

キャリアへの 迷いは、“未来を拓く” チカラになる!

参加費
無料

【佐賀県女性活躍推進セミナー】

若手・マネジャー、それぞれのフェーズに合わせた2コース設計。
対話とワークを通じて、自分のキャリアと、チームの未来を描く一日。



各定員
30名
先着順

セミナーコース SEMINAR COURSES

どの回から参加しても完結する設計です。各セミナーは単独完結型。
1回の参加でも十分な成果が得られます。

1 若手女性向け／入社5年前後

“このままでいいのかな?”を、未来への一歩に

仕事はひととおりできるけど、将来に迷い始めている。そんなフェーズの女性が、強みと価値観を言語化し、主体的にキャリアを描く力を養います。

A 自分らしいキャリアの 見つけ方

“わたし”を
ブランディングする

【講師】
トレスノヴァ代表
副島 三記子 氏



B “わたしらしく働く” を考える

知れば未来は
もっと自由になる

【講師】
キャリア&ライフ
デザイン代表
太田 由美子 氏



2 マネジャー向け／管理職・リーダー層

“できるか不安”から“やってみよう”への第一歩

自分にはスキルが足りないと感じているマネジャーへ。自分らしいリーダーシップを見つけ、組織を動かす視点と実践力を習得します。

A チームと自分を育てる マネジメント

“自分らしい関わり方”が、
チームを変えていく

【講師】
キャリア&ライフ
デザイン代表
太田 由美子 氏



B 自信がなくてもできる マネジメント

NO完璧。
あなたらしいリーダーへ

【講師】
株式会社オフィスat
専務取締役
阿部 博美 氏



開催概要

SCHEDULE & VENUE

日時

- ①-A 10月29日(木) 13:30～
- ①-B 11月 5日(木) 13:30～
- ②-A 11月19日(木) 13:30～
- ②-B 11月27日(金) 13:30～

各回3時間
事前申込制

会場

①-A ①-B ②-B

佐賀県立男女共同参画センター アバンセ 第4研修室
佐賀市天神3丁目2-11 JR佐賀駅より徒歩約10分

②-A

ミズ ウェルビーホール(佐賀市文化会館) 大会議室
佐賀市日の出1丁目21-10 JR佐賀駅よりバス約5分

対象・費用 佐賀県内で働く女性／参加費：無料

経営者・上司の方へ

女性社員を送り出してみませんか？ 各セミナーは、どの回から参加しても成果が出る「単独完結型」設計。業務が繁忙なマネジャーも1回の参加で職場に持ち帰ることのできる気づきがあります。参加費は無料です。

企業・組織にとってのメリット

FOR YOUR ORGANIZATION

- 01 女性社員の定着・離職防止に
キャリアへの迷いを整理し、「働き続けてみよう」という意欲につなげます
- 02 次世代リーダー・マネジャー育成に
管理職になることへの不安を取り除き、自信を持って組織を動かす人材を育てます
- 03 女性活躍推進の取り組みとして
佐賀県主催の公的セミナーとして、自社の取り組みにも活用いただけます

二次元コードからお申し込みください

お申し込み
フォーム



お問い合わせ
フォーム



ウェブサイト

お問い合わせmail

<https://www.juw-saga.jp/seminar/saga-career@office-at.biz>

1 若手女性向け／入社5年前後

“このままでいいのかな？”を、
未来への一歩に

各定員
30名
先着順

A

自分らしいキャリアの見つけ方

～“わたし”をブランディングする～

▼トピック▼

・できること、好きなこと、評価されたことを棚卸し
・仕事、家庭、自分時間の「優先順位」を可視化
・グループ対話で自分の言葉を磨く

▼得られること▼

強みも価値観も、自分らしさのヒントになることを知り、キャリアを主体的に考えられるようになる



【講師】 副島 三記子 氏
トレスノヴァ代表／佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター（アバンセ）館長
資生堂佐賀販売入社。（株）資生堂 美容統括部長、執行役員、さが県産品流通デザイン公社所長を歴任後、トレスノヴァを設立しマーケティングやキャリア支援の研修、アドバイザーを行っている。2026年アバンセ館長就任。

B

“わたしらしく働く”を考える

～知れば未来はもっと自由になる～

▼トピック▼

・昇進、異動、副業、業務委託など多様な選択肢を知る
・「納得解」を見つける判断軸の作り方
・ケーススタディワーク

▼得られること▼

迷いが「選択」に変わり、自分なりの一歩を踏み出す自信が生まれる



【講師】 太田 由美子 氏
キャリア&ライフデザイン代表
国家資格キャリアコンサルタント。人権擁護委員。
ベネッセグループで事業所長や管理職を歴任後、2011年退職。現在は、大学非常勤講師のほか、企業・学校・地域でキャリア形成や女性活躍、人材育成を支援している。

2 マネジャー向け／管理職・リーダー層

“できるか不安”から
“やってみよう”への第一歩

各定員
30名
先着順

A

チームと自分を育てるマネジメント

～“自分らしい関わり方”が、チームを変えていく～

▼トピック▼

・信頼関係の築き方
・心理的安全性
・女性の健康

・ライフイベントとの両立
・ケーススタディワーク

▼得られること▼

明日から使えるマネジメントスキルと、チームへの具体的な関わり方が身につく



【講師】 太田 由美子 氏
キャリア&ライフデザイン代表
国家資格キャリアコンサルタント。人権擁護委員。
ベネッセグループで事業所長や管理職を歴任後、2011年退職。現在は、大学非常勤講師のほか、企業・学校・地域でキャリア形成や女性活躍、人材育成を支援している。

B

自信がなくてもできるマネジメント

～NO完璧。あなたらしいリーダーへ～

▼トピック▼

・女性に多い失敗パターン
・インポスター症候群

・潜むジェンダーギャップ
・ケーススタディワーク

▼得られること▼

自分らしいマネジメントの軸が見つかり、前向きな気持ちで昇進を受け入れられるようになる



【講師】 阿部 博美 氏
株式会社オフィスat 専務取締役／ハビレポプロデューサー
人材派遣、広告、マーケティング業界を経て独立。
20年以上女性活躍推進や人材育成に携わる。企業現場で女性と向き合ってきた経験をもとに、女性の組織での在り方や強みの生かし方、自分らしいリーダーシップの築き方を伝えている。

詳細・お申し込みはこちら



saga-career@office-at.biz
佐賀県女性活躍推進セミナー事務局

お申し込み
フォーム



関連イベントのご案内

SAGA キャリアトークカフェ トークライブ＆交流会

「ちょっと先の私に、会いにいこう。」

佐賀県内で働く女性が、様々な経験をしてきた女性たちと出会い、交流できるイベント。
毎月1回、パネリスト3名によるトークライブ＆交流会（定員20名・事前申込制）。

◎会場：SAGA CHIKA（佐賀県庁地下1階）

◎毎月1回開催予定（詳細はLINEで）

参加費：無料

LINE公式アカウント
「友だち追加」して
最新情報をチェック！

公式SNSでもイベント情報発信中！



少し先を
歩く人に
出会える



気軽に話せる



これからの
ヒントが
見えてくる

お問い合わせ：佐賀県女性活躍推進セミナー事務局 株式会社オフィスat内（受託事業者）

Mail saga-career@office-at.biz

佐賀県 男女参画・女性の活躍推進課

Tel 0952-25-7062

Mail danjo-katsuyaku@pref.saga.lg.jp

主催：女性の活躍推進佐賀県会議、佐賀県
後援：佐賀県経営者協会、佐賀県中小企業団体連合会
佐賀県商工会連合会、佐賀県商工会議所連合会