

「キャリアについて語りましょう！」

「キャリア」とは、個人が生涯を通して主体的に社会参画することであり、就業や地域活動を通じて、さらなる自己確立を果たすとともに社会に貢献することです。



- ◆ キャリア構築のために大切なことは？
- ◆ 就業や地域活動など今まで体験した社会的な活動においてもっとも充実していたことは？その理由は？
- ◆ キャリアと家庭生活の両立をどのように実現しているか？
- ◆ 自分自身にとって「キャリア」の意味とは？～なぜこの仕事・活動に取り組むのか～
- ◆ 仕事・活動を通じて学んだことは？

これらをテーマに世代を超えてキャリアカウンセラーとともに自由に語りましょう。語り合うことにより、エンパワーメントするきっかけをつくります。

★エンパワーメントとは★

自らの生きる力をゆたかにし、その力をともに合わせてよりよく生きられる社会を実現することです。

森 理宇子（もり りうこ）氏
東京女子大学 キャリアカウンセラー

1986年本学文学部卒業後、大手メーカーの本社人事部にて9年間、主に採用・能力開発を担当。その後、外資系小売業にて、人事全般にわたり戦略策定および運営を遂行。また、人事・総務部マネージャーとして、マネジメント業務を10年間担当する。2008年より研修講師、人材開発・組織開発コンサルタントとして活動。

筑波大学大学院人間総合科学研究科博士前期課程修了。

CCE, Inc 認定GCDFキャリアカウンセラー、米国CTI認定CPCCコアクティブコーチ、WIAL-Japan認定AL（Action Learning）コーチ

