

2020年8月6日

## withコロナ時代 働き方の変化により産育休者の不安が増加 復職後も人生の舵を切れるキャリアを ～育休コミュニティMIRAIS 自分だけのキャッチコピーを発掘する 「セルフラベル発掘ワークショップ」 オンライン開催 (9月3日・4日)

「育休コミュニティMIRAIS(ミライズ)(以下MIRAIS)」は、産育休者が復職の不安を解消することを目的に、自身の強みや価値観を言語化した自分だけのキャッチコピー(セルフラベル)を発掘するワークショップを9月3日(木)・4日(金)の2日間に渡り開催いたします。



**大好評につき再開催!!**

### セルフラベル発掘 ワークショップ

～強みを生かし、迷いなく生きるため、  
自分だけのキャッチコピーを見つけよう～

9/3-4 AM10:00

**育休からの復帰が楽しみに!**

MIRAIS

### 過去の経験×未来の理想×自己資質で、自分を深掘りした先に見える確かな「強み」

本ワークショップでは、自己診断の決定版「ストレングスファインダー」の資質と「過去の経験」「自分の理想」を深掘りし、自分の長所・大切にしている価値観・キーワードを洗い出します。ワークショップを通して自分自身と向き合い、また、他の参加者との共同作業を通して、自分だけのオリジナルキャッチコピーである「セルフラベル」を完成させます。

育休期間は一般的に「キャリアのブランク」と捉えられ、育休後のキャリア形成に不安を抱える人が多い現状があります。また、コロナの影響やAIの台頭により、働き方が大きく変化しており、産育休者の不安は増えています。

そこで本講座を通じ、他者やAIに代替えできない自分だけの「強み」を見つけ、行動の指針を持つことで、変化の大きい時代の中で産育休者の復職の不安を減らしたいと考えています。

### セルフラベルを発掘することにより、自らが人生の舵を切ることができるように

これまで開催してきた同ワークショップには、約80名が参加しました。

ワークショップに参加した方から「自分の得意な役割が見えてきて、チームの中でうまく活かせよう」、「自分にじっくりくるセルフラベルを作ることができ嬉しい」、「自分の強みや価値観がわかったの

で、それを元に上司と面談したい」等の感想が多数寄せられました。また、実際に復職した参加者からは「セルフラベルを持ちながら働くことによって時間の効果的な使い方が分かり、復帰後もママートラックに陥らずに働くことができた」という声も寄せられています。このように本ワークショップは、産育休者が実現したいキャリアへ自ら人生の舵を切れるようになっていきます。

本ワークは産育休中の方にとって、復職の不安を無くし、働くことが楽しみになることを目指します。多くの方のご参加をお待ちしています。

これからもMIRAISは、産育休者の視点と社会人経験を掛け合わせ、一人でも多く有意義な育休を過ごし、人生を豊かにする人が増えるよう活動を続けてまいります。  
MIRAISがお手伝いできる事案がございましたら、ぜひお気軽にご連絡ください。

## <開催概要>

講座名：セルフラベル発掘ワークショップ

～強みを生かし、迷いなく生きるため、自分だけのキャッチコピーを見つけよう～

日 程：2020年9月3日(木)・4日(金) 各日10:00-12:00 (受付開始:9:45)

※2日間の出席が必須

会 場：オンライン(zoom)

対 象：産休・育休中の方。産休・育休中の男性も参加歓迎です。

参加費：1,000円(税込)

定 員：40名予定(先着)

申 込：参加をご希望の方は下記からご応募ください。

<https://mirais-selflabel.peatix.com>

注意事項：・本講座受講の前に、ご自身でストレングスファインダーを受講いただく必要があります。

・受講に際して、ご自身で事前課題を行っていただく必要があります。

(参加者の方には、申し込みをいただいた後にご案内します)

## <育休コミュニティMIRAIS(ミライズ)について>



団体名：育休コミュニティ「MIRAIS」

代表者：栗林 真由美

発 足：2018年8月

URL：<https://ikukyu-community.amebaownd.com/>



「なんとなく育休をなくしたい」をミッションに、全国各地及び海外からの参加者も在籍。それぞれがキャリア、子育て、自身の成長などジャンルを問わず育休中のテーマを設定し、未来にこう在りたい自分の姿をかたちにするために活動。

メンバー主催のキャリアや子育てなどの考察を深める読書会、外部講師を迎えての勉強会やオンライン交流会など、育休を自己実現の積極的な機会とするためのコミュニティ。その活動はこれまでの育休の概念を変える新しい形として、設立2年目にして日本経済新聞、日本テレビ「news every.」、CHANTO等のメディアに取り上げられ反響を呼んでいます。

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】

育休コミュニティMIRAIS 広報:越智(おち)

電話:080-1715-5560 メール:[ikukyu.community@gmail.com](mailto:ikukyu.community@gmail.com)