

自分らしく働くためのリスキングプログラム

第2回

単発
参加
OK!

眠っていたスキルを見える化！ AIで自分の価値を発見



子育てや介護、仕事など、これまで積み重ねてきた経験は大切な財産です。本講座では、自分では当たり前と思っていた経験を整理し、新たな強みとして再発見します。自分の価値を客観的に捉えることで、自信を持って次のキャリアや働き方を考えられるようになります。

日時 2026年10月7日（水）
10：00 ～ 12：00

会場 すくらむ21
（川崎市男女共同参画センター）
2階 第3研修室

【参加費】 各回2,500円（資料代・税込）

【定員】 各回15名

【優先対象】

テーマに関心のある、川崎市在住・在勤・在学中の女性

【内容】

これまでの経験やスキルに自信が持てない方でも、AIや情報サイト（厚生労働省）を活用することで強みや価値を客観的に整理できます。本講座では、過去の経験を振り返りながら、自分の強みを言語化し、仕事につながる形に整理します。自分の可能性に気づき、次の一歩への自信を育てます。在宅ワークが得られる企業の見つけ方、判断の仕方なども講義でお伝えします。希望者には受講修了証を発行いたします。

【持ち物】

筆記用具とお持ちの方はスマートフォン、パソコン、iPad

【申込方法】

8月30日（日）午前9時～受付開始（※詳細は裏面参照）

【保育】

あり 定員7名（※詳細は裏面参照）

【主催】

ウーマンネットアカデミー&コンサルティング
川崎市男女共同参画センター（すくらむ21）



講師 小山田理佐
ITインストラクター

電子部品メーカーの情報システム部門、出版社で初心者向けパソコン書籍編集・執筆を経て、フリーランスに。その後家族帯同で米国に6年半滞在し、地域でのボランティア活動の経験から帰国後は富士通オープンカレッジでの講師や、横浜市や川崎市の公共機関で地域のICT教育の講師を17年務める。2023年3月 法政大学大学院 政策創造研究科 修了。デジタル庁デジタル推進委員。AI BLOOM JAPAN受講修了。
保有資格：MOS Excel2019, MOS Word2019, MOS PowerPoint2019
講座実績：Microsoft Office全般の初心者・中級者向け講座、SNSの使い方講座、Google活用講座、Zoom活用講座



自分らしく働くための リスキングプログラム



AIをかしこく活用して、これからの働き方に向けた一歩を踏み出しませんか？

第3回 11月25日（水）

「選ばれる私になる！Canva×AIでつくる魅力的な職務経歴書」

10：00～12：00

講師：ITコンサルタント 田仲礼奈

職務経歴書は「自分の価値を伝えるツール」です。本講座では、Canvaを活用しながら、見やすく魅力的に伝わる職務経歴書の作成方法を学びます。強みや経験を効果的に表現し、応募につながる一枚を完成させ、実際の行動へとつなげます。その他、仕事をする際のビジネスコミュニケーション、在宅ワークでの働き方注意点などの講義でお伝えします。

保育あります



- ・対象：1歳～就学前まで
- ・開催の7日前までに要予約
- ・持ち物：飲み物、おむつ、おやつ、ハンドタオル、ビニール袋、着替え（すべて記名）

丸山 恵子 / ITコンサルタント

ウーマンネットアカデミー&コンサルティング代表
シスコシステムズを経て独立。デジタル推進委員、Startup Hub Tokyo
コンシェルジュ。IT&DX、SNS、情報セキュリティ等の幅広い分野でアド
バイザーを務める。AI BLOOM JAPAN講師
Google AI Essentials / Google Prompting Essentials取得



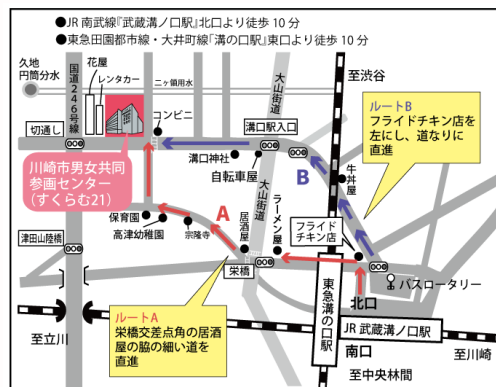
会場：すくらむ21（川崎市男女共同参画センター）

〒213-0001 川崎市高津区溝口 2-20-1 TEL 044-813-0808

【交通のご案内】

JR南武線「武蔵溝ノ口駅」北口より 徒歩10分
東急田園都市線・大井町線「溝の口駅」東口より 徒歩10分

すくらむ21



※ 提供された個人情報は、今回の事業実施のみに利用し、その他の目的で利用することはありません。

お申込み・お問合せは
こちら

『申込方法』
『HP』
『お問い合わせ』

お申し込みはウーマンネットアカデミー&コンサルティングホームページから
<https://www.womanetacademy.com/>
womanet.academy@gmail.com



WOMANET
Academy & Consulting