

自分のトリセツを考える ー自己理解ワークショップ

2026.12.12 (土)

10:30～15:30

開催！



会場

信州大学松本キャンパス
附属図書館 中央図書館
2階セミナー室



対象

コンソーシアム加盟大学の
全学生



募集人数

対面 30名(先着)
Zoom 100名(先着)

こんな人におすすめ！



- 就活の自己分析を進めたい
- 自分の強みや価値観を知りたい
- やりたいこと・進路を整理したい
- これからの大学生活の軸を作りたい

タイムスケジュール

- 10:30～12:30
アイスブレイク、
講義、対話、
ワーク①～②
- 12:30～13:30
昼休憩
- 13:30～15:30
ワーク③～⑤、
セルフチェック

主催

高等教育
コンソーシアム
信州



申込締切：12月6日(日)

詳細・お申込みは
こちらから↓



講師プロフィール 霜鳥 光氏

総合人材企業で営業・管理職を経験後、2014年に人材育成会社を設立。2011年より信州大学「キャリア形成論」非常勤講師、同年、長野市に就職活動支援の「内定塾」を開設。学生から社会人までのべ4,000人の相談に向き合い、「自分の人生は自分で創る」ことを伝え続けている。研修実績3,600回超、国家資格2級キャリアコンサルティング技能士。長野県職業能力開発審議会委員。



保有資格

- ✓国家資格2級キャリアコンサルティング技能士
- ✓国家資格キャリアコンサルタント
- ✓日本メンタルヘルス協会認定心理カウンセラー
- ✓両立支援コーディネーター
その他多数

お問い合わせ

高等教育コンソーシアム信州事務局 (信州大学 学務部学務課教務グループ)

☎ 0263-37-2427

✉ office@c-snet.jp

※イラストにAI生成画像 (Gemini) を使用しています。