

Woman's News Letter



本年もよろしくお願いいたします

2019 January

vol.14



Woman's ホームページ

<http://www.womans.co.jp>

CLICK

《 Woman's 1ヶ月の主な動き 》 この1ヶ月もたくさんの方にお会いできました

◆ 第2期津和野町女性会議コーディネーター	◆ 株式会社日本マンパワー 国家資格キャリアコンサルタント養成講師
◆ 島根県中小企業団体中央会 女性活躍推進事業アドバイザー	◆ 民間企業様 管理職研修講師
◆ 医療法人向けの人生設計サービスキャリアコンサルタント	◆ 女性の働き方のキャリアコンサルティング事業

<http://www.womans.co.jp/column/>

CLICK

～代表コラム 毎日更新中♪～

マネジメント研修（管理職）を開催しました

《宮崎が講師を務めました》

メンタリングを学び、つながりのスキルを身に付ける

広島県の株式会社フランス屋様の管理職研修を行いました。シリーズで開催していますので、この度はテキストで学んだことをロールプレイングで実践しました。研修のご担当者様のご提案で、いつも相談してくる店長さんたちになりきって、管理職が店長役をし、実際に店長さんに今まで相談されたことを話していただきました。そして、それを聞く管理職役の方は学んできたメンタリングを活かし、相手に寄り添い、観察しながら一緒に考え支援していく姿勢で話を聞きました。また、それを客観的に見てフィードバックする役割の方がおり、3名でロールプレイングを回していきました。実際に店長さんが過去にご自身に相談してきたことを店長さん役で演じることは、改めて、店長がどのように考え、何に困っていたのか、考えるきっかけにもなったようですし、管理職役の方に寄り添ってもらえているという実感もご経験されていらっしゃいました。管理職役の方も学んだことを意識しながら傾聴や問いかけをしながら現場での店長さんたちとのやり取りについて考えられたようでした。

私たちはこれまで、仕事でも私生活でも、友だちの話を親身に聞いたり、部下や後輩などの助言が欲しいといわれた際は出来る限りアドバイスをしてきたと思います。お客様には必要な情報やサービスを提供したりと、何かの形で他人を支援した経験をお持ちだと思います。その後経験から日常会話ですぐに対人スキルや自然に支援することを身に付けていらっしゃいます。メンタリングではご自身のとっさに出てくる支援のスタイルがどういふものかをご自身で理解しつつ、意識的に支援していくことが大切です。Aさんからの相談は聞いてほしいそうだったけど、アドバイスをした、そのアドバイスをしたことは本当に良かったのだろうか考えることはありませんか？しかし、それが正しいかどうかより、相談者Aさんにとっていかに良い問題解決や成長が導き出されるのかをしっかりと考え、意図をもって支援していくことが大切です。そのためには、何を言おうとしているのか、どうしてほしいのか等のために効果的な傾聴が大切です。「私はあなたのいうことに興味がありますよ」という姿勢を示しながら、言語、非言語の感情と内容を聞くことや、そのための信頼関係の構築等、メンタリング研修ではお伝えしています。

フランス屋の管理職の皆様はテキストで学ばれたときから、今日までの間も実際にメンタリングを意識してお仕事をされていらっしゃるの分るほど、ロールプレイングでは店長役の方へ素晴らしい関わり方をされていらっしゃいました。ロールプレイングを通じてさらなる気づきがありました。たようで、今後は支援する側(管理職)もされる側(店長)も一緒になってさらに成長され、素晴らしい企業風土が創られると感じました。

(狩野)

フォローアップ研修を開催しました

《小野いづみが講師を務めました》

大田市の新入社員フォローアップ研修を担当させていただきました。

社会人となって半年、自分自身を振り返り、職場における役割や身に付けた強みについて再認識しました。また、地域の同期としての連帯感や成長意欲を醸成することを目的とし進めさせていただきました。

2月に高校生の内定者研修を担当させていただいた時の受講者さんもおられ、9か月前とは見違えるほどの成長が見られ、私も関わらせていただいたことを本当に嬉しく思いました。

研修では、社会人基礎力の視点から自分の強みを整理し、今後のキャリアビジョンを描きグループで共有を図りました。また、グループ毎に地域の課題について考え、地域起しのイベントを計画しプレゼンテーションをおこないました。短い時間ではありましたが、グループ内の結束ができ、それぞれの持ち味を生かしたイベントを企画し、プレゼンする姿は本当にたくましく、大田市の明るい未来が見えた気がしました。

