

就活に役立つレジリエンス強化ワーク

# キャリアデザイン セミナー

「レジリエンス」  
とは

- 困難な状況から立ち直る心の力のこと
- 逆境や試練を糧に更に成長すること
- 失敗を恐れず挑戦する力を育てること

チャレンジできる・失敗を恐れない

自分を育てる!

雇用保険受給者で証明書が必要な方に参加証明書を発行します



たかはしりりこ

講師 高橋 理里子氏  
(組織開発・人材育成コンサルタント)

求職中の皆さん、将来の就業を予定されている皆さん、  
起業をお考えの皆さんにキャリアプランを提案し、生きがい  
のある働き方についての就業意識を高めます。

※レジリエンスを高めることで、日々の社会生活や就職活動などで  
ストレスを感じる時でも乗り越えやすくなります。

## 高橋理里子氏プロフィール

ミライズ株式会社 専務取締役 コンサルティング事業部長

元NHKキャスター。企業コンサルタントとして、県内外において人材開発・組織開発のコンサルティングを実施。  
働き方改革、生産性向上、リーダーシップ等、数々のセミナーを提供している。  
福島県教育委員、福島県地域創生・人口減少対策有識者会議委員、厚生労働省 治療と仕事の両立支援推進  
「福島県地域両立支援推進チーム」メンバー、福島県中小企業振興審議会委員として活動。

国家資格2級キャリアコンサルティング技能士／国家資格キャリアコンサルタント／JCDA認定 キャリア・デベロップ  
メント・アドバイザー／株式会社ワーク・ライフバランス認定上級コンサルタント。

日時 令和5年 **10月21日(土)** 13時30分～15時

会場 郡山市労働福祉会館 中ホール(郡山市虎丸町7番7号)

定員 60人(申込多数の場合は抽選) **受講料 無料**

申し込み 電話、FAX、E-mailでお申込みください。

Eメール・FAXで申し込みの方は、  
氏名・連絡先を明記の上、下記までお申込みください。

Eメール: [kaikan@bunka-manabi.or.jp](mailto:kaikan@bunka-manabi.or.jp)

F A X : 024-932-5525



駐車場には限りがございますので、公共交通機関をご利用ください。

お問い合わせ先

郡山市労働福祉会館

(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)

〒963-8014 郡山市虎丸町7番7号(郡山市労働福祉会館内)



TEL 024-932-5279 FAX 024-932-5525

E-mail: [kaikan@bunka-manabi.or.jp](mailto:kaikan@bunka-manabi.or.jp)

<http://www.bunka-manabi.or.jp/kaikan/>



紙ヘリサイクル可