

自分らしく働きつづける女性のための

キャリア形成 支援セミナー



リーダーとして活躍していきたい

先着
30名

リーダークラス

リーダーとして活躍するために必要な、あり方や考え方を学ぶとともに、今までのキャリアを振り返りながら、今後の自身のキャリア形成プランを考え、自身の強みを活かし、成果を上げるために必要な意識とスキルを強化します。

対象

職場のリーダーまたは
これからリーダーになる女性
福岡市内居住または
福岡市内企業に勤務する女性

日程

2025年

① 10月 9日(木) ② 10月15日(水)

③ 10月29日(水) ④ 11月12日(水)

各13:30~16:30

全4回

自分の将来を創造する

先着
30名

若手クラス

結婚、出産、育児等の様々なライフステージを経ても、自分らしく働き続けられるように、様々な働き方や価値観を知るとともに、現状を振り返り、自身のキャリア形成について考えるセミナーです。

対象

20~30代で
入社10年以内の女性
福岡市内居住または
福岡市内企業に勤務する女性

日程

2025年

① 10月22日(水)

② 11月 5日(水)

各13:30~16:30

全2回

会場

福岡市男女共同参画推進センター アミカス（福岡市南区高宮3丁目3-1）

受講料

1名 5,000円

ただし「ふくおか女性活躍NEXT企業見える化サイト」登録企業は
各講座1社1名まで無料

お申込は裏面へ



講師 紹介



木村 千歳 氏 (C's on代表)

海外旅行会社等で勤務後、航空系商社で新規支店の開設、スタッフ育成等に携わりながら、コーチング、カウンセリングについて学び実践する。その後、キャリアコンサルタント、研修講師として「あなたらしく働くをサポートします」をモットーに、企業や行政機関の研修に毎年数多く登壇。女性リーダー育成事業や経営者団体での定着支援活動、大学生の就活支援にも従事。2021年事業構想修士の学位を修了。

セミナー プログラム

リーダークラス

1

- 社会情勢とリーダーの役割について
- チームビルディング
- コミュニケーション基礎

2

- 指導・育成の方法
- コミュニケーション実践 承認
- 教える技術を高める

3

- コミュニケーション実践 質問
- コミュニケーション実践 合意形成
- 私の強み

4

- コミュニケーション ワークショップ
- こんな時どうする？事例検討
- ○年後の私を構想する

若手クラス

1

- 自身のキャリアを振り返る
- 社会情勢と様々な働き方
- 先輩社員を交えたディスカッション

2

- タイムマネジメント（優先順位と管理）
- 参加者同士の意見交換
- 未来の私を構想する



グループでのワークや交流を通して、学びを深めます。

昨年度受講者の声

(リーダークラス)



- いつも目からうろこの考え方を教えて下さるので楽しく受講できました。
- 私の悩みをグループの皆さんと一緒に考えて解決策を出していただけるので、普段の業務に大変助かっています。

- 様々な働き方を知ることができ、将来どういう自分になりたいか考えることが出来ました。
- 自己分析は自分だけではなく、話すことで気づきが得られることを学びました。

(若手クラス)



お問合せ・お申込み先

お申込み方法



申込受付フォームもしくは
下記URLよりお申込み
ください。

<https://business.form-mailer.jp/fms/74ac80f1296507>

主 催／福岡市 市民局 女性活躍推進課

運営事務局／株式会社ストローク

福岡市中央区渡辺通 4-10-10-2F

TEL：092-721-4197

Email：stroke@acr.gr.jp



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。