

# 「自分」一步前へ！

生き方も働き方も色々あって良い。  
でも、あなたは「今の自分」が好きですか？  
「未来の自分」は「今の自分」にどんな言葉をかけてあげますか？

キャリアビジョンを描くカード式自己分析ツール「キャリアアランプ®」を用いた

## 自己肯定力アップセミナー

3部開催



キャリアアランプ®とは、ゲームの感覚で楽しみながら、自己分析やコミュニケーションをはかっていくキャリア支援ツールです。ゲームの中で見つけ出すありのままの自分を受け入れ、良い所を発見して、ワクワクする未来を描いていく。シンプルながら高い研修効果を導き出していきます。

《こんな方にオススメ》

- ・自己肯定力が低い方、もっと自信をつけたい方
- ・仕事とライフスタイルの関連性・優先順位を見つけたい方
- ・モチベーションをアップしたい方
- ・ぼんやりとしていた将来像を、はっきりさせたい方 等

2019年

9/28 土

場 所：サンポートホール高松 53 会議室

香川県高松市サンポート2-1 TEL:087-825-5000

定 員：各部25名様（先着順）

お一人様  
¥3,000  
税込

A／朝の部：10：00～12：30（子育て中の方）

B／昼の部：14：00～16：30（暮らし方・働き方を考えたい方）

C／夜の部：18：00～20：30（ビジネスを加速させたい方）



☆まずは自己理解と他者理解を進めながら、自己肯定感を高めて行きます。次に、自分が進みたいと願うワクワクな未来へのビジョンを描いて行きます。



メイン研修講師

村尾 和美：キャリアエナジー高松校校長

（キャリアアランプ認定校）

中四国唯一のキャリアアランプ認定校を設立。また日本の文化ブランドの整理整頓清掃をベースに職場環境改善・生産性向上・コミュニケーション・チームビルディング・モチベーションアップなど。人材育成や教育をトータルでサポート。株式会社トトノエリー代表取締役。



メイン研修講師

谷川 由紀：高松太田社労士事務所代表

社会保険労務士・アンガーマネジメントコンサルタント™・ワークライフバランス推進・働き方改革コンサルタント・キャリアアランプ®ファシリテーターとしても幅広く活躍中。仕事と介護育児の両立支援、女性活躍推進、アンガーマネジメント等全国で講演、研修も開催中。

当日は私たちが素敵な未来へ一步踏み出したいあなたをサポートさせていただきます♪

☆お申込み：Facebook 又はメールにてお申込み下さい。(info@totonoeiry.com)

☆お申込みの際は開催時間横に明記のアルファベットと共にお知らせください。