


# 期待される私を磨く！

## 一歩 前進！ リーダー研修

激変する時代の社会経済の中で、企業での働き方も多様化しています。同時に、働き方のみではなく、生き方そのもののワーク・ライフ・バランスを一人ひとりが考えていく時代となりました。時代をしなやかに生き活きと生きるためにも、仕事もプライベートも充実させる・・・ストレスに蝕まれるのではなく、ストレスをいいエネルギーに変えて輝く女性になる・・・そんな女性たちが働く職場であれば、笑顔が溢れてより良い人間関係で仕事の効率も上がります。

まずは職場の管理職やリーダー、またそれを目指す女性たちが、よきロールモデルとしての姿を構築していくためには、必用スキルと同時に自らの“生き方哲学”を育てていくことも必要です。働く女性のオピニオンリーダーを目指していただくための、3回連続でのスペシャル講座です。

### 【プログラムの日程・内容】

日程	テーマ・内容	※講師紹介
7/24 (土) 13:30~ 15:30	<b>自分を育てる“生き方”を選択する</b> ※契約とコミットメント（自己宣言） ※自律力 ※ワーク・ライフ・バランスとキャリア形成	株式会社CUA(キュア) 代表取締役 盛矢 澄香 エンパワーメント・パートナー
7/31 (土) 13:30~ 15:30	<b>“よい良い生き方”を選択する</b> ※自分も周りも Happy にする生きる選択 ※感情・思考・行動の癖を知り上手にやり取りする ※うまくいかない人間関係修復	 幼稚園教諭、アパレル、企業教育会社などを 経て、2008年キャリアQアップアカデミー設立。 2010年5月株式会社CUA設立。個や組織の持つ “生きる力”を共に発見し具現化していく役割 を担う。企業の人材教育他、広島修道大学 など非常勤講師、県(社福)協議会、コンサル 会社講師などで活躍中。専門分野はキャリア カウンセラー、心理カウンセラー、コーチ、Dr. カウンセラーなど。《今も未来も最高に生きるh appyレッスン》主催
8/7 (土) 13:30~ 16:30	<b>“考え方”を選択する</b> ※オプティマルヘルスエイジングという考え方 ※状況対応型リーダーシップと自発的行動 ※実現を可能にするプレゼンテーションの極意	

対象：働く女性（管理職やリーダー、またはそれを目指す方）  
 定員：15人（基本的に3回連続で参加可能な方）  
 参加費：500円（茶菓代として初回講座のときに徴収します）  
 会場：WEプラザ（広島市女性教育センター）  
 託児：無料 6人まで（6ヶ月～未就学児）講座の1週間前までに申込  
 申込方法：電話でお申込ください（電話 082-248-3312）

《主催・申込み・お問合せ先》

**WEプラザ(広島市女性教育センター)**

TEL：082-248-3312

〒730-0051 広島市中区大手町5-6-9

開館時間：9：00～21：30 休館日：第2・第4月曜日（休日の場合は翌火曜日）

※申し込みの際にいただいた個人情報、本講座の運営以外の目的には使用いたしません。

