

Career Design Lab

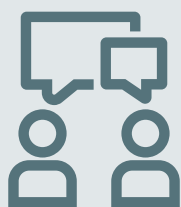
参加者募集中！

社外の仲間とつながりながら、
あなただけの働き方を見つけよう！

地方で働く
若手女性を
応援！



こんなことを目指します



コミュニケーションスキル向上



生成AI等活用



ネットワークづくり

スケジュール

▼ セミナーの内容について、詳しくは養父市HPをご確認ください



DAY 1 令和8年
8月20日 (木)

13時30分～14時20分 ネットワークづくり
14時20分～14時30分 休憩
14時30分～16時30分 コミュニケーション

DAY 2 令和8年
9月30日 (水)

13時30分～15時30分 生成AI等活用
15時30分～15時40分 休憩
15時40分～16時30分 ネットワークづくり

会場

養父市商工会 (養父市八鹿町八鹿1672)

定員

20名

対象

養父市在住在勤 入社1～10年目程度の若手女性

講師

ファシリテーター・コミュニケーション講師
瀧井 智美さん

株式会社ICB代表取締役
ワークライフバランス推進支援コンサル
タントとして活動中。



生成AI講師
黒田 晴美さん

コーチングオフィスAUBE PROJET代表
日々の業務でも生成AIをフル活用する
人材育成のプロフェッショナル



お問合せ 養父市役所市民生活部 人権推進課
Tel: 079-662-7601 Mail: jinken@city.yabu.jp

申込はこちら→
8/17(月) 締切



主催：養父市/養父市男女共同参画推進センター/養父市男女共同参画推進員会議
/兵庫県男女共同参画推進員但馬地域連絡会議/兵庫県立男女共同参画センター（イーブン） 後援：養父市商工会

DAY 1



職場内外で活用できるコミュニケーションスキルについて、「理論」「実践」を通してお伝えします！

- ・アサーティブとは？
- ・こんなとき、どうする？
- ・コミュニケーション3つのタイプ
- ・伝える技を磨く（事例検討）
- ・今後のより良いコミュニケーションに向けて

この内容に加えて、各回でネットワーク形成のためのワークを行います。
ここで出会った仲間と、
楽しく学びませんか？

Q セミナーに参加するにはどうすればよいですか？

A 右に記載の二次元コードよりお申込みください。



Q AIに詳しくないので、セミナーについていけるか不安です。

A 皆様のレベルに合うよう、申込時に到達目標等を確認してからセミナー内容を調整するので、ご安心ください。

Q 対象者は養父市在住かつ在勤者のみですか？

A 在住・在勤のどちらでも対象となります。

その他、ご不明な点があれば人権推進課（☎662-7601）まで

DAY 2

< 生成AI理解編 >

- ・はじめに：生成AIの普及率
- ・生成AIの"勘違い"を正す
- ・部分最適がAI定着を妨げる
- ・社内での生成AI活用を推進するためのポイント

< 生成AI基礎編 >

- ・生成AIの基礎
- ・ChatGPTって何？
- ・プロンプトのコツ
- ・おすすめの生成AI活用法



AIをうまく活用し、
業務効率化を
目指します！

各事業所から派遣いただき
ご参加いただくことを想定
しています。
ご希望があれば事業所へ
説明に伺いますのでお気軽に
お問合せください。

