

Woman's キャリアサロン

自分らしく生きる30代
自己を確立する40代
新しい自分を発見する

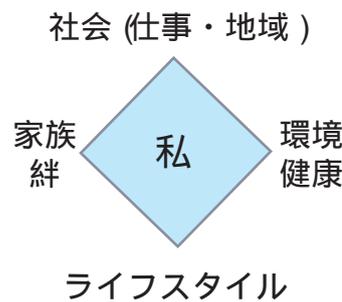
女性の3つのライフステージを
トータルに支援するオープンカレッジ
Woman'sキャリアサロン誕生！

Web Woman'sキャリアサロン

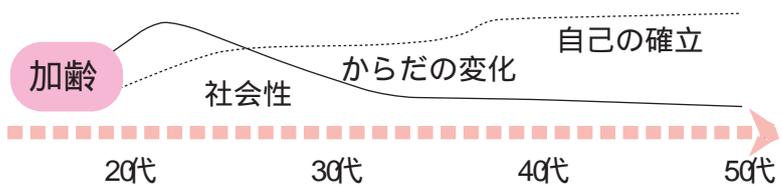
2006年4月講座に合わせて
Web上のサロンもOpenします

女性のためのキャリア、結婚・出産・子育てのほか、自分を高め、人生を充実させる心身の健康や、環境に配慮したライフスタイル、地域情報などのお役立ち情報の提供や、講座参加者の意見交換や交流の場など、サロンメンバーのコミュニティサイトができます。

Woman's キャリアサロンのテーマと独自の視点



ある年齢になると、社会から求められる、その人のバックグラウンド。社会の中で、自分が根ざす場所をしっかりと創っていきましょう。サロンでは、左に上げた四つのテーマと、加齢がもたらす私たちの心やからだ、そして、社会性への大きな変化を視点に取り入れ、プログラムを構成しています。



30's 私 + 社会、家庭

20代後半に差し掛かると、考える「将来」のこと。結婚、人生のパートナー、家族、人生計画。30代、自分が根を下ろすバックグラウンドをしっかりと創りましょう。



結婚・子育ては 新しい自分への転機

結婚や出産、子育てによるキャリアの中断をネガティブにとらえず、新しい自分発見の時として、自分にとっての仕事、家族、パートナーについて見つめ直す時間と捉えませんか。



目標をしっかり持ち 自分らしく生きる

女性のキャリアにとって、一定の年齢になるとぶつかる「これから先」のこと。転職・再就職、独立起業。子育てが一段落した専業主婦も考える自分の場所。自分らしさの確立期。

Grounding-根を下ろす

30代、仕事の評価とは別に、求められるプラスアルファ。結婚して家庭を持つ、社会的な役割、重要なポジションを得る。自分らしさをキャリア、ライフスタイル、心身の充実など多面的に探求しましょう。

Rebirth-新しい自分へ

結婚や出産、転職など人生の転機を迎える30代から40代。固定化された価値観が、転機によって大きく変わります。新しい自分の発見は、次のステージに進むため、自分らしさを見つめ直しましょう。

Independent-自己確立期

自己確立期は、これまで自分が社会の中で学び、培ってきたものを社会に還元するステージ。自分は社会の中で何を提供できるのか。あなたの役割が明確になり、目標を持って生きる道を見つけましょう。



講演

Life style

Woman's キャリアサロン 自分らしく生きたいあなたへ

あなたらしいキャリア、あなたらしいライフスタイル、自己の確立をしたいあなたへ、このサロンが提案する3つのライフステージから、自分のキャリアプランやライフプラン、自分のあり方を見つめ直してみませんか。

水津陽子

地域と人の再生支援コンサルタント
自治体の地域再生構想、観光振興ビジョン策定から、起業や人材活用、Life,Work支援のNPO活動に取り組む本サロンのコーディネートを担当。

開講日：4 / 22 (土曜) 13:30 ~ 15:00

受講料：一般 3,000円 (入会金は不要です)

会員 2,000円

定員：30名

オープンカレッジ* 春期おすすめ講座

Rebirth 子育て支援 講座

保育・幼児教育の専門家による、親子の関係性を豊かにしてくれる子育て講座や実践的に役立つ講座を紹介します。

- ・おかあさまのための
コーチング P19
- ・母親のための子育て講座
P19
- ・小児救急法 P19

Independent 再就職・キャリア支援 講座

出産・子育て後の再就職や仕事のスキルアップ、趣味を生かした資格取得のための講座を紹介します。

- ・女性のための再就職
支援講座 P34
- ・女性のための仕事塾 P35
- ・解りやすい文章のコツ
P34
- ・アロマセラピー検定対策
P35
- ・ファイリングデザイナー
検定対策 P35
- ・パソコン講座 P38・P39

Lifestyle フィットネス・健康 講座

話題の食・暮らしに関する講座や心と身体のバランスを整えて、自然治癒力を高めるフィットネス講座を紹介します。

- ・LOHAS総合講座 P21
- ・ワイン講座 P20
- ・カラーセラピー講座
P22
- ・フェルデンクライス・
メソッド P50
- ・バランスヨガ P50

これからの Woman's キャリアサロンは・・・

夏期のテーマ
自己の確立 -
自分らしく生きるための
10のヒント

自分らしさを探し求める視点を少し変えてみませんか。仕事や家庭、家族や職場の人間関係、思うようにならないのはどうして?への10のヒントを。

秋期のテーマ
結婚・家族 -
人生のパートナーとの
関係づくり

自分と人生を歩むパートナー。でも、二人の考え方、感じ方、思い描いている未来は同じ方向にあるのでしょうか。二人の関係を見つめ直しませんか。

冬期のテーマ
ライフスタイル -
やりがいのある仕事と
充実した私生活の両立

女性の活躍の場が増える一方、結婚や子育てでキャリアの中断に追い込まれる女性も少なくありません。仕事と家庭を両立する女性をお招きします。