今後の皆様の益々のご活躍を期待しております。(小野)



個別キャリアコンサルティングのご案内

昨年12月28日まで経済産業省 女性活躍推進基盤整備委託事業 女性起業家等支援ネットワーク構築事業の中国地域「起業女子応援ナビ@中国地域ネットワーク」の地域サポーターのひとつとして、弊社は島根県全域の起業を志す女性や創業間もない女性起業家に対し、相談、支援を島根県下の多くの女性の皆様にキャリアコンサルティングをさせていただきます。実際にキャリアコンサルティングをお受けいただいた皆様からは、「すっきりした」「また相談したい」と2回目、3回目とキャリアコンサルティングをご利用いただいた方もおり、「キャリアコンサルティングは定期的に必要だと実感しました」とのお声もいただきました。また、当事業が終了した後はどのようにキャリアコンサルティングをお願いしたらよいのかとご質問もいただきましたので、こちらにご案内いたします。

■個別キャリアコンサルティング《Web面談(Zoom、Skypeなどを利用したキャリアコンサルティング)》

キャリアコンサルティング	料金	有効期限
チケット:6回つづりのみ販売 1回 50分 7000円(税別)×6回	42,000円(税別)	6カ月間

詳しくはこちら



お申込：当ホームページのお問合せフォームまたは info@womans.co.jp へ、お申し込みください。
お支払い：指定の口座へ期限内に振り込み。(お申し込み後メールにてご案内します。誠にお手数ですが、振込手数料はお客様のご負担となります) 払い戻し：ご購入後の払い戻しはお受けできません。詳しくは、HP<http://www.womans.co.jp/pricelist/>

キャリアコンサルティングについて～厚生労働省のプレスリリースより～

当事業を山陰経済ウィークリー、山陰中央新報に掲載していただき、浜田、益田、津和野町のケーブルテレビでも告知をさせていただきました。日に日に相談して下さる方が増えていますが、キャリアコンサルティングということがまだまだ浸透していないのも現実です。

厚生労働省が平成29年度「能力開発基本調査」の結果を公表し、個人に対し、「自己啓発の状況・課題」を調査しています。調査の中に、「自己啓発を行う上での問題点」では、正社員で「仕事が忙しくて自己啓発の余裕がない」が57.5%で最も高かったのですが、「どのようなコースが自分の目指すキャリアに適切なかわからない」(21.6%)「自分の目指すべきキャリアがわからない」(18.9%)とご自身の目指すべきキャリアが明確でない方も多くいらっしゃるようです。

「自分自身の職業生活設計について」の考えを見ると、正社員では「自分で職業生活設計を考えていきたい」が29.3%、「どちらかといえば、自分で職業生活設計を考えていきたい」が36.5%であり、両者を合わせると60%超(65.8%)が主体的に職業生活設計を考えたいとしています。

「キャリアコンサルティングの経験」の調査では、キャリアコンサルティングを受けた者の割合は、正社員では14.9%(前回14.1%)、正社員以外では8.5%(前回6.2%)であり、前回と比べると、正社員、正社員以外ともに増加しているようです。

「キャリアに関する相談が役立ったこと」の内訳は、正社員では「仕事に対する意識が高まった」が54.2%で最も高く、「自己啓発を行うきっかけになった」(33.5%)、「自分の目指すべきキャリアが明確になった」(32.5%)、「上司・部下との意思疎通が円滑になった」(31.1%)と続いている。正社員以外では「仕事に対する意識が高まった」が54.8%で最も高く、「自分の目指すべきキャリアが明確になった」(30.2%)、「現在の会社で働き続ける意欲が湧いた」(24.9%)と続いています。

人生100年時代といわれる現代。長く生きることを考えると、ご自身で自己啓発をし、自分自身の職業生活設計についてたくさんの方が考えたいとしながらも、自身のキャリアについて悩まれており、キャリアコンサルティングを受けている方はまだまだ少ないようです。

