厚生労働省 令和8年度キャリア形成・リスキリング推進事業
(本事業は厚生労働省より株式会社パソナが受託し、運営しています)

中高年齢層人材を、組織の“力”に変える。

ミドル・シニア いきいきキャリアプラン塾

連続4回のセミナーと参加者同士の経験交流で、キャリアプランニングをサポート！

実施のメリット

1 企業の中高年齢層の活用促進支援

定年延長や人材不足が進む中、ミドル・シニア層の活躍は企業にとって重要な経営課題となっています。4回の講座と経験交流を通して、中高年齢層の活性化や、自律的な学び直し・リスキリング推進を支援します。

2 中高年齢層の従業員のモチベーションアップ

キャリア・マネー・リスキリングを一体的に考えることで、将来への不安を整理し、前向きな行動変容につなげます。同世代との対話やワークを通して、自分らしい働き方や今後の方向性を明確化します。

3 企業の課題に応じてフレキシブルに対応

開催時期・実施方法・参加人数など、企業の課題や状況に応じて柔軟に対応します。「人数が集まらない」「全4回の実施が難しい」などのご相談も可能です。厚生労働省事業として、講座・キャリアコンサルティングともに無料で実施します。

ご利用の流れ

Step 1 事務局へご連絡
まずは47都道府県にあるキャリア形成・リスキリング支援センターまでお気軽にご相談ください。

▶

Step 2 ヒアリング
参加対象者層や実施目的等についてヒアリングを行い、貴社の課題やご要望を踏まえた実施内容をご提案します。

▶

Step 3 セミナー実施
参加者同士の経験交流を交えながら実施します。セミナー後はキャリアコンサルティングにて個別フォローも可能です。

お申し込み・お問合せ

全国47都道府県に「キャリア形成・リスキリング支援センター」がございます。
下記より最寄りの支援センターへお問合せ、お申し込みください。

URL:https://carigaku.mhlw.go.jp/otw/

キャリア形成リスキリング推進事業
厚生労働省委託事業

PASONA

各日程詳細

企業のニーズ・要望に応じて開催いたします。ぜひご相談ください！

テーマ	概要
第１回 キャリアの振り返り	**ライフラインチャートでこれまでを振り返る** ～ジョブ・カードを作成する～ ライフラインチャートとジョブカードの作成を通し、これまでのキャリアを振り返り、棚卸しをすることで自分の現在地を知ります。「価値観」「興味・関心」「強み」を再確認しながら、グループディスカッションを通してご自身にとっての今後の職業人生とは？を考えます。
第２回 リスキリングの方向性検討	**Will・Can・Mustの明確化** ～中長期的なキャリアビジョンを描く～ キャリアを考える上で重要な3つの要素である「Will（やりたいこと）」「Can（できること）」「Must（やるべきこと）」を、ワークやディスカッションを通して明確化し、ご自身のなりたい姿に向けて必要なリスキリングの方向性を検討します。
第３回 マネープランについて学ぶ	**キャリアとマネーは両輪** ～年金と保険の理解と実践的なマネープランの作成～ 将来に向けたお金の課題を可視化するために「マネープラン」の作成について学びます。マネープランを考えるためのツールである「シミュレーションシート」の作成方法を学ぶとともに、プランの見直しのポイントなどをディスカッションを通して考えます。
第４回 多様なキャリアデザイン	**多様なキャリアの選択肢を探る** ～中長期的なキャリアプランニング～ 定年後・雇用延長後のキャリアは多様化しており、様々な選択肢があります。 ワークとディスカッションを通して、自分らしい働き方について考え、今後のキャリアプランニングを仲間と一緒に探求します。
キャリアコンサルティング	～講座で考えたプランをより深め、今後の取り組みを設定する～

キャリアコンサルティングとは

キャリアの専門家であるキャリアコンサルタントに、今後のキャリアについて１対１でご相談いただけます。
キャリアプランのブラッシュアップをサポートします。

- **学び直しやリスキリングについて考えたい**
- **セカンドキャリアについて考えてみたい**
- **人生設計を見直したい**
- **自分の強みや価値観を明確にしたい**

キャリアプラン塾を受けた方の声

事務職／40代／正社員

自分のことを落ち着いて考える時間になりました。いろんな思いや悩みを抱えている方々とのディスカッションができたことも大変意義深かったです。定年＝引退ではない、自分サイズの働き方を実現させるためにも、新たなスキルやマネープランの見直しが有効と感じました。

技術職／50代／正社員

人生折り返しの年齢となり、自分のキャリアを活かして何ができるのかを考えるきっかけになればと思い参加しました。自分ひとりではできなかった言語化が講座を通してできたことで、自分なりのキャリアプランを考えることが楽しみになりました。楽しく学びが多いので、同世代で時間がないと思っている方にこそお勧めしたいです。

お申し込み受付中!!
詳しくはこちら ➡

キャリア形成・リスキリング推進事業

URL:https://carigaku.mhlw.go.jp/otw/

キャリア形成 リスキリング 推進事業
厚生労働省委託事業