



# 若手女子向け 両立キャリア講座

～真の女性活躍始めませんか？～

## こんなお悩みありませんか？

- ☑ 入社3年目以降に女性が辞めていく
- ☑ 管理職を目指させたいのに女性の意識が上がらない
- ☑ 働き方に対する意識が変わっていかない
- ☑ 女性が自ら動き出さない



〈講師〉  
スリール株式会社  
代表取締役・堀江敦子

スリールは6年間で、3,000名以上へのセミナー、550名以上のインターンシップを実践し、長期的なキャリアを考え、覚悟を持って社会にでる人材の輩出を行って参りました。

- 日本女子大学社会福学科卒業
- 2007年、楽天株式会社入社。  
楽天リサーチ配属。マーケティング業務を行う。
- 2010年11月、「スリール株式会社」を設立  
ワーク&ライフ・インターン事業を実施。
- 経済産業省「第5回キャリア教育アワード」  
優秀賞を受賞
- 内閣府の男女共同参画委員、厚生労働省 イクメンプロジェクト推進委員、グッド企業アワード  
推進委員、文京区少子化対策委員を務める。
- 千葉大学 教育学部非常勤講師
- 日経ビジネスオンライン主催  
「チェンジメーカー10」に選出

## ■プログラム内容

- 【アイスブレイク】  
モヤモヤすっきりワークショップ
- 【ワーク】  
3年後のなりたい姿を考える
- 【座学】  
自分らしいワーク&ライフを実現するための、情報を取入れよう
- 【座学】（※オプション）  
「産むと働くの授業」 白河桃子氏
- 【交流+インプット】  
先輩ワーキングマザーに聞いてみよう
- 【ワーク】  
交渉学ロープレ  
～パートナー、上司を巻き込む方法～
- 【まとめワーク】  
自分のサポートマップを作ってみよう！



## ■期間

講座1回（2.5～3時間）

## ■対象者

20代～30代の女性社員



〈導入企業実績〉 ※敬称略・順不同  
リクルートコミュニケーションズ/リクルート  
ジョブズ/大阪ガス株式会社/株式会社堀場製作  
所/株式会社日立ソリューションズ/滋賀県庁

セミナー詳細・お申し込み・お問い合わせ

スリール株式会社

〈HP〉 <http://sourire-heart.com/>

〈Facebook〉 <https://www.facebook.com/sourire.worklifeintern/>

〈お問い合わせ〉 Email: [office@sourire-heart.com](mailto:office@sourire-heart.com)

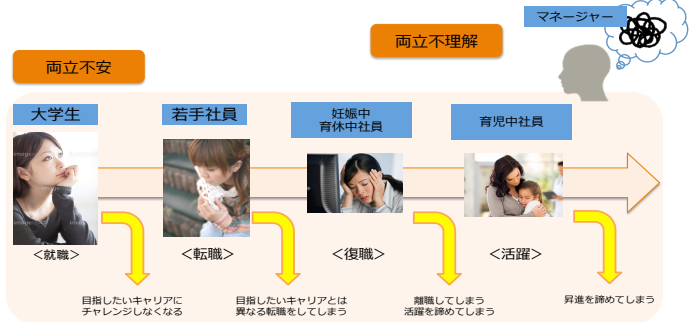
# 自ら動きだすためには「両立不安」という意識の壁を払拭すること！

両立不安とは？：仕事と子育ての両立に直面する前に不安を感じ、仕事にブレーキをかけてしまう現象。

「両立不安」を抱えていると、会社がどんなに両立の為の制度を整えても女性自身が「この環境では無理だ」と考えてしまい、仕事にブレーキをかけてしまう。会社の施策を有効に活用し真の女性活躍を実施する為には、この「両立不安」という意識の壁を払拭し、マネージャーを始めとした周囲の「両立不理解」を解消する必要があります。  
 〈不安が迫るとキャリアにブレーキをかけてしまう〉

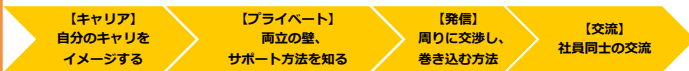


女性の脳内では「キャリア」「プライベート」「周囲のこと」の3本軸を、先読みして120%で実施しようと考えてしまい、モヤモヤと考えてしまう傾向があります。スリールでは、3000名以上のセミナーやプログラムから研究を行い、このモヤモヤを整理して「女性が前に進む」セミナーやプログラムを実施しています。



## 〈スリールからの提案〉ここが違う！社員が動きだす仕掛け

### モヤモヤを整理し、適切に情報を与える プログラム構成



3年の後のなりたい姿をワークショップで整理

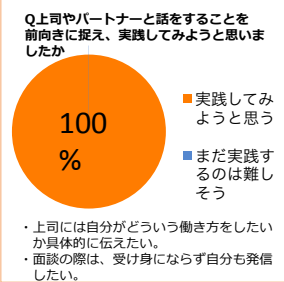


誰も教えてくれなかった子育て・両立の壁を体系的に伝え、先輩に具体的なやり方を学ぶ

両立キャリア HandBook

「キャリア」「プライベート」「周囲のこと」の3本軸を整理し、悩みに対して解決するための情報を実際のやり方を伝えていくことで、今日・明日からの行動を促していく。

### 働き方の交渉ができる人材になる 交渉学ロープレ



・上司には自分がどういう働き方をしたいか具体的に伝えたい。  
 ・面談の際は、受け身にならず自分も発信したい。

上司と部下の台本を読み、お互いの状況を理解しながら、仕事に前向きにアクションをするコミュニケーション方法を学び、実践する意識を醸成する。

もっと！

### 圧倒的に変わる社員を作りたい方へ～体験プログラム事例～

#### 〈プログラム〉

##### 講座

- ・子どもの発達、関わり
- ・体験のオリエンテーション

##### 子育て体験

- ・2人ペア
- ・共働き家庭で子育て体験



##### 発信

- ・気づきとこれからの働き方の提案



座学と体験を掛け合わせて、定期的に振り返りを行い、気づきを言語化、発信することで、自分に落とし込まれていくため、その後も継続的に「発信・行動」を行うように変化させるプログラム。

#### 〈参加者の声〉

- ・自分の状況を理解してもらいながらも、サポートしていただけるよう、自分の想いを伝えてもっと業務に取り組みたいと思った。
- ・発信すること、巻き込むことの大切さを感じた。
- ・上司には自分がどういう働き方をしたいか具体的に伝えたい。
- ・賞与やコミュニケーション、フィードバックの際は、受け身にならず自分も発信したい。
- ・上司もこちらのことがわかっていないので、知らせていくことが重要だと思い、交渉して良いとわかりました。

=メディア掲載=  
本気の取り組みは、波及効果が高い！



- TV  
NHK「おはよう日本」「ニュースウォッチ9」/TBS「News23」「Nスタ」/日テレ「news every.」
- 新聞  
日経新聞、朝日新聞、読売新聞、共同通信、京都新聞、奈良新聞、千葉日報、
- 雑誌/web  
日経WOMAN、日経DUAL、PRESIDENT WOMAN、AERA、日経BP、The Huffington Post、woman type など、他多数

### セミナー詳細・お申し込み・お問い合わせ



〈HP〉 <http://sourire-heart.com/>  
 〈Facebook〉 <https://www.facebook.com/sourire.worklifeintern/>  
 〈お問い合わせ〉 Email:office@sourire-heart.com