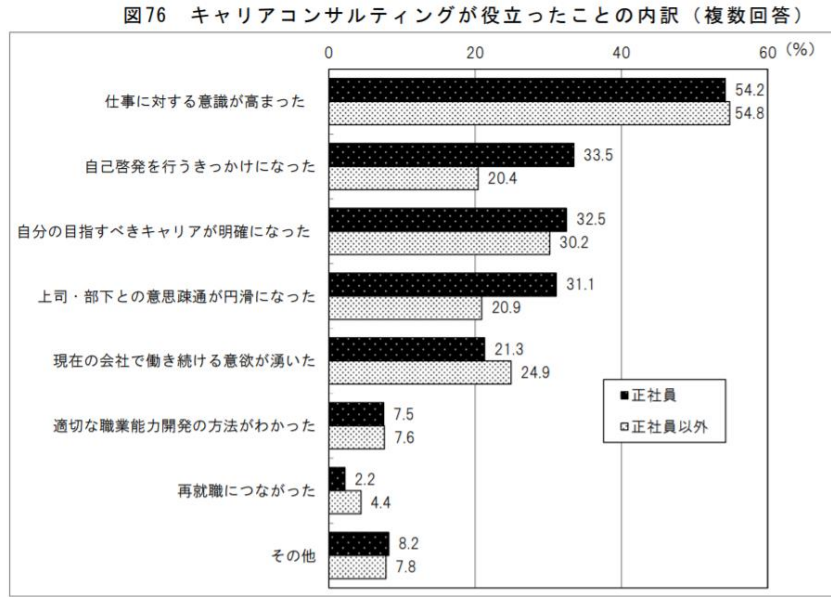
実際にこの度の「働く女性のキャリアコンサルティング」事業でも今までのキャリアやご経験を活かして、何かやってみたい、起業してみたいと思うけど、どうしたらいいのかわからないとご相談が多くありましたが、キャリアコンサルティングを受けてくださったご感想では、「目指すべきことが明確になった」、「キャリアコンサルティングは定期的に受けるべきと感じた」等嬉しいお言葉を頂いています。

この度ご相談いただいた方は、「経験や資格を活かし、人の為に何かできないか」と思いをおもちの方が多くいらして、そのお一人お一人が起業されたり、思いを叶えていかれたら、きっと島根県は女性が輝く素晴らしい県になると感じました。私たちもさらなるキャリアコンサルティングの普及に尽力したいと思います。(狩野)

代表ひとこと



新しい年を迎えました。お正月は、自分を見つめる機会になっています。昨年は、女性起業家支援においてキャリアコンサルティング事業を受託した皆さんのやる気溢れる女性に出会いました。やりたいことを実現し、持っている力を生かしたい女性が働き方も自ら創り上げる時代になったと感じています。弊社は、一人ひとりのライフにあった働き方を尊重しています。みんながいきいき輝きながら働いている姿を目の当たりにしていることが何よりも私の幸せです。本年もどうぞよろしく願いいたします。



厚生労働省 平成29年度「能力開発基本調査」より

スタッフ・パートナー講師のひとこと

Women of the Woman's

Izumi Ono



10月下旬に行われた、一畑薬師マラソン大会に参加しました。この大会は標高300メートルの一畑山上にある一畑薬師からスタートし、最後は1138段の石段を登り切ってゴールというユニークな大会です。快調にスタートしたものの、石段ではすっかり心が折れてしまいました。ゆっくりゆっくりではありましたが何とかゴール。浴道では沢山の方が応援してくださり、「自分に負けんな!」と鼓舞激励をいただきました。確かに自分の弱さが出てしまった…。苦しいのは皆んな一緒なのに。来年はリベンジを果たしたい!と新たな目標を立てました。仕事も一緒ですが、適度なプレッシャーは仕事の成果を上げます。適度なプレッシャーを自分自身に課してみたいと思っています。

Kiyoko Matsuyama



最近、健康に関するテレビ番組が多く、コレステロール値の高い私は、いつも釘付けになっています。この歳になると、健康が一番!健康でないと、働くこともできないし、楽しむこともできないと思うと、健康に関するテレビ番組は、ありがたい神のような番組です。共通する食材の代表は、みそ・酢・玉ねぎ・しょうがのようです。昨年は、しょうが黒酢に始まり、野菜ジュース、スムージー、黒酢玉ねぎなどなど、手に入る食材でできるものはすべて試しました。その甲斐あって、コレステロール値は高いものの、正常範囲に入るようになりました。最近、白みそ+赤みそ+りんご酢+玉ねぎのすりおろしを混ぜて、みそ汁として飲むと体に良いということだったので、やり始めました。それが、何に良かったのか?血圧?血管?コレステロール?うーん、何だったっけ?家族の誰に聞いても何だったっけ状態です。とりえず飲んでおけば健康間違いなしということだけはわかっているので、ま、いっか。

