

令和 5 年度 人生 100 年時代のキャリアデザイン

内容

第 1 回 自分らしいキャリアの作り方ー自分の力を“見える形”に

これまでの社会状況や自分を振り返り、人生 100 年時代に向けたこれからの自分のあり方や能力を活かすキャリア作りについて考えました。「職業」のみをキャリアと考えるのではなく、社会的な活動を行うこともキャリア形成の一つであり、「他人のために何かをやる」ことが、人生を通したキャリア形成であることを学びました。ジェンダー統計を読み解き、ジェンダーギャップ指数における日本の評価の要因について考えました。今は社会状況や家族の形が変化しており時代の転換期であることを認識し、キャリアづくりに取り組んでいくことが必要だと学びました。グループワークでは、NPO という社会活動の事例を取り上げ、キャリアについて話し合いました。「キャリア形成においては、自分に力をつけ、社会構造を知ることが必要」という講師のまとめ受け、学びを深めることができました。

第 2 回 自分の想いを実現する実践的キャリア戦略

キャリアの背景にある最近の動向について講師より説明がありました。キャリアの形成には、自分を常にアップデートし自分自身の価値観や信念を持つこと、また、目的・目標を設定しそれを実行するためのプロジェクト・マネジメント力が必要であることを学びました。講座の後半では、各自「自分の未来履歴書」10 年プランを作成し、共有しました。キャリア形成の目的や目標を立て実際に実行できるための方法を学んだことにより、これからの自分のキャリアをより具体的に描くことができ、自信に繋げることができました。

日時

第 1 回 令和 5 年 11 月 15 日(水曜日)

第 2 回 令和 5 年 11 月 24 日(金曜日)

各午前 10 時～正午

場所

浦安文化会館 3 階 中会議室

講師

第1回 大槻 奈巳氏（聖心女子大学現代教養学部教授）

第2回 小谷 恵子氏（明海大学経済学部講師）

令和4年度 人生100年時代のライフ・キャリアデザイン

内容

第1回「私の“働く”をアップデート」

働く場において、ジェンダーによって職場での位置づけや役割が決まったり、待遇・昇進などの評価に差があるなど、男女で格差がみられます。このような現状を踏まえ、ジェンダーの視点でのキャリア形成について考えました。これからの働き方や必要とされる職業を取り上げ、キャリアを作っていく上での課題や学びなおしについて考えました。講座の後半では、グループワークを行い、参加者は人生100年時代におけるライフステージを見据えた自分自身のキャリアデザインを描き、各自のキャリアデザインをみんなで共有しました。

第2回「自分らしい働き方へのキャリア戦略」

マーケティングの考え方、方法論をもとに、キャリア形成に必要とされるコミュニケーションスキルやプロジェクト・マネジメントについて学びました。キャリアプランを実現するための効果的かつ具体的な目的・目標設定の方法についても学習を進め、自分のキャリアの10年プランを各自作成、グループワークを通して共有しました。

日時

第1回 令和5年3月3日(金曜日)

第2回 令和5年3月10日(金曜日)

各午前10時~正午

場所

ハイブリッド型で開催

- ・ オンライン(Zoom)
- ・ 浦安市堀江公民館 第1会議室

講師

第1回 寺村 絵里子氏 (明海大学経済学部教授)

第2回 小谷 恵子氏 (明海大学経済学部講師)