

# 女性管理職 向け研修Ⅲ

2025

女性のチカラで企業をデザイン!



お申込みはこちらから

**会場** オンライン(Zoom)開催

**対象** 県内在住/在勤の女性管理職、  
管理職を目指したい女性

**定員** 60名

**申込開始** 1月4日

**申込** 右記二次元コードからお申込みください

**共催** 一般社団法人 埼玉県経営者協会/  
女性経営者クラブ・ファム (一般社団法人 埼玉中小企業家同友会)

ワーク・イン・ライフ~自分らしい幸せなキャリア~

13:00~16:00

定員/60名

ワーク・イン・ライフとは、「人生・生活の中に仕事がある」という考え方です。多様化する女性のライフスタイルや環境の変化の中で、大切にしたい価値観も人それぞれ。自分自身がどんな人生を送りたいのか、それを実現するために仕事で最大限の力を発揮して活躍するには?自身の働き方に関する悩みを少しでも解消し「自分らしく、自然体でイキイキ働くコツ」をつかんでいきましょう。

2/17日

オンライン

1日目

1日目  
キャリアと家庭生活の  
両立を考える

- 1 ワークライフバランスはもう古い?
- 2 アンコンシャスバイアスに潜む  
性別役割意識
- 3 ありたい自分と理想の人生

2/18日

オンライン

2日目

2日目  
セルフコンディショニングで  
生活を整える

- 1 ストレスとの上手なつきあい方
- 2 自分の気持ちを素直に伝える  
自己表現
- 3 ポジティブな思考を身につける

※いただいた個人情報は当事業運営のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。  
※都合により中止する場合は、開催日前日18:00までにホームページでお知らせしますので、ご確認ください。  
※本セミナーは参加型セミナーです。ビデオマイクがオンにできる環境でご参加ください。



## 講師プロフィール 山岡 正子氏

キャリアコンサルタント、ファイナンシャルプランナー(AFP)、TPIJコーチングファシリテーター、メンタルヘルスマネジメントⅡ種ラインケア  
IT業界にてSE、営業、商品企画、人事と経験を積む中で数々の管理職を歴任し、取締役としてJASDAQ上場の責務を果たす。多様な部下の育成、企業戦略、人材開発等、豊富な経験を活かし2012年にキャリアコンサルタントとして独立。“人も組織も活き活き輝き続ける未来”、“生涯現役時代の働き方”をテーマに、企業研修・自治体主催セミナーにて講師として活躍中。プライベートでは、結婚、出産、育児、離婚、介護、がん治療と一人娘を育てながら様々なライフイベントを乗り越えてきたワーキングマザー。

# 埼玉県女性キャリアセンターメニューラインナップ

埼玉県女性キャリアセンターのキャリアカウンセラーは、すべて女性です。

## 面談相談・オンライン相談

要予約  
1回45分

就職やステップアップに関する様々なご相談をお受けします。

お子様  
同伴可

受付  
時間

9:30～17:30  
月曜日～土曜日  
(日・祝・12/29～1/3・  
毎月第3木曜は休業日)

相談  
時間

①10:00～10:45  
②11:00～11:45  
③13:30～14:15  
④14:30～15:15  
⑤15:30～16:15



予約

**048-601-5810**

## ちょこっと相談

予約不要  
1回10分

利用案内やワンポイントアドバイスをします。

お子様  
同伴可

相談時間

9:30～17:30  
月曜日～土曜日  
(日・祝・12/29～1/3・  
毎月第3木曜は休業日)

## 働く女性応援講座

女性の職場におけるステップアップや業務スキル向上を目的とした講座を行っております。

内容

初任者 | ストレスマネジメント  
相手に響くプレゼンテーション等

中堅社員 | ファシリテーション術  
効果的なフィードバック等

※詳細は埼玉県女性キャリアセンターのホームページをご覧ください。

## 電話相談

予約不要  
1回15分

今すぐ聞きたい、空き時間に相談したいという方は、電話相談をご利用ください。

※電話料金はご利用者様のご負担となります。

相談時間

月曜日～金曜日 ※土曜日はお休み  
(日・祝・12/29～1/3・  
毎月第3木曜は休業日)

①10:00～11:30  
②12:30～16:30

電話相談  
専用

**048-601-1023**

## 埼玉県「女性の『働く』を応援する ワンストップサイト」

働く女性、働きたい女性の抱える様々な疑問、悩み、関心に対してワンストップで情報提供します。

全ての女性が、その意欲と能力に応じて自分らしく生き生きと働くことができるよう「寄り添い」、「応援する」サイトです。

ぜひ、アクセスしてみてください。



ホームページ



X

## お問合せはこちらへ

※セミナーのお申込みはWebのみです

**048-601-5810**

受付時間

9:30～17:30 月曜日～土曜日  
(日・祝・12月29日～1月3日・毎月第3木曜日・  
臨時休館日を除く)

〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2

ホテルブリランテ武蔵野4階

埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま)内

TEL: 048(601)5810 / FAX: 048(601)5811

ホームページ: <https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/>

詳細はホームページをご覧ください。

埼玉県女性キャリアセンター

検索