Yuka Yamada



先日徳島県にある大塚国際美術館に行ってきました。美術関係には全く興味がない私ですが、視野を広げるのもいいかなと思い行ってみました。この美術館には世界中の名画の陶版が展示されています。世界各国の美術館を一つ一つ回らないと見られない名画がこちらでは多く見られるとのこと。入るといきなり大きな部屋の壁と天井一面に絵が描かれており、すごく壮大!!単純に陶版が展示してあるところもありますが、当時の部屋を再現したり、聖堂を再現してあったりと素晴らしいものでした。レオナルドダ・ビンチの最期の晩餐という有名な陶版もありましたが、私はずっとこのタイトルの絵は彼だけが描いたものと思っていました。でも同じタイトルで色々な人が描き、描いた人によって視点が違うことを知りました。ゴッホのひまわりも有名ですが、1番有名な1枚以外にもひまわりの絵を描いていることも初めて知りとても勉強になりました。でもとにかく広い!地下3階地上2階。ワンフロアまわるのに1時間以上かかり、1日がかりでした。その後定番のうすしおを見て、自然の驚異に改めて感心させられました。自分の興味のないことでもチャレンジしてみると色々な発見があり楽しいものだなと感じた旅行でした。

Sachiko Iwata



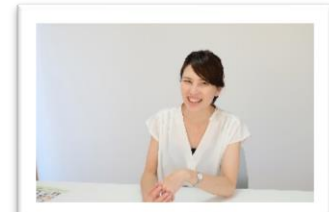
今年もあっという間に1年が過ぎました。「今を真剣に生きる!」「季節感を味わおう!」ということをして、今年の抱負にしていました。振り返ってみると、意識はしているつもりでしたが、日々に追われ「今日は何日だった?」「何曜日?」とわからなくなることもしばしばありました。来年は更に時間を大切に、自分で時間を作り有意義に過ごしていきたいと思っています。そして、来年は転職の年。もっと飛躍出来るように余裕を持ちながら、チームワークを大事にしていきたいと思っています。「笑顔でチャレンジ!前進あるのみ!」です。

Hiroko Kawai



心が温かくなった出来事
少し前ですが、娘が大好きなマクドナルドで食事をしていました。混雑の時間帯・・・いつも通りざわさわした店内。いつもの時間、楽しく今日の出来事を話していたのですが、娘が食べかけのコーンを床にこぼしてしまったのです。大量のコーンの粒・・・そしてカップから出る汁。ついつい強い口調で「もう!何してるの」と怒りながら片付けていると、とっさにクルーの方が片付けて下さったのです。何もなかったかのように、素早くきれいに。それでも十分感謝だったのですが、なんと次に男性クルーの方が、「どうぞ」と優しく新しいコーンを娘に差し出してくれました。イライラしている私、萎縮気味の娘の表情が一気に和らぎ、溢れんばかりの笑顔で新しいコーンを口にしていました。もし、お店の方の温かい心遣いがなければ、きっと後味の悪い締めくくりの一日だったと思います。とても暖かい空気に包まれました。そして、私自身、日常生活の中で些細なことでも気付いたら人に優しくしようと思えました。優しさの連鎖・・・考えるだけで素敵です!

Mari Karino



私は、今に始まったことではないのですが、物忘れがひどい、物覚えが悪いと忘れるということに昔から悩まされています。先日は、車を降りる瞬間に娘に「洗顔買ってきてー」といわれ「はーい!」とお店に入ったものの、夜になって「洗顔はどこにある?」と聞かれるまで、買い忘れたことに気が付きませんでした。そして、同じ日に「寒い日だし、鶏肉もあるから、晩飯はお鍋にしよう!」と自分で言うおきながら、「鶏肉どこにあるの?」と主人に聞かれるまで、鶏肉を入れていなかったことに気が付きませんでした。大変ヘルシーな鍋となった食卓でした。このようなことは日常茶飯事で、仕事でも忘れることが多く、本当に困っています。社長やスタッフに、「あれどうなった?」と意識的に声がけをしてもらっているような状況です。スタッフに「パソコンなどの時間が長いと物忘れがひどいらしいよ」とアドバイスを頂きましたが、私の物忘れはパソコンのせいにはできないくらいヒドイのです。何が原因かというより、どうしたら覚えられるのかも重要かもしれません。どなたかアドバイスをくださいませ。