

女性の活躍を  
サポートします！

# 女性のチャレンジ通信

vol.5

地域活動や社会活動を始めたい、活動を広げたい、情報が欲しい…！  
そんな女性たちの“チャレンジ”をサポートする場所「女性チャレンジ応援拠点」。  
開室時間は常時女性のコーディネーターや専門スタッフが在室。  
あなたのお話をうかがいます。そんな拠点からお届けする、ニュースレターです。



## ✿ スタッフコラム「ときどき見直して、また一步前へ」

季節が変わろうとしています。今年の夏は本当に異常なくらいの暑さでしたから、秋にどっと疲れが出ないよう、みなさまお気をつけくださいませ。

気をつけるといえば、何かにチャレンジしている時も、ただただ前に進めていけばいいというものでもありません。ときどき立ちどまり、今やっていることに気をとめて、眺めて、見直すことも重要です。

そこで覚えていてほしい、『チャレンジであなたも人も成長する訓』を1つご紹介します。

「ときどき〈今〉を見直して、

〈自分ならではの〉のチャレンジに磨きをかける！」

ビジネスの世界では一般的な、ものごとを管理するためのプロセス「P・D・C」は、計画（Plan）を実行（Do）したら必ずチェック（Check）し、ブラッシュアップさせて、次の計画へつなげる、という意味ですが、その「チェック」が疎かになりやすい。「計画」は夢のある作業といえますが、「チェック」はシビアな作業です。無意識に、避けたくなるのかもしれませんが。



『日常業務は戦略的業務を駆逐する』という言葉もあります。人は、日常の目にみえる仕事



には反応できても、目にみえない未来のための仕事にはなかなか反応しづらいものです。そのうち、社会の変化に対応できない状況になる、という意味です。平たくいえば、目の前の慣れ親しんだ事ばかりしていても飛躍にはつながりませんよ、ということではないでしょうか。

だから、管理のプロセスには必ず「C」（Check）がついています。チェックしましょう、見直しましょう、と勧めています。でもなかなか自分自身ではシビアにはなりにくいものです。こういう時に「もってこい」なのが、「女性チャレンジ応援拠点」！

さまざまなチャレンジの最中のみなさん、チャレンジのために今の働き方や生き方を見直そうと考えているみなさん、どうぞ「女性チャレンジ応援拠点」へお越しください。お一人おひとりに寄り添い、シビアな視点を持ちながらも温かく、みなさんを叱咤激励＆応援いたします！スタッフ一同お待ちしております。

あなたにぴったりの活動のしかたを  
一緒に探していきます。  
まずはお気軽にお越しください！



スタッフ

## ✻ イベント報告

女性チャレンジ応援拠点では、地域活動や社会活動を始めたい、活動を広げたい女性たちを対象に、ステップアップのきっかけになるようなワークショップや交流会などのイベントを開催しています。

ロジカルシンキング

### 伝える！説得する！論理的思考入門&ランチ交流会

平成 30 年 6 月 30 日（土）10 時～13 時

会場：クレオ大阪中央

講師：伊東廣賀さん（CDM代表、研修コンサルタント）



チャレンジ応援拠点を訪れる女性たちの相談の中でも、活動に対する熱い思いをたくさん「お喋り」することはできても「論理的に考え、伝える」ことが苦手という声は、多数寄せられています。仲間同士では、感覚的に通じ合ったり分かり合ったりすることが出来ても、支援や協力を得るために、対外的に企業や役所、協働相手に説明するとなると難しい…そんな声を反映して、今回の女性チャレンジ応援拠点のセミナーは【論理的思考（ロジカルシンキング）】をテーマに、論理的な説明で相手を納得させ、活動の広がりにつなげる「伝え方」を学ぶ内容で開催しました。

講師は、多様な対象に向けたオーダーメイド型の研修を全国で数多くこなされている伊東廣賀さん。「相手のニーズを想定して、伝え方を変える」というお話の中



では、伊東さん自ら企業の社員研修向けや異業種交流会向けなど、相手に合わせた数パターンの「自己紹介」のデモンストレーションを見せて

いただきました。参加者の女性たちも「想定する交渉相手に、自身の活動の利点を紹介し、相手のニーズを満足させる説明をする」という本質的なことを体感出来たようでした。

情報整理の仕方や伝え方の骨組みづくりなどを解説いただいた後、ワークショップにも取り組み、お隣の方とシェア。相手からのフィードバックによって新たな視点に気づいた等の声も多かったです。解説だけではなく簡単な例題を繰り返す行うことで、感覚として身につける練習を多数盛り込んでいただきました。

