

旭川市 働く女性のネットワーク形成セミナー

MINT TALK

-自分の人生をご機嫌にする 4 DAYS-

働く女性同士が安心して
繋がる・話せる 4 日間。
より“いい働き方”を
見つけに来ませんか？

こんな方にオススメ！

- ・働き続けたいけど、このままの働き方でいい？と迷ってる方
- ・転職の乗り越え方をロールモデルから学びたい方
- ・働く女性たちと意見交換したい！繋がりたい！方

参加者
募集中

CONTENTS

● DAY 1・DAY 2
10月16日(金)・23日(金)
19:00 - 20:30



-働く女性のリアルを聞く-
トークセッション

「機嫌よく過ごせる働き方」に
どうたどり着いたのか？働き方
を選択する前に何を悩んだの
か？ゲストのリアルな声を聞け
るセッションです。

● DAY 3
11月13日(金)
19:00 - 20:30



-働く未来の私を描く-
ワークショップ

「機嫌良く過ごすための」1日の
設計ってどうするの？を1からレ
クチャー。キャリアアドバイザー
と対話しながら明日の具体的な行
動を決めていきます。

● DAY 4
11月28日(土)
10:00 - 13:00



-講師によるフィードバック-
セミナー&ランチ交流会

DAY3までのアウトプットを講師と
一緒にフィードバック。よりいい働
き方を深掘る機会に。終了後はラン
チをしながら参加者同士トークしま
しょう！

※セミナーは13:00終了、
以降ランチ交流会は自由参加

ABOUT

MINT TALKは、細く長く、地域で働く女性と話し、繋がるための期間限定のコミュニティサロン。

忙しく働く毎日の中「どうなりたかったんだっけ?」「本当は何がしたかったんだっけ?」というモヤモヤが整理され、思いがけない効果が生まれるメリットも。仲間やゲスト、そして自分との【TALK】を軸に、自分らしく・長く働く働き方を見つけられるセミナーです。

FACILITATOR -講師-



北海道ライフデザイン株式会社 代表取締役

山田 貴子さん (キャリアアドバイザー)

「オモシロがれる大人を増やす」を理念に人材育成事業を展開しながら、シングルマザーとして3人の子供を育てる。家族や仕事のさまざまな分岐点がありながらも、キャリアスクール運営やキャリア講演等を行う。

DAY4には
山田さんとの
1 on 1 の機会も。
明日につながる具体の
行動のヒントが見つかるはず。

GUEST-登壇者-



会社員Aさん (DAY1 ゲスト)

事務職として20年勤務。子供が産まれてからは少しペースを落としつつもフルタイムで働く2児の母。長年安定した環境だったが、部署異動という大きな転機が訪れ…。今、自分にあった形を模索中



合同会社かくはなす／千歳市オリジナル
キャリア支援団体おしごと部ちとせ代表

中塚 茜さん (DAY2 ゲスト)

幼少期に困難な家庭環境で育った経験から、社会の中で女性が置かれている環境に課題感を持ち、ジェンダー課題解決に取り組む

お知らせ

- 全4回の連続講座です
- ランチ交流会のみ参加費が別途1,000円かかります

概要

対象. : 市内企業等で働く女性
参加費 : 無料
定員 : 15人 (先着順)
会場 : 旭川市市民活動交流センター
CoCoDe
(旭川市宮前1条3丁目3番30号)

お申込はこちら

