
7	10/20(金) 13:00～16:00		◆	キャリアデザイン研修 ～これからの働き方を考えよう～	人生100年時代。今後も活躍していくためのキャリアを考えましょう。現在の仕事に落とし込み、今やるべきことを明確にします。	大嶽 講師 C
8	11/6(月) 13:00～17:00 交流会有り	9/1 (金)	♠	アンコンシャスバイアス	心理的安全性が高いチームづくりについて、自他を尊重し、言いたいことを伝えあう方法について学ぶセミナーです。	三ッ矢 講師 A
9	11/13(月) 13:00～16:00		◆	今さら聞けないDXの基礎知識	よく耳にする「DX」、何となくわかっているけれど具体的には説明しづらい…今さら聞けないけれど、知れば使える!基礎知識を学ぶことができるセミナーです。	三ッ矢 講師 A
10	12/8(金) 13:00～16:00	10/2 (月)	♠	問題解決基礎講座	問題とは何か?どのようなステップで解決していけばいいの?問題の捉え方および原因の追求の仕方について解説します。策定方法と優先順位の付け方について学びましょう。	上岡 講師 D
11	1/17(水) 13:00～16:00	11/1 (水)	◆	印象管理 ～パーソナルカラーを使って 印象アップ～	印象管理：色彩効果や所作で自分らしい印象の演出ができます。パーソナルカラーの属性の効果や骨格診断を知り自分磨きに役立てましょう。	大網 講師 B
12	1/22(月) 13:00～17:00 交流会有り		◆	自分の「強み」を知って 伸ばそう	私の強みってなんだろう。得意･不得意、期待されていることなどを整理し、強みを伸ばす方法を考えましょう。	三ッ矢 講師 A
13	2/9(金) 13:00～16:00	12/1 (金)	♠	相手に響くプレゼンテーション ～「伝える」から「伝わる」へ～	報告･商談･会議など、働くすべての方にプレゼンテーションは必須のスキルです。仕事の成功につながる「響くプレゼンテーション」とは何か。人前で話す自信がなくても大丈夫。一瞬で相手の心を惹きつけて、そうなんだと思わせ、わかりやすいと言わせるコツをお伝えします。	松澤 講師 E
14	2/21(水) 13:00～16:00		♠	コーチング ～コーチングの基礎を知る～	コーチングとは「組織や個人がより早く、より効率的にゴールを達成する助けとなること」です。コーチングの根幹である「問いかけて聴く」を学ぶことで、後輩や部下の目標達成･問題解決･パフォーマンス改善のサポートをします。結果的に相手の能力を最大限に引き出すことができるようになります。	松澤 講師 E
15	3月上旬 開催予定			特別企画： 働く女性応援講座【特別講座】	昨年度大好評だった、女性経営者による「特別講座」を、今年度も開催します!ロールモデルとなる女性の活躍を知り、働く女性のキャリア形成の意識とモチベーションを高めましょう。	女性経営者 クラブ･ファム

A **三ッ矢 玲子** 氏

キャリアコンサルタント、マナーOJT インストラクター、日本ネイリスト協会本部認定講師

大学卒業後、美容業界を経て独立。研修講師やキャリア支援を中心に女性の「働く」に役立つセミナーを積極的に行っている。

B **大網 香苗** 氏

スタジオ HOW 認定講師、カラーアナリスト、骨格診断士、フェイストレッチング接遇、マナー研修講師

カラーアナリストとして活動する一方、コミュニケーション・ビジネススキルなどトータルな人材開発に携わる。

C **大嶽 圭子** 氏

キャリアコンサルタント、2 級キャリア･コンサルタント技能士

一橋大学･山城章名誉教授創業の㈱山城経営研究所にて異業種幹部研修を行う。2012 年、㈱ CC ファームを設立。「企業は人なり」の言葉を胸に、人財戦略のコンサルタントとして全国の中小企業にて研修及びキャリアコンサルティングを行う。

D **上岡 実弥子** 氏

株式会社キャラウィット　代表取締役、中小企業診断士

長野県伊那市生まれ。学習院大学卒業後、雪印ドール㈱マーケティング部、㈱日経スタッフ派遣社員等を経て、中小企業診断士取得。神奈川県横浜市で㈲レッツを設立（取締役社長）、その後㈱キャラウィットに組織変更。

E **松澤 利栄子** 氏

産業カウンセラー、国家資格キャリアコンサルタント、NLP マスタープラクティショナー

三菱商事株式会社に入社し約 5 年勤務。その後宝飾品業界や学習塾の講師職を経験。震災を機に「人の支援」を使命に感じ、大学や就業支援施設でキャリアカウンセリングに従事。LGTB や HSP の支援にも注力し、コミュニケーション、コーチングなどのセミナーに登壇。

埼玉県働く女性応援メンター制度

埼玉県では、仕事と家庭の両立やキャリアアップを目指して頑張る女性を応援するために、働く女性達の良き相談相手として経済団体等から推薦いただいた先輩女性の方々を「埼玉県働く女性応援メンター」に委嘱しています。

Point!

交流会有り マークのついた日程では、講座終了後に、参加者同士の交流会があります。交流会では、家庭と仕事の両立やスキルアップの仕方など、仕事をしていく上で女性が抱えがちな悩みを、「埼玉県働く女性応援メンター」や講師へ直接相談することができます。

お申込方法

女性キャリアセンターホームページから電子申請にてお申し込みください。
https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/hatarakujose/koza05ouen.html

（お申込み時には、氏名・勤務先・役職名（係長・主任など）・職種をお知らせください）

※オンラインによる受講環境については、ホームページをご確認ください。
※定員になり次第締め切りとさせていただきます。
※講座の詳細については女性キャリアセンターホームページでご確認いただけます。
※お申込みは先着順となります。ご希望に沿えない場合もございますのでご了承ください。

お問合せ

☎ **048-601-5810**

受付時間／9：30 ～ 17：30
月～土曜日（日曜、祝日、12/29 ～ 1/3、毎月第3木曜日は休業日）