奈良県「子育て女性就職相談窓口」主催講座

開催報告 さあはじめよう! ～仕事と子育て両立実現～

平成２３年度 女性のための仕事と家庭の両立応援講座

開催日：平成 24 年２月 24 日(金)・３月２日(金)・９日(金)の３日間
場　所：奈良県社会福祉総合センター
講　師：Office ICB 代表　瀧井智美さん

１日目【講義】“自分の気持ち”“これから必要なこと”を知る

―自分が変わらなければ相手も変わらない…言葉や行動は変えられる！―

◆色んな出会いが人生を豊かにする

◆協力者不足はネットワーク作りで解消しましょう

《受講者の声》
・自分の考え方を少しずつ変えていくことが再就職につながるのかなと思いました。
・何か自分にできること、役に立つことがあるかもしれない、と思えるようになり、たくさんの勇気と新しい見方をいただきました。

２日目【自己分析をしよう】“本当の自分”と“自分の強み”を知る

―『なりたい自分』『私らしい目標』を明らかにしよう！―

◆自分を支えてくれている人の再確認が大切です

◆自分の可能性を開くために行動を起こしましょう

◆長所や成果を振り返り、新しい自分を見つけましょう

《受講者の声》
・今後、どんな風に仕事をしていきたいのか、自分と向き合ういい機会になりました。

３日目【再就職成功者との交流】（終了後、希望者のみ個別相談会を実施）

―上手くいかない時、両立実現者はどう考え行動してきたの？―

◆両立実現のためのヒントを得ましょう

◆考え方を少し変えて、不安に負けない自分になりましょう

《受講者の声》
・参加者との交流も貴重な体験でした。「働きたい」気持ちが強くなりました。
・他の人も色々なことを悩んだり心配していることが分かって安心した。先輩方の話が聞けて参考になった。