

※
【対象】働くママ限定 先着24名！！

※育児中かつ時短・フルタイム勤務の方、育休復帰準備中の方、産休前の方

個別コーチングあり！
希望者

仕事も子育てもやりきる！

働くママの効率UP仕事術

～自分と向き合い組織に貢献する3つのアプローチ～



【人事の皆さま、こんな現象が職場でおきていませんか？】

- × 「育児に専念したいから」と退職を申し出る社員が多い
- × 「第二子の壁」を乗り越えられず出産を機会に退職してしまう
- × 育休復帰後、保育園の呼び出しで早退することが多く、「職場に迷惑をかけるから」と退職してしまう
- × 両立の悩みを誰にも相談できず経験ある社員が辞めてしまう

女性の活躍を推進するには両立支援策としての教育が不可欠です。働くママに必要なのは、周囲との上手な関係づくりを通じて、自分自身が納得して働き、時間に制約があっても組織に貢献するためのスキルに磨きをかけることです。

是非とも貴社社員の両立支援講座としてご活用ください。



◆2022年 3月2日(水) または 9月7日(水)
10:00 ~ 15:00 (受付/9:30~)
※希望者でオンラインランチ (12:00~13:00)

◆オンライン開催

★受講方法: Zoom
★開催形式: ミーティング (受講者の発言あり、受講者のカメラオン)
★受講に必ず必要なもの
パソコン (一人一台)、マイク、スピーカー、WEBカメラ、ネット環境
(Zoomのご使用が初めての方は、必ずパソコンにZoomをダウンロードしてください)
※スマートフォンやタブレットでも受講可能ですが、一部機能が使用できないことがありますので可能な限りパソコンでご受講ください

受講後個別コーチング実施

受講者が持つ個別の悩みや課題に対して、講師が受講者と面談を実施し、アドバイスします。

★受講後3ヵ月以内に1回

★オンライン形式、1時間/1人

料金

◆講座のみ 13,200円 (税込) / 1名

◆講座+コーチング 15,400円 (税込) / 1名

講師

株式会社アタックス・ヒューマン・コンサルティング
コンサルタント 伊藤 真依 (いとうまい)



【略 歴】

青山学院大学卒業後、スターバックスに入社し、店舗の人材育成に従事。コーチングやファシリテーションの経験を重ね、ヒトが組織を輝かせる要であることを認識する。

現在は、「ヒトの成長を組織の成長に繋げる」ことをモットーに人事コンサルタントとして業務に取り組んでいる。また、ドイツ人の夫と息子と共に自らワークライフバランスを実践する日々を送っている。

カリキュラム

1. ワーママをとりまく現状と今後
 - (1) ワーママをとりまく現状の確認
 - (2) ワーママが会社とWin-Winの関係で働くには?
2. 現状の整理とありたい自分像
 - (1) 自己紹介ワーク
【グループワーク】
 - (2) ワーママとして得たもの/失ったもの
【グループワーク】
 - (3) グループワークから得た気づき
3. 仕事の品質をグッと上げる2大ポイント
 - (1) 人間関係構築
 - ・ 人間関係の悩みを解決する自己と他者の捉え方
 - ・ 短時間勤務でも、周囲からサポートしてもらえ人の心得
 - (2) ビジネス・コミュニケーション
 - ・ 目的に応じた使い分けのポイント
 - ・ ビジネス・コミュニケーションの3原則
 - ・ 最短距離で成果に近づく事実の見極め
 - ・ コミュニケーション実践ワーク
【グループワーク】
4. 会社から評価される仕事の仕方とは
 - (1) 仕事の目的と正しい成果
 - (2) 目標設定と作業スケジュールのコツ
 - (3) タイムマネジメントの勘所
5. 今後の実行宣言
本日の気づき共有 & 実行宣言

アタックス ワーママセミナー

検索



お申込みはFAXまたはインターネットで

F A X 052-586-8832

会社名		お申し込み責任者(請求書送付先)	ご芳名
〒			部署・お役職
住所			E-mail
TEL() -			申込月 ☐ 3月開催 ☐ 9月開催 申込タイプ ☐ 講座のみ ☐ 講座+個別コーチング
受講者情報			
ご芳名		部署	お役職