

令和6年度『わたし×未来を切り拓くワークショップ』開催報告

ワークショップ(全4回)

ジェンダー平等を実現し、“自分らしく活躍する”未来を描くワークショップを開催しました。

【1回目】 令和6年9月 29 日(日曜日)

テーマ:「私の魅力を育くむ一歩」

ねらい:参加者に自己の特性や価値観、可能性を考える機会を提供することで、自分が本来持つ強みを見つけるとともに、その強みを発揮しながら自信を持って活躍するための考え方を学ぶ

講師の久保田氏は、2023 年8月にご夫婦で起業し、様々な悩みや心配を抱えながらも、子どもの頃からの自分と向き合いながら、自分の個性や特性知り、自分のやりたいことを叶えるまでのエピソードを話され、参加者たちは、自分の願いや思いを実現するために必要な考え方や行動などを学びました。

また、自分の成長や幸福度を高めるための重要な要素は何かを学ぶため、参加者同士で自分の強みや好きなことを言葉や文字に起こし、自分の内面を見るワークショップに取り組みました。併せて、価値観を知る・引き出すためのカードを利用して、グループ同士で価値観を共有し、相互理解を深め合いながら交流しました。



◇講師 野山の楽校
久保田 純子 氏



◇ワークショップ講師
隈崎 和代 氏

【参加者の感想】

- 🌈 社会の中で自分の価値をどう活かし、発揮するか考えるきっかけになった。
- 🌈 自分自身を見つめ直し、自分らしく生きることは大切なことだと勇気もらった。
- 🌈 一人では見つけることができない、自分の知らない強みや弱みを、皆さんと楽しく発見することができた。

【2回目】 令和6年 10 月 20 日(日曜日)

テーマ:「私の未来を広げる旅」

ねらい:参加者が自己の能力に自信を持ち、リーダーシップを発揮するための手法等を学ぶ

市内に居住し、主にイベントやマルシェ等を通じて活動している3名の女性起業家をゲストに、モデレーターとトークセッションを行いながら、活動に至るまでのきっかけや起業までの道のりなどを話していただきました。

子育ての経験等が現在の起業の繋がっていることや、自分らしい生き方や働き方等について話題が膨らみました。

また、フリーランス編集者の上氏は、色々な経験や体験を通して、編集者という職業を選択したことで、さらに自分の個性や特性を見つけ、仕事として活かすことができたというエピソードから、参加者はやりがいを見いだせる仕事を見つけるヒントや人と人とのつながりの大切さ等について学ぶことができました。

最後に、自分のやりたいことへの一歩を踏み出すため、キャリアプランシートを活用し、具体的な目標を書き込むワークショップに取り組みました。

◇モデレーター: 笑花 氏 (鞍掛 氏 まるごみ大隅実行委員長)

◇パネリスト: 前田 氏、小川 氏、真戸原 氏(女性起業家)

◇講師: 上 泰寿 氏(フリーランス編集者)

◇ワークショップ講師

隈崎 和代 氏



【参加者の感想】

- 🚩 同じ子育てをする者として、共感することが沢山あった。困難な状況の中でも、自分らしく活動する皆さんに勇気をもらった。
- 🚩 人を喜ばせたいという強い想いを持って、色々な人との出逢いを大切にしながら活動されている姿に感動した。
- 🚩 5年、10 年先の自分がどんな自分でありたいか、じっくりと考えることができた。自分のことを見つめ直すきっかけができた。

【3回目】 令和6年 11 月17日(日曜日)

テーマ:「私の未来の着地点」

ねらい:女性活躍・ジェンダー平等に向けたアイデアを話し合い、企画するための手法を学ぶ

飲食店経営、顔ヨガインストラクター・ヨガインストラクターの久保園氏は、本事業に昨年度から参加されており、今回はワークショップ講師として登壇されました。お店の経営と子育てを両立しながら、自分を見つめ直しチャレンジする姿は、参加者が前向きな意欲を持つ気持ちの後押しとなりました。

また、地域おこし協力隊の黒坂氏は、地球一周の船旅の経験などを通し、広い視野で人生を考えながら、様々な人との出会いによって新しい自分を見つけることができたことを、これまでのキャリアを振り返りながら話をされました。

ワークショップでは、グループ同士でジェンダー平等に向けた取組実践に繋がるアイデアを出し合い、グループ同士で発表しました。

参加者である女子高の家庭クラブの取組が、地域生活の充実や向上を目指す実践的な活動であることが話題となり、女子高生の活動をもっと知りたい、応援したいという声も上がりました。

◇講師 久保園 美保 氏(飲食店経営 顔ヨガ・ヨガインストラクター)

◇ワークショップ講師

◇講師 黒坂 美音 氏(鹿屋市地域おこし協力隊)

隈崎 和代 氏



【参加者の感想】

- 🌈 お店を経営されながら、人を元気にしようと懸命に活動するエネルギーに感動した。“自分らしさ”も常に意識し続けたい。
- 🌈 世界一周の旅も、興味を持ったことに挑戦する姿勢も、自分にはないものばかりで、様々な考え方や生き方があることを教わった。
- 🌈 他の方と対話しながらワークショップを体験することができて、自分自身を客観的に捉えることができた。

【4回目】 令和7年1月12日(日曜日)

テーマ:「未来へ続く私への手紙」

ねらい:これまでの振り返りと、現実を活かせる目標や行動計画を具体化(アイデアの発表)、参加者同士の交流

元地域おこし協力隊の高田氏は、将来選択において自分のやりたいという思いを常に考えながら行動する中で、それでも自分の行動に責任を持ち、しっかりとやっていけば、必ずそれを応援してくれる人がいる。どんなピンチでも“きつとなんとかなる”という気持ちを忘れないでと参加者を勇気づけました。また、株式会社 KAGO 食スポーツ取締役の長島氏は、栄養士としての立場から、女性の健康維持に必要な栄養や健康維持のポイント等について話され、参加者は将来にわたって心身共に元気で活躍し続けるためのヒントを得ました。

最後は、鹿屋女子高等学校の家庭クラブ皆さんが、具体的な実践活動に繋げる成果発表を行いました。家庭クラブの皆さんは、市のイベントや、地域課題解決に貢献した活動を展開しており、本事業に継続的に参加しています。成果発表では、高校生ならではの発想でアイデアを出し合いながら、地域とのつながりを大切に、もっと鹿屋市を盛り上げたい、鹿屋市の魅力を広めたいと、“ばらをいかした製品づくりや染色”について取り組んだ成果等を発表しました。

参加者は、これまでを振り返りながら、自分自身の内面に向き合い、さらに具体的な活動実践に繋げていきたいと意欲を高めるとともに、交流会を通して親睦を深めました。

◇講師 高田 奈生 氏(元鹿屋市地域おこし協力隊)

◇講師 長島 未央子 氏(株式会社 KAGO 食スポーツ取締役)

◇ワークショップ講師

隈崎 和代 氏



【参加者の感想】

- 「なんとかなる！」と物事をポジティブに考える思考やが、色々なことへ挑戦し続ける原動力になることを学んだ。
- 性別に関わりなく、自分の個性を活かして働き続ける環境づくりをもっと進めていかなければならないと感じる。
- 地域の課題解決のために色々なアイデアを出し、活動している女子高生の取り組みはとても素晴らしいと思う。地域一体となって、もっと取り組みを広げたい。
- 活躍し続けるための基本となる「食」の大事さと、自分の身体と正しく向き合うことの大切さを改め知ることができた。