



目的別 / 1日研修

Revised

キャリアデザイン研修50

50代からの魅力的で充実した仕事・人生
を実現するために

➤ 本研修の概要とねらい

- ① 50歳以降の人生(仕事と私生活)を魅力あるものにする要因を点検し再構築する。
- ② これまでの生き方と仕事を振り返り、「自分の価値観」や「キャリアの捉え方」を再確認する。
- ③ 部下のキャリア形成を支援する——後輩のキャリア形成に貢献する——方法を学ぶ。

➤ 主なコンテンツ

ライフキャリア、ジョブキャリア、50歳代に課せられたチームへの貢献、65歳のありたい姿とより良い5年後・アクションプランなど(詳細は裏面のタイムテーブルをご参照ください)。

➤ 演習/実習の内容

- ・ 受講者同士がインタビュー形式で聞き取りをおこない、人生における価値観や満足度などを確認し自分を見つめ直す。
- ・ 多種多様な事例を用いてケースワークを実施。

➤ 受講対象(推奨)

50歳代の職員

➤ 講師からの一言

60歳(あるいは65歳)以降も含めて、「充実した幸福な人生」を過ごすために必要な「働き方・考え方」をお伝えします。また、中小企業診断士としての豊富な事例、経験を基に、上司や部下後輩など多様な職場メンバーとの上手なかかわり方を解説します。



一般社団法人 日本経営協会講師
西嶋 衛司(にしじま えいじ)

一般社団法人日本経営協会講師。
中小企業診断士。

キャリア開発、政策形成、問題発見・課題解決、戦略・マーケティング、コミュニケーションマネジメント、企画構想力強化、各階層別研修、マネジメント、目標管理、モチベーション管理、組織力強化などのテーマで企業や自治体に多数出講。

「時代にマッチした戦略＋人口減少時代のしくみ構築＋職員のやる気アップ」を、それぞれの団体にカスタマイズして実現し、パフォーマンスの向上を図ります。

現在、経営コンサルタントとして、経営・営業や人材育成を行いながら、研修講師として活躍中。

本講師の他の研修

- a. ビジナリーリーダー
- b. キャリアアップ
- c. 総合マネジメント
- d. モチベーション管理

キャリアデザイン研修50

1日研修タイムテーブル案

時間割	講義テーマ	主なコンテンツ
9:00	オリエンテーション 1. キャリアを考える上で重要なこと 1) キャリアの考え方とキャリアデザインの必要性 2) 「仕事を成し遂げる」という考え方 2. 現在の自分を見つめる: ライフキャリア 1) 価値の明確化 2) モチベーションカーブと自分らしさを考える 3) 人生の棚卸し	☞ 退職までの働き方がその後の人生の充実に与える影響について ☞ 50歳以降のキャリアを考える上で必要なポイント ☞ 仕事をこなす上でのこだわり、モチベーションアップの要因、得意なこと、やりたいことなどをワークを通じて振り返り、「仕事」を再認識。
	昼食休憩	
	3. 働き方を考える: ジョブキャリア 1) あなたの最高の体験 (ハイポイント・インタビュー) 2) 仕事選択の判断根拠 3) 内的キャリアの探索と外的キャリアの整理 4) 経験と知識の伝承 5) キャリア棚卸しシートの完成 6) 50歳代に課せられたチームへの貢献 4. 新しい一歩のために: キャリアデザイン 1) 50歳代に成し遂げること 2) 65歳のありたい姿とより良い5年後 3) 障害を突破する 4) アクションプランの完成 ■まとめ	☞ 仕事をこなす上でのこだわり、モチベーションアップの要因、得意なこと、やりたいことなどをワークを通じて振り返り、「仕事」を再認識。 ☞ 仕事の役割・期待されていることとやりたいことの区別、「思い」への対処法を学ぶ。 ☞ 50歳代としての貢献や仕事の伝承の重要性とコツについて確認する。 ☞ 50歳からのキャリアデザインの描き方を学び、自身のキャリアデザインについて具体的に考える。
17:00		

■本研修を受講した研修生の感想

- ☞ 自己分析ができ、将来のビジョンを考える時間ができて良かった。
- ☞ 今後の人生に活かせる研修でした。
- ☞ 自分のキャリアデザイン(ワーク&ライフ)を考えるきっかけになり、大変参考になった。
- ☞ 年齢的なタイミングも内容も良かった。

■本研修コーディネーター担当者からのワンポイントメッセージ

- ☞ 講師の実体験を踏まえた講義は定評があります。50歳代セカンドキャリアを考えておくことは重要です。

本研修に関するお問い合わせ

一般社団法人 日本経営協会 関西本部
 〒550-0004 大阪市西区靱本町1-8-4(大阪科学技術センタービル)
 電話 06-6443-6925 FAX 06-6441-4319
 URL <http://www.noma.or.jp>