

* 本セミナーは、雇用保険受給者の「求職活動」に認定されます。

主催：神戸市

参加費
無料

働くスキルとしての タイムマネジメント

一時保育
無料

(先着順)

* 一時保育の対象年齢は、6か月から就学前までのお子様
一時保育を申し込まれる場合は、
8月30日(水)15時までにお申し込みください。
* お子様同伴の受講はご遠慮ください。

会場 神戸市男女共同参画センター
(あすてっぶKOBE)

対象 神戸市在住・在勤の女性
・自分らしい働き方を見つけたい方
・再就職準備中の方

定員 20名(先着順)

2023年9月6日(水) 10時~12時

セミナー内容

- ① 自己の時間の使い方
1日を振り返り、時間の使い方を知り、
グループで共有する
- ② タイムマネジメントとは
仕事と家庭の両立
仕事の段取りと優先順位
- ③ タイムマネジメント実習
時間管理のマトリックスを作成し、
グループで共有する

講師 岡井 保千代 氏

講師プロフィール

大学卒業後、コンピュータ関連会社に入社、
コンピュータ販売業務を経てワープロ教育
機関に転職、ワープロインストラクターとし
て講師業を始める。半年でチーフインストラ
クターに就任。講師の採用、新人の育成、ス
ケジュール管理、業務管理など、全体のマネ
ジメントを行う。

その後独立し、(株)アドバンスコミュニケー
ションを設立、取締役就任。現在は約
40名のスタッフと共に、官公庁、企業、教育
機関(大学、短大、専門学校、高校、中学校)
において、ビジネス全般の研修、セミナーで講師を行い、講座の企画、運営、
オリジナルプログラム、プランの作成、教材作成など教育全般に携わり、講
師歴は32年目を迎える。



▶ セミナー申し込み
WEBからお申し込みください

8月12日(土)9:00から9月4日(月)17:00まで受付

<https://kobecity-event.jp/>

(神戸市イベント申込サイト:「会議・セミナー」・「女性」で検索)

セミナーの
お申し込みはコチラ



一時保育の
お申し込みはコチラ
(先着順)



▶ 問い合わせはこちら

あすてっぶKOBE(神戸市男女共同参画センター)

TEL.078-361-6977

(受付時間:火~土曜日 9:00~17:00)

2023 こうべ女性活躍プロジェクト

セミナー年間スケジュール

| 開催日・講師 | テーマ | 内容 |
|-------------------|-------------------------------|---|
| 9月6日(水) 岡井講師 | 働くスキルとしてのタイムマネジメント | 一日の振り返りから時間の使い方の特徴を知る 優先順位の考え方と実践のための演習 |
| 10月11日(水) 岡井講師 | 働くスキルとしてのコミュニケーション | 周囲に頼るコミュニケーション方法 信頼関係を築く、対話型演習 |
| 11月9日(木) 岡井講師 | 仕事のストレスと上手く付き合う ストレスマネジメント | ストレスについて学び自身のストレスを知る ストレスとの付き合い方、自己管理の方法について知る |
| 12月13日(水) 岡井講師 | 働くにあたって知っておきたい労働法 | あなたに合った働き方をするための法律知識、育児や介護を しながら働くためのルール、STOP! 職場内ハラスメント、まとめ |
| 1月11日(木) 岡井講師 | 就職活動のすすめ～応募編～ | 働きやすい企業の探し方 自分の持ち味を知る(自己分析) |
| 2月9日(金) 岡井講師 | 就職活動のすすめ～面接編～ | 面接でよく聞かれる質問の回答を考える 面接時に確認すべきこと/立ち居振る舞い |

就職セミナー後、ハローワークによる
就職相談会(要予約)を実施いたします。
QRコードよりご予約ください。<各回 12:30～ / 13:30～ 計2回>

相談予約はコチラ



「あすてっぷ コワーキング」は、
神戸市が運営する
女性向けコワーキングスペースです
現在働いている方だけでなく、再就職の準備や
資格取得の勉強をする方もご利用いただけます。



利用料
無料

Information

あすてっぷ コワーキング

あすてっぷKOBЕ(神戸市男女共同参画センター) 1F
〒650-0016 神戸市中央区橋通3-4-3
TEL:078-361-6977
OPEN:火～土曜日 9:00～20:00
CLOSE:日・月・祝・年末年始

