

一人ひとりが自分の人生をどのようにプロデュースするかはその人次第です。自分の人生にとっての価値は何か、どのように充実した日々を過ごすかのヒントを提案します。



## キャリア・カウンセラー/マナー講師

GCDF-Japan キャリアカウンセラー  
ホスピタブルビジネスマナートレーナー  
LABプロファイル・マスタープラクティショナー  
筑波大学大学院教育学修士カウンセリングコース修了

航空会社勤務を経て、現在は私大でキャリアデザインの授業を受け持つほか、企業研修を中心に活動している。特に、ロールプレイやグループワークなどの体験型・参加型プログラムに力を入れ、受講者の気づきを促す研修を提供している。

### 【主な研修テーマ】

- 女性活躍推進：  
「リーダーシップの発揮」「女性活躍のためのキャリアデザイン」  
「女性が求められる役割」他
- コミュニケーション：  
「チームビルディング」「コンセンサス（合意形成）」  
「アサーティブスキルを用いたコミュニケーション」他
- 新入社員研修：  
「ビジネスマナー」「ロールプレイングを用いたコミュニケーション実習」他

### 【主な研修実施先】

都市銀行・地方銀行・証券会社・一般企業・私立大学

### 【執筆】

経済法令社「金融機関行職員のためのファーストブック」共著

### 【メッセージ】

女性に求められる役割は今後ますます多面的になることが予想されます。少なくとも心遣いや思いやり、クリティカルな目線や結果主義、これらの役割を状況に応じて発揮することが求められる中で、どのように役割を果たして行けば良いのか。体験学習を通して自分の得意不得意を知り、不足しているスキルを補強し【しなやか】で【自律】した女性と一緒に目指しましょう！