

知る。伝える。整える。

自分。

自分と向き合うこれからの時間

お申込



働く人のための自己理解と実践プログラム

9/16(WED)

Introduction

プログラム概要説明 参加無料

vol.1～5 全5回

5,000円 ※前払い制



10/14(WED)
Vol.01 見つける
強み発見ワーク
キャリア棚卸し



11/11(WED)
Vol.02 伝える
自己PR・対話力
言葉にする力



12/9(WED)
Vol.03 整える
自分軸の再確認
バランス調整



1/13(WED)
Vol.04 働く
組織の中での自分
らしい働き方



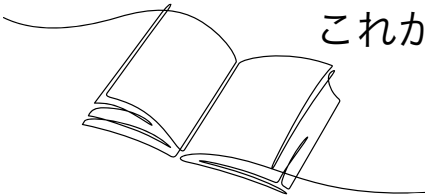
2/10(WED)
Vol.05 深める
将来への道筋を
具体化

「自分と向き合う」

働き方やキャリアの選択肢が広がる今だからこそ、
まず自分自身を知ることが大切です。

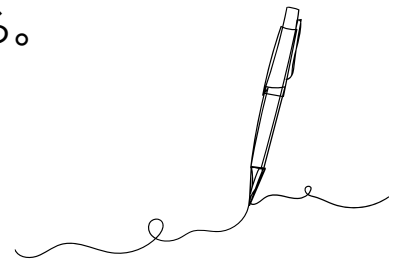
「自分。」は、転職を目的とするのではなく、自分の強みや価値観を見つめ、自分らしい働き方を考えるためのプログラムです。

忙しい毎日の中で少し立ち止まり、
これからの自分と向き合ってみませんか。



Concept

「『働く』と『自分』の距離を近づける 5 か月」
自己理解（内省）から言語化（アウトプット）、
そして組織での実践へと段階的に進むことで、参加者が
「自分らしい働き方」を見つける。



定員・期間

定員15名程度の少人数制。9月～3月の期間で
無料体験1回+月1回、全5回無料体験1回の構成。
じっくり自分と向き合える充実のプログラムです。

Program Overview

ゴール

自分を知る、人に伝える、働き方を整える、
次の行動につなげる。この4つのゴールを5ヶ月
かけて達成します。

料金・形成

参加費は全5回で5,000円のリアル開催！
全プログラム終了後、参加費相当の特典の品をお
渡しします。さらに、全回皆勤された方には「自
分。」修了証を進呈！

Mentor



(株) こまつ賑わいセンター
代表取締役社長 小林太一

山梨県出身。4年前に小松市へ家族で移住。
都市銀行、農業ベンチャー、フリーランス、小松市の新幹線開業担当課長を
経て、まちづくり会社の代表に就任。ビジネスからソーシャルプロジェクト
の企画から実践までの構築を手がける。



(株) こまつ賑わいセンター 中地彩子

アパレル・デザイン業界で、企画、デザイン、スタイリング、広報など幅広い
仕事を経験。大阪から小松市へUターン移住後、企業の企画広報として
ブランディングや地域との連携に携わる。
現在はコミュニティマネージャーとして、人や地域の魅力をつなぎ、地域を
デザインしている。