

# Watalab.

参加型 女性のライフシフト起業セミナー

## わたラボ

人生100年時代をわたらしく、  
楽しく働きたい人のためのラボラトリー

働き方や生き方の価値観が多様化する時代。

やりがいや生きがいを感じながら、自分らしく働きたい女性の新たな生き方の選択肢を広げるため、起業や仲間づくりを応援するセミナーを開催します。  
あなただけのマルチステージのライフプランを考えてみませんか。



### “自分らしく働きたい!”仲間と一緒に考える

- 今の仕事・働き方・生活を続けるか悩んでいる
- 得意なことや、やりたいことを仕事にしたい
- 起業に関心はあるけど、一歩踏み出せない
- 同じ思いをもった仲間がほしい

実施期間 **9月4日(日)~12月18日(日)** 参加費 **6,000円** ※全てのセミナーにご参加いただけます。

会場 ①福岡市男女共同参画推進センター アミカス(福岡市南区高宮3-3-1)  
②スタートアップカフェ(福岡市中央区大名2-6-11)

アクセス ①西鉄大牟田線 高宮駅西口すぐ ②地下鉄空港線 赤坂駅、西鉄大牟田線 福岡(天神)駅

参加条件 ・福岡市内に居住、または通勤している女性  
・各回にご参加可能な方 ※スキルアップセミナーは参加希望制です。

託児 ライフシフトセミナーおよびビジネスアイデア発表会は託児あり(無料)。  
生後6ヶ月から小学校3年生まで。8月24日(水)までに要予約。



詳細はこちら  
<https://watalab2022.com>

### Program

Program 1

考える

ライフシフトセミナー

自身の強みや価値観を掘り下げ、  
これからのライフプランを組み立てる

参加必須

9/4(日)~10/2(日) 全5回

Program 2

学ぶ

スキルアップセミナー

やりたいことを実現する  
スキルを身に着ける

任意参加

11/5(土)~12/4(日) 全5回

Program 3

発信する

ビジネスアイデア発表会

自身のライフプランや  
事業アイデアを発表する

参加必須

12/18(日)

## Program1 ライフシフトセミナー

参加必須

9月4日(日)～10月2日(日) 全5回

📍アミカス

### 第1回 人生100年時代のライフシフトとは

9/4(日)10:00～11:30 講師:吉原さくら

「人生100年時代」、生き方・働き方の大きな変化を理解し、自分らしく、やりがいをもって働き続けるための「ライフシフト」の必要性についてご講演いただきます。

#### 講師プロフィール

日本経済大学 経営学部 教授。専門は、行動分析学。学生や社会人のキャリア支援・起業支援を行っている。はじめは技術者として就職したが、コンサルティング会社を経て独立。現在は、自社の事業を行いながら大学で教鞭をとり、マルチステージの生き方を実践中。



### 第2回 経験者に聞く!「わたし」のライフシフト

9/11(日)10:00～12:00

トークゲスト:野村香(のむら社労士事務所代表)、麻生有花(スタイルクリエイト株式会社)

ライフシフトや起業経験のある女性の話を聞いて、「自分にとってのライフシフト」についてグループディスカッションを通して考えます。

### 第3回 ライフチャートで 今までの「わたし」を振り返ろう

9/18(日)10:00～12:00

今までの自分の人生をライフチャート表に書き出し、自分の強みやキャリアアンカーを掘り下げるワークショップを行います。

人生100年時代、

## 「やりたいことを仕事にしたい!」 「自分らしい生き方って?」

そんな思いを持つ、あなたのこれからの人生を考えるプログラムです。同じ思いをもった参加者とディスカッションしながら、より実践的にあなた自身のライフプランや事業アイデアを考えていきます。

同時に、一緒に進む仲間を見つけるのも大歓迎です。

### 第4回 これからの「わたし」が輝く ライフプランを立てよう

9/25(日)10:00～12:00

アドバイザー:松永幸子(一般社団法人女性起業家スプラウト代表)、荒木由香(スタートアップカフェ コンシェルジュ)

ライフチャート表を参考に、目標とアクション、スケジュールを明確にし、実際にライフプランや事業アイデアを作成します。

### 第5回 ライフプラン発表会

10/2(日)13:00～16:00

ゲスト:松永幸子(一般社団法人女性起業家スプラウト代表)、藤見哲郎(スタートアップカフェ コンシェルジュ)、深澤由美(株式会社アイ・ビー・ビー チーフコーディネーター)

ライフプランを発表します。今後の自分の生き方、目標達成までの計画を宣言しましょう!

## Program2 スキルアップセミナー

任意参加

11月5日(土)～12月4日(日) 全5回

📍スタートアップカフェ

任意参加のセミナーです。オンラインでのご参加も可能です。ご自身のビジネスに必要なスキルを習得できます。

※セミナーは①10:00～②14:00～の2部制です。(各回90～120分)

スケジュール ※詳しくは、わたラボ公式HPをご確認ください。(表面QR)

- 11/5(土) 想いを伝える!営業トークセミナー
- 11/13(日) 実践!創業計画書の書き方講座
- 11/20(日) はじめてのExcel事業計画作成セミナー
- 11/27(日) 便利ツールも活用しよう!確定申告基本のキ
- 12/4(日) 「なんとなく」から抜け出す!SNS販促実践セミナー

## Program3 ビジネスアイデア発表会

参加必須

12月18日(日) 13:00～16:00

📍アミカス

ライフプランを実現するための事業アイデアの発表会。ライフプラン発表会で選ばれた上位5組に、事業アイデアを発表していただきます。各種企業様や講師によるフィードバックが受けられます。



事業アイデア作成時は、スタートアップカフェのコンシェルジュにお気軽にご相談ください。

スタートアップカフェは無料でご利用いただける起業支援施設です。ご予約方法はスタートアップカフェ公式サイト、または下記までお問合せください。

セミナーに関する  
お問合せ

カルチャー・コンビニエンス・クラブ株式会社 (担当:佐藤)

080-3940-9455 受付時間  
10:00～17:00

「わたラボ」お申込みフォーム(8/1受付開始)

1. QRコードからアクセス、フォームへ入力。

2. 3日以内に担当者より申込完了のご返信

※スキルアップセミナーのお申込みは、9/4以降です。

