



◆◇ 吉澤 飛鳥 (よしざわ あすか) ◆◇

経営管理修士(MBA)

関西学院大学経営戦略研究科修了

神戸学院大学 全学教育推進機構 講師

厚生労働省認定・キャリアコンサルタント能力認定試験合格

CDA (キャリア・ディベロップメント・アドバイザー) 米

国 NLP 協会認定 NLP マスタープラクティショナー

メンタル・ヘルスマネジメント検定Ⅱ種合格

略歴

福井県出身、神戸市在住。大阪外国語大学でスウェーデンの労働環境について学ぶ。同大学卒業後、スウェーデン政府系貨物会社や P&G ジャパン株式会社マーケティング本部を経て、自らのワークライフバランスを考え、2010 年にキャリア・コンサルタントとして独立。2018年より、神戸学院大学全学教育推進機構 講師。

働く女子をサポートしていくことを目的に、研修企画・実施・カウンセリングを中心におこなっている。

企業・大学や自治体でワークライフ・バランスについての講演を実施し、自らが家庭と仕事を両立してきた経験から、ワーク・ライフ・スマート（自分の能力を上げ効率よく働き、プライベートも仕事も充実させること）を提唱している。

プライベートでは2児の母。

活動フィールド

働く女性ワーク・ライフ・バランス推進支援（残業削減・モチベーションアップ） 目標達成支援（カウンセリング・コーチング）、キャリアデザイン、時間管理

主な実績

神戸学院大学・帝塚山学院大学・摂南大学・大阪情報コンピューター専門学校

大手企業次世代リーダー研修・管理職研修

ワーク・ライフ・バランス＝ワーク・ライフ・シナジー（仕事と生活の相乗効果）

【企業と従業員が WIN×WIN な関係構築のサポートをいたします】

企業側の WIN

- \*残業代カット
- \*多様な働き方による多様な組織
- \*メンタル疾患防止

従業員側の WIN

- \*生活の充実
- \*モチベーション UP
- \*自己啓発・社外のネットワークの充実

必要な  
こと

- \*タイムマネジメントによる業務効率化
- \*システムの見直しによる業務効率 UP
- \*キャリアデザイン、モチベーションアップ
- \*多様性への理解
- \*コミュニケーション・傾聴・承認
- \*ワーク・ライフ・バランスの必要性理解