

2025

働く女性応援講座

— ともに学び、素敵にキャリアアップ! —

対象

働く女性(県内在住、または県内在勤)

※このセミナーは、職場におけるステップアップ、業務スキル向上を目的に実施する参加型セミナーです。目的外での受講はできませんのでご了承ください。

申込方法

右記二次元コードから お申し込みはこちら
お申し込みください。



アーカイブ
配信あり
定員: なし

オンライン
(Zoom) 開催
定員: 各回60名

企業研修でも利用可能です!

こんなお悩みは
ありませんか?

- 社員研修の時間がとれない
- 研修のための工数やコストがかかる
- 女性管理職の登用に力をいれたい

埼玉県女性キャリアセンターの働く女性応援講座(初任者・中堅社員～管理職まで)全6回を企業研修としてご活用することができます。オンライン参加以外にもアーカイブで視聴が可能です。ぜひ、ご利用ください。

7/30 水
13:00 ~ 16:00

申込
開始 6/2 月

エゴグラム診断

～良好な人間関係を築き、ビジネスの生産性を高める～

どのような仕事においても、メンバーとの協働は不可欠です。エゴグラムを活用し自身のコミュニケーションの傾向を振り返り、他者との円滑な関わりを通して生産性高く仕事を進めるコツをお伝えします。

【講師】井上訓子 氏

株式会社i-Grow代表取締役/
国家資格1級キャリアコンサルティング技能士
研修講師、コーチングコーチとして独立。企業
研修および人材採用において人材育成トレー
ナー、採用コンサルとして全国にて活動中。

8/26 火
13:00 ~ 16:00

申込
開始 7/1 火

ハイパーコミュニケーション ～あなたの影響力を最大化する～

価値観、事象のとらえ方など深いレベルからコミュニケーションを考えて、人を動かす影響力について学びます。表面的なスキルではなく、どうして人の心が動くのかを人間心理に基づいてお伝えします。相手と深い信頼関係を築きたい方、リーダーシップや人を巻き込む力を発揮したい方に特におすすめです。

【講師】松澤利栄子 氏

オフィス・キャリアール代表
産業カウンセラー/
国家資格キャリアコンサルタント
商社に勤務後、学習塾講師を経て企業研修講
師へ。体験談やワークを盛り込んだ内容はわか
りやすいと好評。女性向け研修を得意とする。

11/21 金
13:00 ~ 16:00

申込
開始 10/1 水

安心して働くために。知って備えるハラスメント対策

職場でのハラスメントに「なんとなく不安」や「どう対処していいかわからない」と感じたことはありませんか?この講座では、働く女性が安心してキャリアを築くために知っておきたいハラスメントの基礎知識、よくあるケース、予防と対処法をわかりやすくお伝えします。・ハラスメントの基礎知識・ケースで学ぶ身近なハラスメント・ハラスメントを防ぐコミュニケーション

【講師】山岡正子 氏

キャリアコンサルタント
多様な部下の育成、企業戦略、人事等、豊富な
経験を活かし、「人も組織も活き活き輝き続け
る未来」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。

1/29 木
13:00 ~ 16:00

申込
開始 12/1 月

私らしいリーダーシップを発揮するコツ ～忙しい女性がチーム・メンバーを輝かせる秘訣～

「私らしいリーダーシップ」って、どう発揮するの?
人手も時間も足りない…。そんな状況でも、自分だからこそのリーダー
シップを発揮して、チーム・メンバーを輝かせる方法、一緒に見つけませんか?

【講師】尾上俊介 氏

ビジネスコーチ/国家資格キャリア・コンサル
タント/産業カウンセラー
採用から入社後の定着支援まで、関わった
方々が生き生き働く姿が手応えとなり、企業研
修講師・コーチ・カウンセラーとして活動中。

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)

オンライン参加者同士の交流会開催

Point!

