

マインドアップ講座「求人票を読み解いて探す『私らしい働き方』」 開催の報告

1月15日（火曜日）、岐阜県女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザでは、ハローワーク岐阜マザーズコーナー、就職支援ナビゲーターの澤田由佳理氏を講師にお迎えして、第8回マインドアップ講座「求人票を読み解いて探す『私らしい働き方』」を開催しました。

はじめに「目標達成シート（通称：マンダラチャート）」をご紹介いただき、自分の目標達成のために必要なことを整理・可視化するための方法を学びました。この手法は、野球選手の大谷翔平選手も利用していたこと、職業選択のプロセスでも利用していることをご紹介いただきました。

引き続き行われたワークでは、私らしいと思うことを2つ書き出し、内容を分析しました。書き出した内容は、「自分が好きなこと」「自分が出来ること」「自身の価値観」ではないかという先生からの問いかけに、だれもが納得していました。

変化したり、加わったりする「価値観」ではありますが、自身の「価値観」をはっきりさせると、「働く目的」が明確になると学びました。

また、「適性判断テスト」を行い、テスト結果から自分自身の職業タイプを知り、その職業タイプに該当する職業になりきり、インタビューの受け答えを行うというワークも行いました。このワークを通して、実際には就いていない職業の方の気持ちを体感することが出来るとともに、何かのきっかけが将来の職業につながることを知り「未来志向性(未来に対する積極的な姿勢)」の大切さを学びました。



受講者からは、「適性診断テストをして、自分が希望している職業と違った結果が出たことで、見る求人票をもっと広げていこうと思いました。」「普段、自分自身を振り返るという事がなかったので、今日の振り返りは、これからの就活に役立てることが出来ると思いました。」「『プロ意識』が就職の上で大切な事だと思いました。」等の感想を頂きました。

【マインドアップ講座】とは女性が自らの価値観を大切にしながら、再就職や将来の働き方等を考える講座です。

詳しくはこちらから→[チラシ](#)<外部リンク>

平成31年1月19日

マインドアップ講座「介護で仕事をあきらめる前に・・・」開催の報告

12月21日（金曜日）、岐阜県女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザでは、大垣市役所高齢介護課主事の松永知美氏を講師にお迎えして、第7回マインドアップ講座「介護で仕事をあきらめる前に・・・」を開催しました。

介護保険制度についての概要や制度改正のポイント、介護保険サービスの利用手順などを説明していただいたあとに、グループワークで介護サービスに関する質問や要望などをまとめ、発表しました。

「サービスをどのように利用したら仕事を続けやすいか」「介護に必要な金額は？」「施設の入所状況は？」「親が外出しながらの介護はどうしたらよいのか？」など様々な質問が出ましたが、地域包括支援センターでは来所・電話で高齢者の介護・福祉・保健・医療などについての相談にも応じていただけるので、疑問に思うことがあったらまず相談してみるといいということでした。

また、市町村によっては草むしりやごみ出しなどを手伝ってくれるサービスが受けられるところもあり、地域のサービスを調べてみることも大切なお話でした。



受講者からは「相談窓口がたくさんあることを知り、少し気が楽になった。」「介護が終わられた方の話を詳しく聞いて勉強になった。」「自分の親は元気だが、今両親にできることは何かを考える時間になった。」という声を頂きました。

【マインドアップ講座】とは女性が自らの価値観を大切にしながら、再就職や将来の働き方等を考える講座です。

詳しくはこちらから→[チラシ](#)<外部リンク>

平成31年1月4日

2019年新年のご挨拶

皆様におかれましては健康やかに新春をお迎えのことと存じます。
今年も引き続き女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザのご利用をスタッフ一同お待ちしております。
皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

岐阜県女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザスタッフ一同