

⑧ キャリア開発

働き方や価値観が多様になる現代、イキイキと働き続けるためには、
「自分で自分のキャリアを考える機会」は重要になってきます。
本ページでは、自身のキャリアを整理しながら理解を深めることで、
前向きに仕事へ向き合えるよう支援する講座を、各ライフステージ
に合わせてご用意しています。



番号	NEW/ RENEWAL	階層別キーワード	開催方式	講師名	定員	チケット枚数
273	NEW	社会人の意識・心構え 自分で考える力 振り返りと改善の意識	オンライン	岩見 紘斗	30名	1枚
日時	2026年 5月 21日（木） 13:00～16:00					
講座名	がんばっているのに、前に進んでいない気がするとき ～仕事の伸び悩みの正体と、そこから抜け出す考え方～					
講座紹介	努力しているはずなのに、「前に進んでいない気がする、成長の実感がない」と感じることはありませんか？ 本講座では、そうした伸び悩みを努力不足や能力の問題として捉えるのではなく、誰にでも起こり得る成長過程の一つとして整理します。伸び悩みのしくみをひも解き、考え方の視点を見直して、次の一歩につなげるヒントを得ることを目指します。					
オススメ受講者	①仕事に取り組んでいるが、成長実感を持てずにいる方 ②周囲と比べて焦りや不安を感じることが増えてきた方 ③今後の成長に向けて、考えを整理したい20代の若手社員					

入社3年以内新卒向け

番号	NEW/ RENEWAL	階層別キーワード	開催方式	講師名	定員	チケット枚数
159	RENEWAL	キャリアデザイン モチベーション理解 自己理解の促進	岡山会場	徳永 智久	20名	3枚
日時	Day 1： 2027年 1月 7日（木） 13:00～17:00 Day 2： 2027年 1月 14日（木） 13:00～17:00					
講座名	キャリアビジョン研修 ～モチベーションの醸成と主体性の確立を図り、未来を切り拓く～					
講座紹介	30歳前後とは、人生の大きな岐路にあたる時期です。この時期の判断が、後の人生に大きく影響します。 本講座では、心理学の情報を活用して、モチベーションの醸成と主体性の確立を図り、自分自身のキャリア開発に必要な考え方と設計方法を学びます。その上で、自分のなりたい姿や実現したいことを、ワークを通じて明確にしていき、自己のキャリアの目標設定と計画の立案を行います。					
オススメ受講者	①今後のキャリアについて立ち止まって考えたい方 ②仕事へのモチベーションや主体性を高めたい方 ③自分らしいキャリアの目標や方向性を明確にしたい方 ※本講座の受講可能者は「25～32歳」の方と限定させていただきます ※本講座は2回連続参加の講座となっております。					

若手～中堅向け

番号	NEW/ RENEWAL	階層別キーワード	開催方式	講師名	定員	チケット枚数
105	RENEWAL	キャリアデザイン 周囲を巻き込む力 傾聴スキル	岡山会場	徳永 智久	20名	2枚
日時	2026年 12月 3日（木） 13:00～17:00					
講座名	チャンスメイキング研修 ～協働により相乗効果を高める方法を身につけ成果を上げる！～					
講座紹介	仕事の成果は、自分一人の力だけで決まるものではありません。 本講座では、仕事で関係する全ての人の力を効果的に活用し、自身の成長及び成果をあげる方法を学びます。 周囲の協力を引き出し、Win-Winの関係を築くためのコツを身に付けることで、自らのチャンスを切り拓きます。					
オススメ受講者	①周囲の協力を得ながら仕事を進めたい方 ②一人で抱え込まず、成果を最大化する方法を知りたい方 ③社内外との関係性を活かしてチャンスを広げたい方 ※本講座の受講可能者は「25～35歳」の方と限定させていただきます					

若手～中堅向け

番号	NEW/ RENEWAL	階層別キーワード	開催方式	講師名	定員	チケット枚数
209	-	キャリアデザイン 自分で考える力 自己理解の促進	オンライン	河野 一朗	30名	2枚
日時	2027年 2月 25日（木） 13:00～17:00					
講座名	人生100年時代のキャリアを考える～40代ミドル層のキャリアプランニング～					
講座紹介	人生100年時代において「40代」とは、キャリアを再設計する重要な節目となります。 本研修では、これまでの価値観を整理して、新しい働き方・生き方の視点を取り入れるために必要な考え方を学習します。 ワークなどで自らを振り返りながら、第二・第三のキャリアに向けて、自律的にプランを描く力を養います。					
オススメ受講者	①これからのキャリアの方向性に迷いを感じている方 ②今後の働き方や生き方に不安や違和感を持っている方 ③第二・第三のキャリアを見据えて準備を始めたい30代中盤～40代の方					

30.40代ミドル層向け

番号	NEW/ RENEWAL	階層別キーワード	開催方式	講師名	定員	チケット枚数
285	NEW	キャリアデザイン メンタルヘルス 自己理解の促進	倉敷会場	本城 稔	30名	2枚
日時	2026年 10月 15日（木） 13:00～17:00					
講座名	ベテランのためのキャリアデザイン研修 ～変化し続ける社会の中で、生涯元気に活躍するために～					
講座紹介	人生100年時代、これまでの経験を「これから」にどう活かすかが問われています。 環境や役割が変わる今こそ、自分のキャリアを一度立ち止まって見つめ直す時間が必要です。 本講座では、これまでの経験や強みを整理し、変化を前向きに捉えながら、これからの働き方や役割を描き直すきっかけをつくり ます。将来について書き出すことで、次の一歩をより自分らしく踏み出すことを目指します。					
オススメ受講者	①定年後などの将来について、漠然とした不安や迷いを感じている方 ②これまで培った経験を活かし、今後も組織や社会に貢献し続けたい方 ③年齢や立場の変化に合わせて、自分の役割を再整理したい50代以上の方					

50代以上ミドル層向け

番号	NEW/ RENEWAL	階層別キーワード	開催方式	講師名	定員	チケット枚数
233	-	キャリアデザイン 振り返りと改善の意識 自己理解の促進	岡山会場	中嶋 佳乃子	24名	2枚
日時	2026年 9月 8日（火） 13:00～17:00					
講座名	女性のためのキャリアデザイン～仕事の向き合い方が変わり、イキイキ働く！～					
講座紹介	女性は男性よりも、結婚や出産などのライフステージの変化によって、仕事への向き合い方に迷いや制限が生じることは少なくありません。本研修では、自分の価値観や仕事観を整理し、将来を見据えたキャリアを描きます。 主体的にキャリアを考え、状況に応じて柔軟に働き続けるための視点を身につけます。					
オススメ受講者	①ライフステージの変化により、働き方に対して不安がある女性の方 ②自分にとっての仕事への向き合い方を、じっくり考えてみたい方 ③仕事の時間をより豊かな時間にしたい方 ※本講座の受講可能者は「女性」に限定させていただきます。					

女性向け