

# キャリア形成促進研修スケジュール(第1日目)

ねらい: 職業生活の節目に、今までの現有能力の自己分析を行う。  
 職業生活の節目に、今後のキャリア・プランを主体的に立てる。  
 自ら計画的な能力開発を行える自立型人材を育成する。

時間	内 容	使用教材
9:00	集 合(開催場所:本社4F会議室) 研修のねらいと進め方 キャリア形成とは(講義) CADSシートとCADIシートの概要説明  自己のキャリア形成の傾向を知る ・環境変化対応力を点検する  過去の仕事の棚卸しをする ・自分にとってのベストジョブを見つける  リラックス・タイム  自己の強みと弱みを知る ・発揮能力(実務スキルと基本スキル)の自己分析 ・特技や専門知識・スキルの現状  やりたい仕事を考える ・将来取り組みたい仕事を考える ・必要な専門知識・能力・資格を考える	・CADIシート  ・CADSワークシート1  ・CADSワークシート2  ・CADSワークシート3
12:00	(昼 食)	
13:00	これからのキャリア・プランを立てる ・目指したい姿を考える  リラックス・タイム	・CADSワークシート4
15:00	これからのライフ・プランを立てる ・家族、健康、資産形成等  キャリア相談シート・ワークシートまとめ表 の作成	・CADSワークシート5  ・CADSワークシート6、まとめシート
17:00	(まとめ)	

各人が当日準備するもの

・筆記用具

総務部が当日準備するもの

・CADSシートとCADIシート一式