講座終了後に、参加者同士の交流会があります。交流会では、家庭と仕事の両立やスキルアップの仕方など、仕事をしていく上で女性が抱えがちな悩みを、「埼玉県働く女性応援メンター」や講師へ直接相談することができます。

埼玉県働く女性応援
メンター制度

埼玉県では、仕事と家庭の両立やキャリアアップを目指して頑張る女性を応援するために、働く女性達の良き相談相手として経済団体等から推薦いただいた先輩女性の方を「埼玉県働く女性応援メンター」に委嘱しています。

女性管理職向け研修

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

申込方法 右記二次元コードから お申し込みは
こちら
お申し込みください。



**アーカイブ
配信あり**
定員：なし

**オンライン
(Zoom)開催**
定員：各回50名

I 期 女性管理職研修 コミュニケーションで信頼関係を築く **13:00～15:00**

7/23 水

申込
開始 6/2 月

1日目

管理職に必要な コミュニケーション力

～信頼されるリーダーになる!～
管理職に必須の「聴き方」×「伝え方」の極意
「伝えつもり」が誤解を生み、「聴いているつもり」が信頼を損なうことも。部下との関係を築く「聴き方」「伝え方」の実践的なスキルをお伝えします。

内容

- 「聴き方」傾聴とコーチングマインド
- 「伝え方」“ほめる”と“叱る”
- 効果的なフィードバック方法 ほか

8/4 月

申込
開始 6/2 月

2日目

管理職に必要な チームビルディング力

～組織をさらに活性化する!～
シナジーが生まれるチームビルディング
1人ひとりのコミュニケーションスタイルを4つに分けて理解し、相手に合わせたコミュニケーションを取ることで生産的なチームビルディングを目指します。

内容

- コミュニケーションの4つの基本スタイル
- チームビルディングゲーム
- 今後の行動につなげるアクションプラン作成 ほか

【講師】

松澤利栄子 氏

オフィス・キャリアール代表

産業カウンセラー/国家資格キャリアコンサルタント/日本産業カウンセラー協会北関東支部認定講師

三菱商事(株)に約5年勤務。その後学習塾講師を経て企業研修講師へ。体験談やワークを盛り込んだ内容はわかりやすいと好評。女性向け研修を得意とする。【登壇実績】イオン株式会社/警視庁/陸上自衛隊/神奈川県建設業協会他

II 期 女性管理職のためのスキルアップ講座

13:00～15:00

10/7 火

申込
開始 9/1 月

1日目

チームを導く力を育てる! 女性管理職のための マネジメント講座

変化の時代、チームを支える管理職には柔軟で信頼されるリーダーシップが求められています。この講座では、役割への理解を深め、コミュニケーションやマネジメントに役立つ視点を身につけます。

内容

- 管理職に求められる役割とリーダーシップ
- 信頼関係を築くコミュニケーション
- アンコンシャス・バイアスと自分自身のマネジメント

10/20 月

申込
開始 9/1 月

2日目

現場力を高める! リーダーとして成長するための 実践力アップ講座

女性管理職として必要な現場対応力とマネジメントスキルを実践的に学びます。チームを育てるための具体的なアプローチを習得し、クレーム対応やトラブルシューティングを含む現場で役立つスキルを強化します。

内容

- 人を育てるマネジメントのヒント
- 現場対応力を高める
- 自分らしいキャリアの築き方

【講師】

山岡正子 氏

キャリアコンサルタント

IT業界にて管理職として経験を積み、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、人事等、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”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。

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）

参加者の声
(一部抜粋)

「今後のキャリアや自分との向き合い方など、様々なことが学べてよかった。」

「自分自身の積み上げてきた価値を大切にしていける再認識ができた。」

「今後の目標や自分でもできる事が見つかりました。」

「大変参考になり、職場へ共有したいです。」

お問合せはこちらへ

※研修のお申込みは 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)

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

〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2
ホテルプリランテ武蔵野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/>