後半のランチ交流会では、グループに分かれて互い

の活動紹介やセミナーの感想などを共有。名刺交換や、拠点スタッフが利用者同士を繋ぐご紹介等も行い、盛り上がりました。PRタイムでは、女性チャレンジ応援拠点を利用することで自身の活動の展開に繋がった体験談なども発表いただきました。

終了後は、女性チャレンジ応援拠点に移動して、引き続き交流される方も多数おられました。個別相談をされたり、その場で意気投合し、他のイベントでのコラボをすることを決めた2人もおられました。また、このセミナーで学んだ内容をもとに、作成した資料を拠点にプレゼンしに来てくれた参加者の方もいらっしゃいました！

自分の思いやアイデアを誰かに聞いてもらいたい時、考えを整理したい時、どうぞチャレンジ応援拠点へお越しください。まだまだ「論理的」に話せなくても大丈夫。あなたのチャレンジを応援するスタッフが、女性チャレンジ応援拠点でお待ちしております！



#### 参加者の声

「『わからないことに対しては、意思決定できない』というのが、非常に印象的でした。相手によって説明を変えていくことが重要とわかりました。」

「ワークがあったのが分かりやすかった。隣の方とシェアすることで違う切り口があることに気づけました。」

「自分の考えをフレームワークに落としこんでいくことで、整理しやすくなることがわかった。」

## 🍀 チャレンジの先輩にきく！ 活動を始めるヒントvol.13

### 一人ひとりに"色彩"で寄り添う リハビリカラーの可能性

川西 真寿実さん  
(ひというプロジェクト 代表)



#### ホスピタルアートとの出会い

体調が思わしくない時や闘病中の人に「自分らしく、明るく見える色」で笑顔になってもらいたいと医療や福祉の分野に“色で元気を届ける”活動をしている「ひというプロジェクト」の川西真寿実さん。

以前より、空間の色やデザインから人が受ける影響に関心を寄せていた川西さんは、ある時体調を崩し、身につける色の影響でさらにしんどそうに見える自分の姿に気づきます。そこから、病状の変化や薬の副作用の影響などで顔色がさえない方にこそ、色の力を有効に使えるのではと思いつきます。

欧米では、患者さんや来院の方を癒す美術作品を病院内に展示する「ホスピタルアート」が確立しています。個別の課題に寄り添い、色による外見ケアやストレス緩和につながる色の活用、患者さんの個性に合わせたホスピタルアートを作って、色味の少ない医療環境に導入したい！と、川西さんのチャレンジが始まりました。

#### オリジナルにこだわった“自分らしい活動”を追求

実家はシルクスクリーンの工房で、色彩に囲まれ育った川西さん。その後、美術や写真の表現についても学びます。その時の恩師の言葉が、「他人の真似をしないこと」でした。色彩理論を学び終えて、自分にしかできない色との関わり方を模索していた頃、女性チャレンジ応援拠点の開設を知ります。そして、ここでもう一人の恩師との出会いがあったそうです。



ファッションの為ではなく、医療や福祉の分野に色で新しい世界を切り開きたいという思いを持っていた川西さん。女性チャレンジ応援拠点のコーディネーターで中小企業診断士の

リー・ヤマネ・清実さんが担当する水曜日夜の開室日に初めて立ち寄ったことをきっかけに、それからなんと7週連続で来室されます。方向性が絞り込めず、どこから着手すべきかわからない中、「とにかく軸となる考え方を人に伝わる言葉にする努力を」「活動の方向性はやっているうちにおのずと見えてくる」等、リーさんからのアドバイスで、その後の行動が変わったと言います。他のスタッフも、皆が「また報告しに来てくださいね！」と言ってくれる事にも励まされたそうです。

色々な人に支えられ、平成29年、川西さんがこだわった「人と人」「ひとりひとり」「十人十色の生きる色」をコンセプトにした「ひというプロジェクト」を設立することが出来ました。

