

再就職を目指す  
女性のための

# マインド アップ講座

受講  
無料



複数参加  
OK

事前  
申込制

各回  
定員40名  
対面20名&  
オンライン20名

無料  
託児あり  
各回10名  
(事前申込制)

育児や介護などをきっかけにお仕事からしばらく離れている「ぎふジョ」を対象に、再就職に向けたマインドアップ講座を全5回開催! ご参加いただいた方には合同企業説明会へのご案内もあります。不安や悩みを講演や参加者との交流を通して解消し、自信を持って一歩踏み出してみませんか。



**会場** OKBふれあい会館第2棟9階 女性の活躍支援センター セミナー室  
岐阜市数田南5丁目14-53

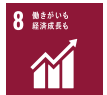
**時間** 10:00~12:00  
(受付/9:40~)

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
11/4(木)	12/9(木)	12/16(木)	2022 1/14(金)	2/3(木)
応募締切 10/21(水)	応募締切 11/25(水)	応募締切 12/2(水)	応募締切 1/4(水)	応募締切 1/20(水)
<b>「家庭」運営の マネジメント術</b>	<b>育児と心の 健康バランス</b>	<b>介護と私と 子育てと</b>	<b>自分を信じる 力をアップ</b>	<b>自己分析から 再就職へ +面接でのアピールの方法</b>
◆家がオフィスや学校に! コロナ禍の変化 ◆家族は相棒!一緒に 課題を乗り越えよう	◆バランス感覚をグレード UPしていこう ◆自分・親として、ちょっ どいい生き方って?	◆ライフイベントにも自分 らしいキャリア選択を ◆経験者と一緒に考える 仕事と家庭の両立	◆挑戦するきっかけを つかむ ◆自信を身に付けて再 就職に踏み出す	◆自分の強みと弱みを 知って人に伝えてみよう ◆どんなキャリアを歩みた い?新しい目標を定める
講師 濱崎 明子氏	講師 中島 由紀子氏	講師 津村 美紀氏	講師 宇野 恵利子氏	講師 上松 恵子氏

詳しくは裏面をご覧ください。

【主催】岐阜県

【後援】岐阜労働局 / (一社)岐阜県経営者協会 / 岐阜県商工会議所連合会 / 岐阜県商工会連合会 / 連合岐阜 / (公財)岐阜県産業経済振興センター / 岐阜県信用保証協会



**第1回 11/4 木**  
「家庭」運営の  
マネジメント術



濱崎 明子氏

- ◆(株)プラスマイル代表取締役
- ◆アンガーマネジメントコンサルタント
- ◆(一社)ライセンスホルダー  
スクール理事

生命保険会社営業、商社の事務経理に従事。2013年よりアンガーマネジメントの各種講座や講演、企業研修等に登場。受講者が1万人を超える人気講師として今に至る。夫婦関係カウンセラーの傍ら代表を務める株式会社プラスマイルでは、アンガーマネジメントや脳の性差間コミュニケーションスキルを使い、企業の様々な問題解決を目指す。また自らの経験を元に今年起業を目指す女性向けスクールを設立、講師も務める。

**第2回 12/9 木**  
育児と心の  
健康バランス



中島 由紀子氏

- ◆NPO法人グッドライフ・サポートセンター 事務局長
- ◆(株)中央保険プラザ 総務部長
- ◆岐阜市子育て支援団体連絡協議会 代表

結婚、子育てをする中で悩みを共有できる場の必要性を感じ、グッドライフ・サポートセンターの創立に携わる。ぎふファミリー・サポート・センター事業・子育て支援スペース「みなたん」を受託。自主事業では集団・出張託児を行い、子育て世代と社会との繋がりを強める活動に力を入れている。岐阜で活躍する女性に登録。ぎふ少子化対策県民連携会議委員、岐阜市子育て支援会議委員、子育てやまちづくりの委員、講師も務めている。

**第3回 12/16 木**  
介護と私と子育てと



津村 美紀氏

- ◆NPO法人ブルーバード 理事
- ◆国家資格キャリアコンサルタント
- ◆日本アドラー心理学会認定  
家族コンサルタント

育児・介護との両立に悩んだ末、教員を辞めアドラー心理学の講師となる。自身が立ち上げた多世代交流サロンやNPOでの活動を通じ、個人の「マインドアップ」がその人らしい人生に大きく影響することを実感。その先へとサポートの幅を広げるべく、2018年～キャリアコンサルタントとして再就職支援のセミナーや相談にも従事、多数の女性から支持を受ける。心理学や社会活動での知見を活かした、個人の在り方と企業現場の両面からのアプローチに定評がある。

