

# 仕事にも人生にも自信が持てる！ 女性のための ステップアップ講座

職場で価値ある人材になるために、できる女性のスキルを  
講義とワークを通して学び、ワンランクアップしましょう。

第1回

7/5

(木)

成功する女性の「あり方・心構え」  
～仕事もプライベートも諦めない～

- ・女性が知らない男性社会のビジネスルール
- ・「私らしい」キャリアデザイン
- ・「ゆとり」ある女性の習慣・魔法の言葉
- ・休憩も仕事！プライベートの過ごし方

第2回

7/12

(木)

もっと評価される「女性」になる  
～次のステージに上がるために～

- ・上司から「評価されない」女性の特徴
- ・「男性に響く言葉」「女性を味方にする言葉」
- ・上手にPR/報告する方法・演出術
- ・スケジュール帳の活用術

第3回

7/19

(木)

チームに「影響力」のある女性になる  
～悩んだ数だけ女性は輝く～

- ・「やる気」のメンテナンス方法
- ・苦手な人とのコミュニケーション
- ・相手が気持ちよく動く「お願い・褒め方」
- ・これから女性リーダーになる人の「共通項」



講師 林 美里 氏

コーチング フォレスタ 代表

企業・各種団体の女性とその上司向けの  
コーチング研修、女性視点の商品開  
発研修の講師。また、女性の創業支援  
としてSNSマーケティングコンサル  
タントなどでも活動中。

「仕事も恋もルールは同じ！」と「楽  
しく学ぶ」をモットーに、女性の可能  
性を引き出す事を自分自身のエネル  
ギー源として活躍。

連続3回  
19:00～20:30

会 場  
対 象

アオッサ6階 研修室601BC  
市内在住または在勤の女性  
(全3回とも受講できる方)

定 員  
受 講 料  
申 込 締 切

30名(抽選)  
無 料  
平成30年6月24日(日)

## 申込方法

窓口、電話、郵送、FAX、または福井市男女共同参画・子ども家庭センターHPからお申込みください。

郵送、FAXでお申込みの場合は、

- ①講座名 ②〒住所 ③氏名（フリガナ）  
④年齢 ⑤電話番号（携帯可）をご記入の上、下記の申込先までお送りください。

●申込締切：平成30年6月24日（日）

## 交通のご案内



●JR福井駅東口から… 徒歩 1分

アオッサ地下駐車場（有料）は、台数に制限があります。ご来場の際には公共交通機関をご利用ください。

## 申込み・問い合わせ先

福井市男女共同参画・子ども家庭センター  
（女性活躍促進課内）

☎910-0858 福井市手寄1-4-1 アオッサ5階

TEL：0776-20-1537 FAX：0776-20-1538

<http://www.city.fukui.lg.jp/dept/d125/danjo-kkc/index.html>

開所時間 9時～21時（土・日・祝日9時～18時）

休所日 毎週火曜日・12/29～1/3



## 「女性のためのステップアップ講座」参加申込書

申込締切：平成30年6月24日（日）

（フリガナ） 氏名		年齢	歳代
住所	〒  福井市外在住の方：福井市内勤務で ある ・ ない	電話	

※個人情報は適切に管理し、講座のご案内等に使用させていただきます。それ以外では使用いたしません。