

令和6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

(1) プログラム

日時・配信期間	研修内容
日時:9月6日(金) 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) 「あなたのリーダーシップを磨き上げる」 15:00～ 交流会
1 配信期間 (9/1～12/27)	①キャリアデザイン講座 「成長と幸せを実感 ～未来の自分と出会うキャリアデザイン～」 講師:榎内有希子(ワーズアンドキャリア代表)
2 配信期間 (10/1～12/27)	①コーチング講座 「成果とやる気を引き出すコミュニケーション」 講師:上前拓也(合同会社友歩代表) ②ワーク・ライフ・バランス講座 「働く女性がon・offを両立させるコツ」 講師:川地美伸子(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 (11/1～12/27)	①コミュニケーション術講座 「知って得するコミュ力向上セミナー」 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 「ストレスを力に変える!女性リーダーのための心と体を整える方法」 講師:タニカワ久美子(株式会社けんこう総研代表取締役社長) ③デジタルスキル講座 「Zoomの基本と応用 ～対面コミュニケーションを超えるZoomの活用～」 講師:上前拓也(合同会社友歩代表)