

受講生
募集

＼令和8年8月開講／

働く女性の リスキリングと キャリアアップセミナー

学びでつながる、キャリアが動く



- ✓ 自己の再認識とキャリアデザイン
- ✓ 視野の拡大と課題解決力の強化
- ✓ ネットワークの強化
- ✓ コミュニケーション力の向上

履修期間

6か月（2026年8月～2027年3月）

内 容

1日あたり**120分以内**の講義
（座学＋ワークショップ：9回程度を予定）

会 場

国立大学法人山梨大学甲府キャンパス内

受講料

無料（別途、実費が発生する場合もございます）

申込締切

2026年8月3日（月）

山梨県内企業や公共機関等に
就業中の女性を対象として、
キャリアデザインや就業環境に
関する講義とワークショップを
通し、管理職や役員を目指し、
働く環境の整備や後進育成に
つなげる**人材育成プログラム**です。

国立大学法人山梨大学 男女共同参画推進室内
「リスキリングとキャリアアップセミナー」事務局
〒400-8510 山梨県甲府市武田4-4-37

TEL：055-220-8562 FAX：055-220-8351
E-mail: j-recurrent-as@yamanashi.ac.jp
HP: <https://danjo.yamanashi.ac.jp/>
※受付時間 平日9：00～17：00



〈協力〉甲府商工会議所、山梨経済同友会

令和7年度 実施内容

キャリアデザイン 講座

現在の自分の働き方と将来の働き方に対する考えの棚卸を行い、様々な企業の女性管理職と交流することで、自分自身のキャリアを作り上げる準備を行います

90分×1コマ
×1日

アサーティブ コミュニケーション 講座

職場では、さまざまな立場の人たちとのコミュニケーションが必要となります。アサーティブな姿勢を身に付け、対人関係によるストレスを軽減し、円滑にやり取りするためのコミュニケーション術を学びます

90分×1コマ
×1日

ココロとカラダの 講座

誰もが気持ちよく働くための心理学的アプローチや、女性特有の体調不良との向き合い方に関する講座を通し、人事マネジメントを行う上での考え方のコツを学びます

90分×1コマ
×2日

働きやすい環境 ハラスメントを考える 講座

管理職となった際に知っておいた方が良い法令を学ぶとともに、ハラスメントとなりうる事例を用い、考え方や対処法をグループワークを通し身に付け、働きやすい職場の作り方を学びます

90分×1コマ
×2日

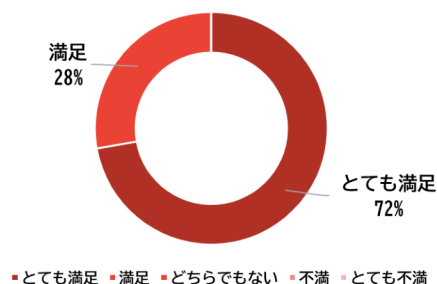
ウェルビーイングな 組織づくりを考える ～ワークショップ・ 成果発表会～

誰もが働きやすい環境の形成を目指し、“ウェルビーイング”な組織づくりについて、ワークショップや経営者・従業員を対象とした社内調査などを行った後、グループ内で意見をまとめ、最後にプレゼンテーション形式で発表を行います

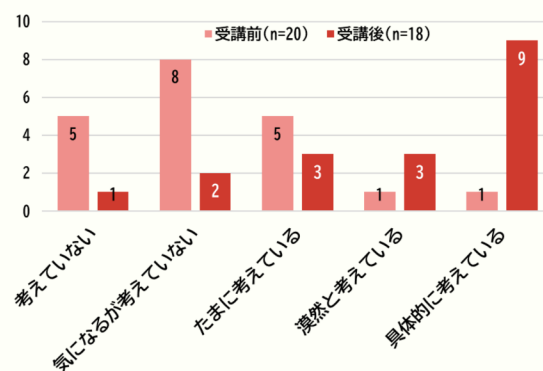
90分×1コマ
×3日
＋ワークショップ
＋成果発表会

令和7年度 受講後アンケート結果

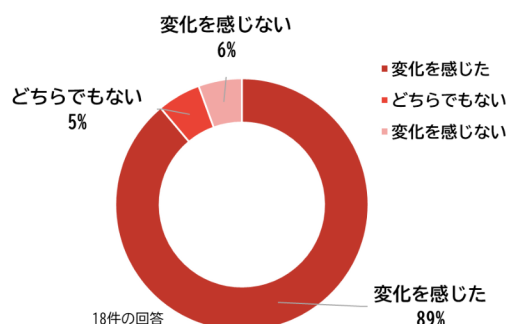
Q 講座全体の満足度



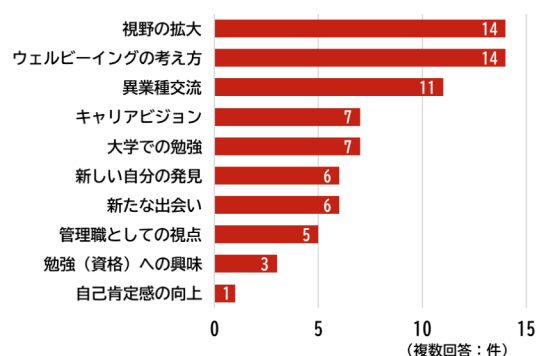
Q キャリアについての考え方の変化



Q セミナー受講後の考え方の変化



Q アップデートできたこと



令和7年度 受講生感想(抜粋)

様々な角度・テーマから女性の働きやすさ改善に向けた考えを学ぶことができました。会社を持ち帰り、すぐ実践できるような簡単な取り組みもあり、行動に移しやすかったです。

日々の業務に追われる中、一度立ち止まって、自身のキャリアビジョンや働きやすい環境づくりなどについて考える良いきっかけとなりました。

いろいろな形の“管理職”がある中で、その会社で求められる管理職の姿を明確に知ることが必要と感じました。対人関係の考え方、“みんなちがってみんないい”と心から思えるように取り組みたいです。