**2022  
第4回 1/14 金**  
自分を信じる力を  
アップ



宇野 恵利子氏

- ◆(株)羽島企画 代表取締役
- ◆ママズキッズアカデミー 校長
- ◆(一社)プロフェッショナル  
サポートセンター 代表理事

短大卒業後、幼稚園教諭として従事。意欲のある主婦や母親が動きやすく活躍できる場を作り出そうと45歳の時に起業。「寄り添う介護 思いやりをカタチに…」を理念とし、介護事業を中心に子育て支援や人材育成などを展開する。好きな言葉は「人が好き」。家庭や地域、職場でいつまでも輝き続けることが、社会全体の幸せにつながっていくと確信している。カンボジアの教育支援に長年携わるなど社会貢献活動にも力を入れている。

**第5回 2/3 木**  
自己分析から再就職へ  
+面接でのアピールの方法



上松 恵子氏

- ◆(株)オフィスリブラ 代表取締役
- ◆ワークライフバランス  
コンサルタント
- ◆育休後アドバイザー

出産・育児を機に大好きだった仕事を退職せざるをえない経験を二度持つ。広告会社、学校法人での勤務経験があり、営業・広報・総務などの幅広い職務を経験していることから、その企業・業種・職種に最適なアドバイスを実施。「人それぞれが大切にしたい時間を大切にできる、カラフルなキャリアを！」をモットーに全力で支援。特に女性の「暮らし方」と「働き方」それぞれを大切にしたい、ライフキャリア支援に定評がある。

**参加方法**

- 1 申し込み**  
まずは気になるセミナーに申し込み。複数回の申し込みもOKです。
- 2 参加決定者に通知メール**  
開催日の10日前に、ご登録のメールアドレスにお知らせが届きます。
- 3 開催当日**  
対面型参加の方は直接ご来場ください。オンライン参加の方は開催前日に参加用URLをお送りします。

（本事業受託者：岐阜新聞社営業局内）  
TEL: 058-264-1158 月～金曜日 (9～17時受付)  
FAX: 058-263-7659 (24時間受付)  
Eメール: jokatsu2021@gmail.com

申込フォーム 

※申し込み多数の場合は抽選で参加者を決定します。ただし県内在住・在勤の方を優先します。  
◆対面参加をご希望の方  
※受付にてお名前の確認をします。参加票等のお送りはございません。  
※新型コロナウイルス感染防止対策を徹底した上で開催します。ただし感染状況により、やむを得ずオンラインへの変更または中止する場合があります。  
◆オンライン参加をご希望の方  
※インターネットに接続したデバイス(PC、タブレット、スマートフォンなど)が必要です。ご希望の方には数量限定で機材を貸し出します。詳細は参加が決定次第お知らせします。  
※視聴にかかる通信料は参加者負担です。

2021再就職を目指す女性のためのマインドアップ講座〈FAX申込書〉

フリガナ					Eメール		
氏名					@		
ご住所	〒					TEL	( ) -
参加日時	<input type="radio"/> 第1回 11/4 木 <input type="radio"/> A対面(託児なし) <input type="radio"/> B対面(託児希望あり) <input type="radio"/> Cオンライン	<input type="radio"/> 第2回 12/9 木 <input type="radio"/> A対面(託児なし) <input type="radio"/> B対面(託児希望あり) <input type="radio"/> Cオンライン	<input type="radio"/> 第3回 12/16 木 <input type="radio"/> A対面(託児なし) <input type="radio"/> B対面(託児希望あり) <input type="radio"/> Cオンライン	<input type="radio"/> 第4回 2022 1/14 金 <input type="radio"/> A対面(託児なし) <input type="radio"/> B対面(託児希望あり) <input type="radio"/> Cオンライン	<input type="radio"/> 第5回 2/3 木 <input type="radio"/> A対面(託児なし) <input type="radio"/> B対面(託児希望あり) <input type="radio"/> Cオンライン	参加を希望する回と参加形態A～Cに○をつけてください。	
託児のお子様	託児1 フリガナ 氏名	男・女	生年月日 年 月 日 ( 歳 ヶ月)	託児2 フリガナ 氏名	男・女	生年月日 年 月 日 ( 歳 ヶ月)	
機材の貸出	<input checked="" type="radio"/> 希望しない ・ <input checked="" type="radio"/> 希望する					<input type="checkbox"/> タブレット <input type="checkbox"/> Wi-Fi <input type="checkbox"/> タブレット+Wi-Fi	※数に限りがありますので、予定数を越えた場合はご連絡します。

本事業は岐阜新聞社が岐阜県から委託を受けて実施しております。申し込みにあたっていただいた個人情報は本事業の他、岐阜県主催事業のご案内及び新型コロナウイルス感染症対策（感染者が発生した場合に、必要に応じて保健所へ提供）以外に使用することはありません。