

“やらされ感”を“やりがい”に変える

## 若手社員向けキャリア自律セミナー

## ねらい

20代は、周囲から求められることに応えることで力を蓄え、自分の可能性を大きく広げる大切な時期です。この時期を単なる「やらされ感」で過ごすのではなく、自分の価値観や強みを深く理解（自己理解）することで、組織における将来展望や自分にとっての“やりがい”を見出します。さらに「自分に何ができるか」という視点を持つ事で、自ら目標を描き、実現に向けて職務に取り組む「主体的な姿勢」を養います。

## 期待・効果

- ・自己理解の深化とキャリアの動機付け：自らの価値観や強みを客観的に把握することで、日々の業務と自己成長の結びつきを理解し、仕事に対する「やらされ感」が「やりがい」へと変化します。
- ・主体的な行動変容と職務遂行力の向上
- ・中期的なキャリアビジョンの形成

## 講師プロフィール

【講師】星野 和彦（ほしの かずひこ） CDS 代表  
【プロフィール】

群馬県内の大手自動車部品メーカーで30年間、人事関連の業務に携わり、2019年に国家資格の「キャリアコンサルタント」を取得。その後、社内従業員のキャリア開発支援を行い、延べ1,000人以上の個別面談を実施する傍ら、年代別のキャリア開発公開セミナー及び一般企業のキャリア支援を行っている。また、県内の大学で学生のキャリア支援も継続中。その他、監督者訓練（TWI）の講師を行っている。

## 開催要項

開催日時：令和8年 5月12日(火)  
9:30～16:30

会場：群馬県職業能力開発協会(2階検定室)

対象者：20代若手社員

定員：20名(先着順)定員になり次第、締切りとなります。

受講料：12,000円(税抜)(当協会会員)

18,000円(税抜)(一般)

●受講料は研修開催日の5日前(土、日、祝祭日除く)までにお振り込み下さい。お振り込みが確認できない場合は受講をお断りいたします。

●研修開催日の5日前(土、日、祝祭日除く)からの受講取消し(キャンセル)について、受講料の返還はいたしませんのでご了承下さい。

申込手続：裏面申込書に記載の上、研修開催日の10日前までに、郵送又はFAXでお申し込み下さい。

研修開催日の3週間前になりましたら、受講票と請求書をお送りします。

その他：昼食、飲み物は、各自ご用意下さい。

なお、申込が定員に達しない等の理由により、中止する場合があります。

## 《研修会場案内図》



お問い合わせ・お申し込み先

群馬県職業能力開発協会

担当：総務企画課

〒372-0801 伊勢崎市宮子町 1211-1

TEL：0270-23-7761

FAX：0270-21-0568

<https://www.gvada.jp/>

内容・スケジュール

※内容は多少変更することがありますのでお含みおき下さい。

午 前		午 後	
9:30	<b>開講式</b>  <b>【キャリア自律の必要性】</b> ・キャリア自律とは ・キャリア形成とは ・自分のキャリア自律を考える  <b>【キャリアの棚卸（宿題）】</b> ・これまでの経験を振り返り、自分を見つめ直す ・気付いたことをグループで共有する  <b>【自分の価値観について考える】</b> ・価値観とは ・自分の価値観について考える（ワーク） ・気付いたことをグループで共有する	13:00	<b>【自分の強み・課題について考える】</b> ・強みとは ・ポータブルスキルとは ・自分の強み・課題を考える（ワーク） ・気付いたことをグループで共有する  <b>【ありたい姿を考える】</b> ～リスペクトする人から学ぶ～（宿題） ・気付いたことをグループで共有する  <b>【キャリアビジョンの考え方】</b> ・キャリアビジョンとは ・キャリアビジョンの描き方 ・気付いたことをグループで共有する ・ありたい姿～キャリアビジョン  <b>【10年後に実現したいこと（キャリアビジョン） / その実現に向けた取り組み（キャリアプラン）】</b> ・キャリアビジョン、キャリアプランを作成する（ワーク） ・気付いたことをグループで共有する
12:00	昼食	16:30	閉講式

FAX 0270-21-0568 群馬県職業能力開発協会 総務企画課 まで

【A-004 若手社員向けキャリア自律セミナー 5/12 受講申込書】

(フリガナ) 会社・団体名			当協会会員 ・一般の別	<input type="checkbox"/> 当協会会員 <input type="checkbox"/> 一般
所在地	(〒 - )		※事務局使用欄	
ご担当者	所属(部・課)			
TEL	FAX			
ご担当者 E-mail				
(フリガナ) 受講者氏名	所属・役職		(年齢)	性別
(フリガナ)			( )歳	男・女
(フリガナ)			( )歳	男・女
(フリガナ)			( )歳	男・女
(フリガナ)			( )歳	男・女