

女性のキャリア支援プログラム

しなやかさんのナナメンター

「私はこのままで大丈夫？」キャリアに迷いや不安のある女性たちや、女性社員の育成に悩む企業のためのキャリア支援プログラムがスタートします。企業や業種、地域の枠を超えて女性たちが集い、「斜めの関係」を作ります。グループトークによる学びあいや多彩なリーダー経験のある講師陣のワークショップを通してリーダーシップやコミュニケーション力、自己効力感を身につけ、人脈を広げます。プログラムは1年間。参加者は互いにとってのナナメンターへと成長し、キャリアを自らデザインする力を培っていきます。組織や地域の活力にもつながる斜めの関係を一緒に作っていきましょう！



プログラムの4つの柱

1 グループトーク

キャリアの悩みや家庭との両立などを本音で語り合い、自分と向き合います。

2 リーダーシップ研修

リーダー経験豊富な講師から多様なリーダー像、「聞く力」「伝える力」を学びます。

3 スペシャルナナメンター

各界で活躍するユニークなロールモデルが交流会などを通じて寄り添います。

4 コミュニティ活動

視察などのコミュニティ活動を通じて視野と人脈を広げ、ナナメンティの結びつきを深めます。

※「しなやかさん」は、キャリアの様々なハードルをしなやかに越えられる、自らキャリアをデザインできる人材を指します。ナナメンターは、上司と部下のような上下関係ではない、社内外のアドバイザーやロールモデルのような存在です。

講師陣



小坂佳子
nanameism
代表取締役社長

読売新聞生活部長、大手小町編集長、秋田支局長などの記者経験を元に女性のキャリア支援に取り組む。北大非常勤講師などメディアやキャリアに関する講演多数。事業構想修士



関根近子
B マインド
代表取締役

資生堂ビューティーコンサルタントとして入社。営業職、大阪支店長、本社勤務を経て初の執行役員常務に。現在は山形をベースに女性のキャリア支援をライフワークとして活動



下平拓哉
国際政治学者

専門は戦略、危機管理、リーダーシップ。30年以上、防衛の最前線で勤務した経験も踏まえ、実践に役立つ理論をひもとく。ビジネスの本質を考える参加型の授業が人気

スペシャルナナメンター



矢吹直子
松屋銀座
広報部長



吉田聡子
エレファント
代表取締役



高田春奈
エスプリングホールディングス
代表取締役社長



小林味愛
陽と人
代表取締役社長



見山謙一郎
昭和女子大学
教授

プログラム内容

キャリアを前向きに捉え、斜めの関係を自ら構築できるようになる！

対象

30代～40代の女性、課長職前後

特に対人スキルを求められる職種（広報やPR、営業など）の方におすすめです

成果物

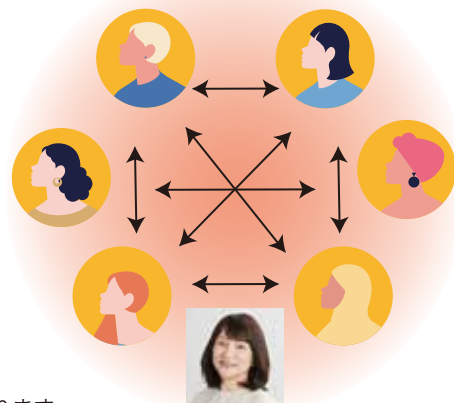
- ・修了時にひとりひとりにポートフォリオをお渡しします
- ・活動の様子をホームページで紹介します

期待される効果

自己効力感、リーダーシップ、コミュニケーション力が身につき、人脈が広がります。キャリアを自らデザインし、自ら成長できる人材になります

アルムナイのつながり

プログラム修了後、アルムナイ登録をするとナナメンターとして活動を継続でき、交流会などに参加できます



グループトーク

1対1ではなく、グループで自らの体験や職場では言えない本音を語り合います。参加者が互いのナナメンターになっていきます

年間スケジュール

合計約 20 時間

※プログラム内容は変更になる場合があります。

開催月	内容	参加形式	時間	講座詳細	懇親会
6月	講座①	対面	3h	ガイダンス / 講演「キャリアとは何か」 / 自分を知るためのワークショップ / スペシャルナナメンター紹介	交流会
7月	GT①	オンライン	1.5h	グループトーク：キャリアの悩みについて	
8月	講座②	ハイブリッド	3h	記事「ジェンダーとキャリア」を読んで社会課題を考える キャリアに向き合うワークショップ / エクスカーションなど	
9月	講座③	ハイブリッド	3h	講演「リーダーシップとは何か」 自分らしいリーダーシップを見つけるワークショップ	
10月	GT②	オンライン	1.5h	グループトーク：中間振り返り / 私の目指すキャリア	
11月	講座④	対面	1h 3h	インタビュー講座：「問いを立てる、聞く、まとめる、伝える」 インタビューのワークショップ	交流会
1月	GT③	オンライン	1.5h	グループトーク：インタビューの振り返り	
2月	WS	ハイブリッド	1.5h	メッセージボード作成、撮影→サイトにアップ	
3月	GT④	ハイブリッド	1.5h	年間の振り返り	国際女性デー パーティー

※GT: グループトーク

※個人参加（企業派遣含む）を基本としていますが、企業内や企業グループ内または業界として取り組みたいという場合はプログラムをカスタマイズしてご対応いたします。

