

令和7年度あおもりウィメンズアカデミー 働く女性リーダーコース プログラム

日時・配信期間	研修内容
日時:9月1日(月) 13:30～ 16:00 場所:アピオあお もり大研修室1	13:30～ 開講式・挨拶 (青森県子ども家庭部県民活躍推進課 課長) オリエンテーション (開講にあたり) 13:45～ 公開講座 講師:高田朝子 (法政大学経営大学院教授) 「決めることを訓練する～違う明日を作るカードを持つ～」 15:00～ 交流会
1 配信期間 (9/1～12/26)	①キャリアデザイン講座 「自分の人生は自分でつくる ～主体的に幸せを選んでいくキャリアデザイン～」 講師:工藤倫子 (合同会社 OfficeRinko 代表)
2 配信期間 (10/2～12/26)	①コーチング講座 「部下の成長をサポートし信頼関係を構築する」 講師:上前拓也 (合同会社友歩代表) ②アンガーマネジメント講座 「イライラに振り回されない自分になるためのアンガーマネジメント」 講師:川地美仲子 (人材開発オフィス エムズモーメント代表) ③タイムマネジメント講座 「余裕で仕事を進めるコツ」 講師:笹崎久美子 (ワッツ・ビジョン代表)
3 配信期間 (11/1～12/26)	①コミュニケーション術講座 「輝いて、のびやかに暮らすために～上手な気持ちの伝え方～」 講師:須田万里子 (合同会社人材ドック代表・ 一般社団法人キャリアコンサルティング振興協会代表理事) ②メンタルヘルス講座 「青森から育む、折れない心としなやかな女性リーダーシップ」 講師:山本忍 (株式会社アマーイズ代表取締役) ③デジタルスキル講座 「Zoomの基本と応用～対面以上のコミュニケーションを引き出す～」 講師:上前拓也 (合同会社友歩代表)