

# 考え、学び、輝く未来へつなげる キャリアプランニング講座

“自分らしく” 社会で輝くための  
考え方やスキルアップ手法  
を一緒に学びませんか？



人生100年時代。  
もう一度何かを学び直し、  
専門的な知識・技術や資格を身に付けて、  
自分の個性や能力を生かした仕事にチャレンジしたい。  
でも、いったいどこに行ったら何を学べるのか？  
不安はあるけれど、今こそ一歩踏み出したい！  
そんなあなたは、ぜひご参加ください。

## 参加対象

▶自身の適性や能力を発揮したいと考えている  
若者世代の方(40歳以下)、子育て世代の女性

参加  
無料

土日  
開催

託児  
あり

## ★こんな方におすすめです★

- 何かに挑戦したい
- 将来やりたいことを見つけたい
- 夢を実現につなげる自信がほしい
- 誰かと共感したい
- 仲間づくりのきっかけがほしい

## 黒石・三沢・むつの3会場で講座を行います！

	【むつ会場】 下北文化会館 むつ市金谷一丁目10-1 (研修室1~3) ※開催日によって部屋が異なります。	【黒石会場】 スポカルイン黒石 黒石市くみの木三丁目65 (大会議室)	【三沢会場】 三沢キッズセンターそらいえ 三沢市幸町1丁目7-7 (サークル支援室2)
第1回	7月6日(土)	7月13日(土)	7月20日(土)
第2回	8月24日(土)	8月31日(土)	9月7日(土)
第3回	9月21日(土)	9月29日(日)	10月12日(土)
第4回	10月19日(土)	10月26日(土)	11月2日(土)
第5回	11月16日(土)	11月23日(土)	11月30日(土)

- 3会場いずれも、開講時間はすべて13:00~15:30です。
- 全5回の受講をお勧めします。なお、異なる会場での受講も可能です。
- 講座の詳細については、次ページをご覧ください。

次ページへ

お問合せ・お申込み 青森県教育庁生涯学習課企画振興グループ

〒030-8540 青森市長島一丁目1番1号

TEL: 017-734-9889 FAX: 017-734-8272 mail: E-SHOGAI@pref.aomori.lg.jp

青森県教育委員会ホームページURL: [http://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/education/wakamonojosei\\_manabinaosi.html](http://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/education/wakamonojosei_manabinaosi.html)

# 考え、学び、輝く未来へつなげるキャリアプランニング講座

## 目的

人生100年時代を迎える中で、男性も女性もともに仕事と家庭、地域における活動に参画し、活躍できるような社会の実現を目指すには、個人の可能性を引き出すための「学び」が必要不可欠です。

仲間たちと学び、考え、課題を共有することで、「The personal is political（個人的なことは社会的なこと）」に気づき、自己肯定感が高まり、「働く」という自己実現にむけ、意欲的にチャレンジし、就労につなげることを目的とします。

## 参加対象

自身の適性や能力を発揮したいと考えている  
若者世代の方(40歳以下)、子育て世代の女性  
各会場それぞれ**20名(先着順)**

## 受講料

**無料**

## 開講時間

**13:00~15:30**

## 内容

【第1回】むつ7/6(土)、黒石7/13(土)、三沢7/20(土)  
**仲間づくり/キャリアを振り返る/社会の現状を知る**

【第2回】むつ8/24(土)、黒石8/31(土)、三沢9/7(土)  
**経験を振り返りながら、自分の強みを知る**

【第3回】むつ9/21(土)、黒石9/29(日)、三沢10/12(土)  
**社会と関わるポイントを考える/ライフキャリアのデザイン**

【第4回】むつ10/19(土)、黒石10/26(土)、三沢11/2(土)  
**キャリアプランニング①**

【第5回】むつ11/16(土)、黒石11/23(土)、三沢11/30(土)  
**キャリアプランニング②**

## 講師の皆さん



一般社団法人男女共同参画地域  
みらいねっと代表理事  
国家資格キャリアコンサルタント  
キャリア支援デザイナー  
社会貢献活動支援士  
**小山内 世喜子 さん**



