

28

明るい未来を描こう！



若手職員のためのキャリアデザイン講座

～ Must・Can・Will で将来に向けての具体的なプランを考える ～

【講座のねらい】

自分の人生を「自分」で充実させるため、「仕事」と「ライフ」、そして「お金」の3つの側面から自身のキャリアを見直し、戦略的にキャリアを考えます。

【受講の効果】

- ・長いスパンで自身のキャリアを考えることで、これから具体的にどのように考え行動していくべきかということに気づくことができる。
- ・仕事に取り組むモチベーションがアップする。

◇日程・会場等

- ・日 程：令和5年6月21日（水）
- ・会 場：県セミナーパーク 205研修室、206研修室
- ・対象者：主事、主任主事級の職員
- ・定 員：32人



こんな人におすすめ！

- 自分の人生について考えてみたい人
- 今後の人生における目標を明確にしたい人

◇プログラム（6.5時間） 集合型オンライン研修

9:00 9:15		12:00 13:00		16:45	
オリエンテーション	● 戦略的にキャリアを考える～主語は「自分」 ・ワーク、ライフ、お金のバランスをとる ・キャリアを意識する時代の到来 ・自分の人生は「自分」で充実させる ・人生 100 年時代、揺るがない戦略が鍵となる ● キャリアは上下・左右で考える ● 「自分」を深掘りして考える ・スキルの棚卸をする～自分の「今」を客観的に知る ・自分のモチベーションの動因(こだわり・やりがい) ・自分に求められる役割を理解する ● 世代ごとに考える ・20 代前半～経済的に自立する・社会で通用するスキルを身につける ・20 代後半～ビジネススキル全般に磨きをかける・まだ見ぬ 30 代以降の世界に備える	休憩	● 世代ごとに考える（続き） ・30 代前半～仕事でも家庭でも求められる役割が増す・資金計画が必要になる ・30 代後半～これまでの経験や培った能力・スキルを活かす ・40 代～次世代育成に転換する・第二の人生を準備する時期 ・50 代～キャリアの変化がはじまる・第二の人生の始まり ・60 代～第三の人生の始まり・ライフとワークを楽しむ時期 ● これからを考える ・今後 30 年を考える ・自分のありたい姿を考える ● まとめ～明日から動こう ・いきなり 100 ではなく 1 つずつステップアップする姿をイメージ ・今後取り組むことを具体的に 3 つ決める	アンケート記入	

※講座内容、研修の進め方は状況によって変更になる場合があります。

【講 師】

株式会社インソース 講師 小嶋 ゆみ



◇受講者の声

- 今の自分のワーク、ライフキャリアを振り返ることで、5年先、10年先のキャリアを考えることができた。
- ワークだけではなくライフの面からも考えることで、仕事も頑張ろうという気持ちになれた。
- 講師の方自身の経験等を踏まえながら話を聞くことができたので、話が入りやすかった。