

働き方改革

子育て女性の

女性の本音×企業の本音

子育て女性の活躍推進を実現させるためには、勤務形態の多様性・柔軟性など働きやすい労働環境を整備していく事も大切ですが、同時に、育児と仕事をバランスよく両立させ、子育て女性が自分らしくイキイキと活躍する為にもストレスフリーな状態をつくる事が大切です。第一部では、子育て女性も(働きたい女性、働いている女性)企業の方も(経営者、管理職、リーダー)一緒に学ぶ事が出来る「家庭でも職場でも人間関係を良好にする!ストレスフリーセミナー」を開催し、第二部では、女性と企業がより信頼関係が築けるよう、普段聞けない話や本音で語る「リアル座談会」を開催し、女性と企業が知り合い、マッチングの第1歩に繋がる場を提供します。

第1部 13:30~15:30

家庭でも職場でも人間関係を良好に!~ストレスフリーセミナー~

Thema

1

自己肯定・他者肯定

人は誰かに認められたいという欲求を持ちながらも、自分のことを自分で認められません。自分のあり方を積極的に評価できるよう、様々な自分を受け入れられる感覚を身につけます。

Thema

2

怒りの正体を知り上手に付き合う

大事なものを遮断されたり妨害された時に「怒り」という感情が沸き起こります。「怒り」は自分やまわりの人にマイナスの影響を与えてしまいます。怒りの感情をコントロールする方法を学び人間関係を良好に保ちましょう。

Thema

3

ストレスフリーコミュニケーション術

プライベートでも仕事をするうえでもコミュニケーションは必要ですが、しっかりと学ぶ機会は多くありません。思いがけず相手にフラストレーションを与えてしまうことが無いようコミュニケーションの基礎を学びます。

Thema

4

ストレスフリー時間術

いつも「時間が無い」と思っていますか?時間をコントロールするということは、人生のなかの出来事をコントロールすることにも繋がります。基本的な管理術を身につけます。

第2部 15:30~16:30

女性∞企業/リアル座談会 すれ違う気持ち・・・

女性目線・企業目線の本音アンケートを公表し、リアルな声に合わせたテーマにて座談会を行います。



講師プロフィール

NPOママとシネマ実行委員会 代表 / ママ1000人会議 ファシリテーター

眞野 美加さん

青森市生まれ、仙台市在中。世界チェーンの飲食業に22年勤務し、人が利益を生む環境を意識したマネジメントを実践、閉店候補店舗から全国2位に押し上げる。出産とともに「これまでの働き方ができない」葛藤を抱え乗り越えた経験や出会ってきた1000名を超える若者や女性達の声に「多様な人が働く事を喜びにできる社会にしたい」と感じ、現職へ。アングラーマネジメントやワークライフバランス等を体系的に学び、多くの経営者との出会いから人材の確保・定着に資する事業に従事している。また個人の市民活動としては、母親による母親の為のイベント団体をはじめ4つの団体の代表を務め、女性視点を取り入れた多様性に配慮したまちづくり等に取り組んでいる。

2017.12.8

金

13:30~16:30 (受付13:00~)

アピオあおもり (青森市中央3丁目17-1)

定員

30名 [女性20名程度/企業10社程度]

参加費
無料

参加対象

女性 子育て女性、働きたい女性、働いている女性など

企業 女性応援・働き方改革に取り組む企業など

*本セミナーに参加すると「あおもり働き方改革推進企業」認証基準の1つである「働き方改革」に関する風土づくりに努めていること」を満たすことになります。

お申し込み
お問い合わせ

NPO法人プラットフォームあおもり 青森市新町2丁目5-4 スペースMOMO 2F
☎017-763-5522 ☎017-763-5523 ✉info@platform-aomori.org



このセミナーは経済産業省平成29年度「東北地域中小企業・小規模事業者人材確保・定着等支援事業」として実施します。

主催 NPO法人プラットフォームあおもり

共催 経済産業省 東北経済産業局

働き方改革

子育て女性の

女性の本音 × 企業の本音

申込方法

必要事項を記入しFAXにてお申し込みいただくか、電話・Eメールもしくは専用フォームよりお申し込みください。

●お電話でのお申し込み方法

下記電話番号までおかけください。

☎ 017-763-5522

●FAXでのお申し込み方法

必要事項をご記入いただき下記まで送信してください。

☎ 017-763-5523

●ホームページからのお申し込み方法

下記URLもしくは右記QRコードをスキャンし、専用の申し込みフォームよりお申し込みください。

🌐 <http://platform-aomori.org>

✉ info@platform-aomori.org



企業名・団体名	※個人でのお申し込みの場合は記入不要		
住所	〒 ー		
TEL		FAX	
E-mail			

ふりがな		年齢	役職
名前		歳	
ふりがな		年齢	役職
名前		歳	
ふりがな		年齢	役職
名前		歳	

※お預かりした個人情報は、本事業に関する情報のお届け、確認およびご連絡以外の用途では使用いたしません。