国家資格キャリア  
コンサルタント  
就職支援アドバイザー  
**坪 裕子 さん**



特定非営利活動法人  
青森県就職支援チーム代表理事  
国家資格2級キャリア  
コンサルティング技能士  
**森 岩樹 さん**

宮城県出身。青森市在住33年。1995年第4回世界女性会議NGOフォーラムに青森市の派遣団員として参加。以後、男女共同参画社会づくりに向けての市民活動や講演等を行う。また、2006年から指定管理者として青森県男女共同参画センター副館長、館長として運営に関わり、男女共同参画の推進や女性支援、女性の人材育成に力を注ぐ。現在は、女性活躍や男女共同参画の視点を取り入れたキャリア教育、ワークライフバランス、ハラスメント防止に向けた研修講師なども務める。

青森市出身。1993年ホテルに入社。接客や経理・総務事務などホテル運営に関わる様々な職種を経験し、接客マナーや社会保険に関する知識等を習得。結婚・出産によりホテルを退職後も医療関係や金融、建設業など様々な業種での就業経験の中で、会社経営に関わる事務全般、事業企画・運営、新人教育などにも携わり、現在キャリアコンサルタントとして職業訓練施設や就労支援機関で若者からセカンドキャリアまで幅広い年代の就職支援に携わっている。

弘前市出身・在住。大学卒業後、弘前市内の事業協同組合事務局に勤務し、国の制度資金による事業用団地の設置と運営に携わる。この間共同求人事業などを経験したこともあり、退職後国家資格キャリア・コンサルティング技能士、メンタルヘルス検定等の資格を取得。以降は中学生～シニア世代を対象とした就職・再就職支援、生活困窮者支援、各種講習等の講師を務めている。近年は女性活躍や育児・病氣と仕事の両立に関する案件も担当し、主に北海道・東北6県を回っている。あちこち各地を歩き回っているの、行く先々でスイーツを少しだけ食べることが趣味である。

## 受講申込

**令和元年6月28日(金)までに、裏面の申込用紙をFAX又は郵送にてお送りください。**

「若者・女性の学び直しを通じたキャリア形成支援事業」では、以下の取組も進めています！

## 学び直し推進会議

各関係機関による若者・女性の学び直しに係る情報・意見交換を行う会議を開催し、学び直しによるキャリア形成を総合的に支援するためのネットワークを構築します。

## ▼参加機関

県内の大学・短期大学・専修学校・各種学校、  
県関係部局、市町村、商工団体・産業支援機関、  
就業支援機関、民間団体等

## 「学び直し」学習機会情報の発信

### ①学び直しを通じたキャリア形成支援ポータルサイト(仮称)の開設

県内の大学・短期大学・専修学校・各種学校が実施している学び直しに関する学習機会情報を見やすく簡単に検索できるWebサイトを立ち上げ、運営します。

※完成しましたら、青森県教育委員会ホームページ(表紙下部URL掲載)及び青森県教育庁生涯学習課フェイスブックにおいてご案内します。

### ②eラーニングコンテンツの配信

上記キャリアプランニング講座や、県内の高等教育機関が実施する公開講座等の様子を、インターネット学習教材として動画で配信します。

## 公共職業訓練(ハロートレーニング)「離職者等向け委託訓練」について

青森県では、求職者の皆さまの再就職を支援するため、専修学校、各種学校等の民間教育施設を活用して、再就職に役立つ職業能力の習得を図る訓練コースを設定し、機動的な公共職業訓練(ハロートレーニング)「離職者等向け委託訓練」を実施しています。

