

「キャリア」と「ライフ」の視点で

自分に向き合い「未来」を描く

本交流会は、若手・中堅社員のキャリア向上や
ライフデザイン形成を応援するセミナー＆交流イベントです。
コミュニケーションスキルの向上に加え、多様な業種で働く同世代との
交流や意見交換を通じて、新しい視点を得ることができます。
こうした学びやつながりは、職場での活躍の可能性を高め、
企業や地域での人材定着にもつながります。
ぜひご参加ください。

NEXT Link

ふくしま

キャリアとライフを考える
若い世代に向けた

異業種交流会

セミナー&交流会

※詳細は裏面

参加費
無料

第2弾 全地域合同開催

開催場所

ビッグパレット
ふくしま

2/6(金)

開催時間

13:00～17:00
(受付開始 12:30～)

参加対象

福島県内の民間企業・
行政機関等に勤める
若手～中堅の独身社会人(30代まで)

募集定員

50名

※定員になり次第受付を終了します
※男女比はおおむね半数ずつとします

申込方法

業務の一環として企業単位でお申し込み
いただか、個人でお申し込みください。
いずれもWebサイトから受け付けます。



お申し込み締切

1/27(火)

詳細はWEBサイトから
ご確認ください



主催／福島県

こども・青少年政策課

令和7年度 福島県異業種交流会型企業間連携出会い創出事業

受託／一般社団法人
キャリア支援機構

〒963-0203 福島県郡山市静町19-2
西部ファーストワンビル2F

Tel.024-955-6675 (平日9:00～17:30)

koryukai@career-shienkikou.com

NEXT Link ふくしま プログラム

セミナー&交流会

オリエンテーション

- | 開催趣旨説明
- | アイスブレイク

セミナー



「キャリア」と「ライフ」の視点で自分に向き合い 未来を描く

～無意識の思い込み「アンコンシャスバイアス」への気づきで人間関係をよりよくする～

「キャリア」と「ライフ」の形成において、他者との関わりは避けて通れないもの。特に価値観が多様化している現代においては、自分の先入観や思考のクセに気づき、自己認識を高めながら相手を理解し、協働する必要があります。セミナーやワークを通じて自身のアンコンシャスバイアスと向き合い、今後の「キャリア」と「ライフ」の形成に役立ててみませんか？

1. 無意識の偏りのメカニズムを知る

- | アンコンシャスバイアスとは何か
- | 偏りが生まれる心理的仕組み
- | バイアスが起こりやすい場面
- | ワーク「自分がもっている“思い込み”に気付く」

講師・ファシリテーター プロフィール



第一印象研究所
代表

杉浦 永子
(すぎうらながこ)

2. 人間関係への影響を考える

- | 具体的事例紹介
(上司・部下／同僚間／世代・性別・職種の違い)
- | ワーク「この場面で自分ならどう関わる？」

3. バイアスとの上手な付き合い方

- | バイアスを“なくす”的ではなく、“気づき、扱う”
- | キャリアやライフの中で実践できる3つのステップ

秋田県出身、仙台在住、元客室乗務員。
2006年から企業研修・マナー＆コミュニケーション講師を務める。
現在は、民間企業、官公庁の研修、講演の講師の仕事を歴任。対象は新入社員から管理職まで幅広く担当。

4. 相手に关心を向ける

- | 年齢や性別ではなく言動や価値観を見る
- | ワーク「ペアで対話して相手の価値観や共通点を探る」

5. セミナーでの気づきを行動に変える

- | 振り返りワーク
「今日の気づきと明日からできること」

セミナーで
学んだことを活かして
相手を理解し
コミュニケーションを
とってみましょう！

気の合う方と
フリー交流で
親睦を深める時間も
あります！

スイーツ＆カフェ
を楽しみながら
交流できます！

交流会

- | グループトーク
- | フリー交流

- | ペアトーク