

コース名	中小企業大学校サテライト・ゼミ with 館林市、館林信用金庫、館林商工会議所 女性リーダー研修【基本編】 ～自分らしさを発揮してチームに貢献する～			
研修のねらい	女性がこれまで以上に活躍するためにも、なりたい人物像と企業側が求めるリーダー像の重なる部分を上げ強めていくことが重要です。本研修では、女性の活躍が求められる時代背景を理解した上で、自分らしさを発揮しながらチームの力を高めるリーダーシップについて演習を交えて実践的に学びます。また、無意識の思い込み（アンコンシャスバイアス）や、ストレスを受け止め適応できるための考え方についても学びます。研修のまとめとして、自分らしいリーダーシップを活かした行動計画を作成します。			
研修の特長	<ul style="list-style-type: none"> ・リーダーに求められる役割とスキルを学びます。 ・メンバーをサポートし、育てるための教え方を学びます。 ・将来の目標や理想を実現するための計画を考えます。 			
会場	館林商工会議所 3階ホール（群馬県館林市大手町10-1）			
研修期間	2024年12月3日(火曜)～12月4日(水曜)〈2日間〉 (詳細)第1回2024年12月3日(火曜),第2回12月4日(水曜)			
受講対象者	管理者・新任管理者層 ※女性限定 ・初めて部下を持つリーダー ・将来的に管理者候補として期待される方	定員	15名	受講料 22,000 円

月日	時間	科目	内容	講師
12/3 (火)	9時20分～9時30分	オリエンテーション		田中 美樹子 株式会社Woomax パートナー講師
	9時30分～12時00分	なぜ、女性活躍なのか？ ～自信を持って力を発揮するためのマインド醸成～	女性の活躍が求められる時代背景を理解し、無意識の思い込み（アンコンシャスバイアス）の存在を知り、自分自身や周囲がどのような無意識の思い込みを持っているのか、その影響を理解します。 ・女性の活躍が求められる時代背景 ・自分もつ無意識の思い込みに気づく ・自分や周囲にある無意識の思い込みを言語化し、解決のヒントを得る	
	13時00分～14時10分	セルフマネジメント力を高める	ストレスを柔軟に適応するための対処法（コーピング）や、ストレスから回復するためのレジリエンスを高める5つの要素を理解します。 ・ストレスのメカニズムや自分が抱えやすいストレス要因を知る ・適応力を高めるーレジリエンスー ・自身とメンバーのメンタルケア	
	14時10分～16時30分	自分らしいリーダーシップを発揮する	自分が得意とするリーダーシップスタイルを実践から学びます。 ・多様なリーダーシップスタイル ・自分が得意とするリーダーシップに気づく	
12/4 (水)	9時00分～11時30分	キャリアの棚卸～自己分析	入社から現在までの自分のキャリアを確認し、他のメンバーからのフィードバックにより自分の強みを客観的にも把握します。 ・キャリアの考え方を理解する ・「キャリア振り返りシート」の作成	田中 美樹子 株式会社Woomax パートナー講師
	11時30分～14時00分 (昼休 12時30分～13時30分)	チームの力を最大化する	関係の質に注目して、周囲の力を最大限に引き出す方法を学びます。 ・ボスマネジメント ・関係の質を高める	
	14時00分～17時00分	理想のキャリアを考える	自身の個性や感性を活かしながら、職場内でリーダーとして組織やチームに貢献していくための今後の働き方を考えます。 ・「なりたい女性リーダー像」の明確化 ・今後磨くべき個性とスキル ・明日からのアクションを考えるー目標設定と行動計画ー	
	17時00分～17時10分	修了証書の授与		

※カリキュラムは都合により変更する場合がありますので予めご了承ください。

講師氏名	略歴
田中 美樹子 (たなか みきこ) 株式会社Woomax パートナー講師	新卒で信用金庫に入社し、営業店で当座預金と国内為替を3年間担当。退職後はロジスティクス・証券・人材業界などで役員秘書や事務職として働く。異なる業界、職種の中で円滑に業務を遂行するためのコミュニケーション「話す力・聴く力」の重要性を実感し、2013年国家資格キャリアコンサルタントを取得。その後は、コミュニケーション研修やマナー講師、学生や社会人に対して面接における個別アドバイスやキャリアカウンセリングを行っている。