#### 病気や課題と向き合う人にも“色彩の力”を！

川西さんが今、一番力を入れているのが、パーソナルカラーを医療向けに発展させた「リハビリカラー」（商標出願済）の活動。病気や障がい、見た目に関性を持つ方に対して、その人の“ひという”に本当に似合う色を提案し、自己肯定感を高めてもらうことをめざします。病院、患者さん、医療スタッフや家族が、色で笑顔になれる場を作りたいという川西さんの思いは、大阪市立総合医療センター、大阪母子医療センターの他、ホスピスやがんサロン、発達支援施設、最近ではアルビノ（生まれつき髪や肌の色素の少ない特性）の方々との『色を楽しむカラーセッション』、各種交流会や研修等の活動に広がっています。

今後様々な課題を感じる人が、色を味方につけて力強く生きていくことを応援したい。「本当に似合う色を知って、作って、身につける」独自のワークショップに、あえて病院にも色布と絵の具を持って行く。川西さんのチャレンジはこれからも進化し続けます。



ひというプロジェクト

<https://www.hito-iro.com/>

<https://www.facebook.com/hitoiro1116/>

2018年11月に医療環境のアートを提案する展覧会を開催予定。詳細はホームページへ。

## イベントのご案内

企画担当者がホンネで話す！

### 人が集まる講座のコツ&依頼したくなる講師像 ランチ交流会つき

「資格や特技を生かして講座を開催したい！」…そんな思いを持つ女性は増えています。しかし、講座開催するために準備すべき事、企画する時のポイントを知っている人は、案外少ないかもしれません。

「人気講座の秘訣は内容だけじゃない!?」「一緒に仕事をしたい、と思わせる講師とは??」学びスペースや公共施設の企画担当者が、ホンネ&裏話を語ります！

日 時：平成30年10月27日（土曜日）10時30分～13時

講 師：時任 啓佑さん（株）まなれば（OBPアカデミア）営業部マネージャー

女性チャレンジ応援拠点スタッフ（大阪市男女いきいき財団 クレオ大阪企画担当）

対 象：地域活動・社会活動に参画する意欲を持つ女性

定 員：40名（申込先着順）

参加料：500円

申 込：電話・FAX・メールにて、イベント名・氏名・年齢・

連絡先（電話・ファックス番号）・受講動機を添えて下記事務局へ。



申込フォーム



## お気軽♪ミニサロン 参加無料 一部材料費あり

拠点に人が集まり、知り合うきっかけになる、ミニ講座やおしゃべり会を随時開催しています！雰囲気を知りたい方、どんなふうに活動を始めたか聞いてみたい方、自分の活動についても話してみたい方、情報交換したり、一緒に作業をしたりしながら、みなでおしゃべりしてみませんか。開催情報は、Facebook、ホームページでご確認ください♪



集客UPのための「チラシ部」

・・・今年度開催したミニサロン・・・

- 読んだつむりの読書会
- 集客UPをめざすあなたのための「チラシ部」
- エンディング&生前整理サロン
- 「食」で活動したい人サロン
- 「ハンドメイド」で活動したい人サロン など



「ハンドメイド」で活躍したい人サロン



エンディング&生前整理サロン



私もこんなミニサロンを開催してみたい！というアイデア・企画がある方は、チャレンジ応援拠点へご相談ください♪



イベント情報、メンバー限定案内などなど…  
各種、情報発信しています！

ホームページは  
こちらから



facebookは  
こちらから



LINE@ やっています！  
友だち登録はこちら



編集・発行 女性チャレンジ応援拠点

場所

大阪市天王寺区上汐5-6-25

クレオ大阪中央 4階

電話・FAX

06-7659-9640

e-mail

women-kyoten@danjo.osaka.jp

運営団体

大阪市男女いきいき財団

開室日

※日・月曜日、祝日、祝休日の翌日は休室

| 火                   | 水                   | 木                   | 金                   | 土                   |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 10:30<br>↓<br>12:30 | 18:00<br>↓<br>20:00 | 13:00<br>↓<br>15:00 | 10:30<br>↓<br>12:30 | 13:00<br>↓<br>15:00 |

開室時間内は自由に入出りいただけます。お気軽にお立ち寄りください。

事務局 電話

06-7656-9040

事務局 FAX

06-7656-9045