多様な職種に適應できるように、情報・福祉・医療・販売・事務・サービス等の分野の委託訓練を実施していますので、再就職にお役立てください。

### 【訓練の種類】

- ① **知識等習得コース**  
就職に役立つ知識や技能を習得します。  
※育児等に配慮して1日あたりの訓練時間が短く設定されたカリキュラムもあります。
- ② **建設人材育成コース**  
建設機械等の運転技能及びパソコンスキル等の知識・技能を習得します。
- ③ **デュアルシステムコース**  
就職に役立つ知識や技能を習得するとともに、企業での職場実習を通して実践的能力を習得します。
- ④ **実務に役立つIT活用力習得コース**  
幅広い産業・ビジネスシーンにおいて、今後、標準的に習得しておくことが理想とされる「ITを使いこなす力」を習得します。
- ⑤ **大型自動車一種運転業務従事者育成コース**  
大型自動車一種免許の取得及び自動車運送業界の就労に必要な知識等を習得します。

### 【受講料】

無料です。ただし、教科書代、健康診断料、資格試験受験料、駐車場代金等は本人負担となります。また、コースによって、本人負担の内容及び金額が異なります。

### 【応募資格】

次のすべてに該当する方。

- ① 受講開始日において離職している方
- ② 公共職業安定所(ハローワーク)に求職申込をしており、公共職業安定所長の受講指示、受講推薦又は支援支持を受けられる方
- ③ 受講開始日から遡って1年以内に公共職業訓練を受講していない方

### 【申込方法】

受講を希望されるご本人の住所地を管轄する公共職業安定所でご相談の上、お申し込みください。

なお、募集期間は変更となることがありますので、ご注意ください。

【青森地域】お問合せ：青森高等技術専門学校 017-738-5727

介護実務者研修科、ファイナンシャルプランナー養成科、パソコン事務・Web科、Webプログラミング科、簿記・企業会計科、IT活用実務科、介護福祉士養成科、保育士養成科、理容師養成科、美容師養成科、情報処理技能者養成科、他

【弘前地域】お問合せ：弘前高等技術専門学校 0172-32-2713

ガーデニング科、FP・簿記養成科、介護実務者研修科、パソコン経理科、宅建・FP養成科、パソコン・ITバスポート科、医療・調剤事務科、介護職員初任者研修実践科、IT活用業務基礎科、大型車両実務科、保育士養成科、理容師養成科、美容師養成科、他

【西北五地域】お問合せ：弘前高等技術専門学校 0172-32-2713

介護実務者研修科、パソコン基礎科、医療・調剤事務科、パソコン経理科、販売士養成科

【戸部地域】お問合せ：戸部工科学院 0178-28-6811

介護実務者養成科、パソコン財務会計科、介護初任者研修科、ビジネス基礎科、FP・簿記・パソコン基礎科、電気工事士養成科、事務職養成科、建設実務科、大型車両実務科、介護福祉養成科、保育士養成科、美容師養成科、他

【三沢・十和田地域】お問合せ：戸部工科学院 0178-28-6811

(三沢) パソコン応用実践科  
(十和田) 介護実務者養成科、パソコン実務科

【むつ地域】お問合せ：むつ高等技術専門学校 0175-24-1234

IT応用科、医療事務(医科・歯科)、経理OA科

詳細については、最寄りの公共職業安定所におたずねください。

青森公共職業安定所	017-776-1561	戸部公共職業安定所	0178-22-8609
弘前公共職業安定所	0172-38-8609	むつ公共職業安定所	0175-22-1331
野辺地公共職業安定所	0175-64-8609	五所川原公共職業安定所	0173-34-3171
三沢公共職業安定所	0176-53-4178	三沢公共職業安定所十和田出張所	0176-23-5361
黒石公共職業安定所	0172-53-8609	ハローワークヤングプラザ	017-774-0220

## 女性の活躍を推進しています 青森県企画政策部 地域活力振興課人づくりグループ

### 『人生100年時代 女性の生き方・働き方セミナー』のお知らせ

女性人財の育成とネットワークづくりを目的に開催している「奥入瀬サミット」※の講師や参加者の方に登壇いただき、「人生100年時代」と呼ばれるような超長寿命社会を見据えた中で、これからの女性の生き方や働き方を学びます。県内で活躍する女性のミニセミナーとトークセッション、ワークショップを通じて、ご自身もつ能力や意欲を活かし、自分らしく生きるための未来ビジョンを描きましょう。

※「奥入瀬サミット2019」は、9月28日(土)～30日(日)に八戸市・十和田市で開催します。詳細は、6月下旬に公開予定です。

### 【開催日・場所】

〈青森会場〉7月5日(金)  
青森県観光物産館アスパム 5階 白鳥  
〈弘前会場〉7月6日(土)  
弘前商工会議所会館 2階 大ホール  
〈八戸会場〉7月27日(土)  
デリー東北ホール

### 【参加対象・定員】

若手・中堅の女性社員や女子大学生、  
職場復帰をめざす女性など  
各会場30名(先着順)

### 【参加料】 無料

【講師】 株式会社Will Lab 代表取締役  
小安 美和さん

### 【プログラム】

13:00～ 「100年時代女性の生き方・働き方」 株式会社Will Lab 代表取締役 小安 美和さん  
14:00～ 県内で活躍する女性のミニセミナーとトークセッション  
7/5 青森会場：「多様性を活かし、活力ある組織・地域を目指して」  
みちのく銀行ダイバーシティ推進室 室長 佐藤 佐依子さん  
7/6 弘前会場：「アロマと健康法のお話」  
医療法人 レディスクリニック・セントリシア アロマセラピスト 木暮 睦美さん  
7/27 八戸会場：「自分を知ることからはじめよう」～なりたい自分への第一歩～  
NPO法人予防医療術協会認定ヨガインストラクター 安斉 香さん  
15:00～ ワークショップ「自分らしく生きるための未来ビジョンを描く」  
株式会社Will Lab 代表取締役 小安 美和さん  
17:00 終了

お問合せ・お申込みは 地域活力振興課人づくりグループまで

TEL : 017-734-9133

mail : jinzai@pref.aomori.lg.jp

ホームページ

人財きらめく青森県

検索

このままFAXしてください（送信票不要）。  
申込先FAX：017-734-8272

# 考え、学び、輝く未来へつなげる キャリアプランニング講座

## 受講申込書

青森県教育庁生涯学習課企画振興グループ 行 FAX 017-734-8272  
お問合せ TEL:017-734-9889 mail:E-SHOGAI@pref.aomori.lg.jp

ふりがな		性別	お住まいの市町村	
ご氏名		男・女		
ご年齢	<input type="checkbox"/> 10歳代 <input type="checkbox"/> 20歳代 <input type="checkbox"/> 30歳代 <input type="checkbox"/> 40歳代 <input type="checkbox"/> その他			
※お子様の 人数及び年齢	※本講座は、3会場とも託児が可能です（無料）。 お子様連れで講座に参加される予定の方のみ、詳しくご記入ください。 〈例〉3歳男児1名、0歳5ヶ月女児1名			
参加会場  5回それぞれについて、受講する会場いずれかにチェック☑を入れてください。	第1回	<input type="checkbox"/> むつ会場 7/6(土)	<input type="checkbox"/> 黒石会場 7/13(土)	<input type="checkbox"/> 三沢会場 7/20(土)
	第2回	<input type="checkbox"/> むつ会場 8/24(土)	<input type="checkbox"/> 黒石会場 8/31(土)	<input type="checkbox"/> 三沢会場 9/7(土)
	第3回	<input type="checkbox"/> むつ会場 9/21(土)	<input type="checkbox"/> 黒石会場 9/29(日)	<input type="checkbox"/> 三沢会場 10/12(土)
	第4回	<input type="checkbox"/> むつ会場 10/19(土)	<input type="checkbox"/> 黒石会場 10/26(土)	<input type="checkbox"/> 三沢会場 11/2(土)
	第5回	<input type="checkbox"/> むつ会場 11/16(土)	<input type="checkbox"/> 黒石会場 11/23(土)	<input type="checkbox"/> 三沢会場 11/30(土)
連絡先	電話番号			
	メールアドレス			

### 〈お申し込み方法〉

枠内をご記入のうえ、**令和元年6月28日(金)**までに、用紙をこのまま送信してください。

郵送の場合は、下記あて期日必着でお送りください。

〒030-8540 青森市長島一丁目1番1号 青森県教育庁生涯学習課企画振興グループ