女性の活躍をサポートします！

女性のチャレンジ通信 vol.7

地域活動や社会活動を始めたい、活動を拡げたい、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、ニューズレターです。

スタッフコラム「良質なつながり」が拓く、可能性

ようやく夏が過ぎようとしています。そして、新しい時代「令和」になって初めての秋がやってきます。みなさんにとって、どんな実りの季節になるでしょうか。

「令和」の考案者とされる方が、新聞のインタビューに応えた記事の中に、「良質な生きる意志」という言葉がありました。

「これからのＡＩ時代は一人ひとりが自覚して、良質な生きる意志をもつことが重要になる」と語られていました。

この「良質な生きる意志」には２つの意味が重なっているように感じます。

まずは、一人ひとりが自分の本質にそった生き方をしようとする意志。その上で、自分以外の個々人の本質にそった生き方も合わせて大切にしようとする意識・意思。

そう考えると、『女性チャレンジ応援拠点』は「良質な生きる意志」が集い、交感する<パワースポット>ではないかと思います。

個々人、やること・めざすところは違っても、自他共によりよく生きようとする志は共通しているのです。だから、出会って間もなくても、気持ちが通じ合います。互いの未来について語り合い、その未来にむかってどうアプローチしていくか、悩みや不安を率直に話します。「身近な友人にもあまり話さないことを話しています」と利用者の方が打ち明けられることもよくあります。

ある利用者の方は、そうして出会った別の利用者の方と語り合う中で、何気なく言われた「専門学校で教えるというのも、一つですよね」という言葉が、大きなきっかけになりました。まったく経験はなかったけれど、情報収集してみようと思ったそうです。すると、講師募集をしている学校があり、試しに応募すると、なんと採用。この春から教壇に立たれています。「良質な生きる意志」の出会いは、「良質なつながり」になり、何らかの可能性を拓く、というよい例ではないでしょうか。

そんな、ある意味パワースポットともいえる、『女性チャレンジ応援拠点』。どうぞお気軽にご利用ください。みなさんの可能性の扉が、少しだけ開くかもしれません。スタッフ一同、お待ちしております！

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

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、活動を拡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。

あなた「ならでは」の強みを見つける！

活動“ブランディング”入門＆ランチ交流会

日時：令和元年７月６日（土）10 時～ 13 時
会場：クレオ大阪中央
講師：ささき ゆき さん（CooKai㈱ ブランディングプロデューサー）

企業などに対する共感や信頼などを通じて顧客にとっての価値を高めていくマーケティング戦略の一つ、ブランディング。

社会貢献や起業・開業、講師業などをめざす活動を広げたい女性たちにとっても、活動への支援や協働のためにＰＲし、信頼を勝ち取るために、ぜひ身につけておきたい考え方です。そんな「ブランディング」の基礎的な知識を、座学とワークを通じて学ぶ機会として開催しました。

参加者は、自宅サロンで活動するメイクやカラーの講師の方、キャリア支援で活動する方、地域で子育て支援をする方、地域の町屋をレンタルスペースとして運営する方など、様々な分野でチャレンジ中の女性たち約30名。「活動もビジネスも『ブランディング』なしに成功はない！」という話から始まり、参加者のみなさんは講師の話に引き込まれます。

「ブランディングとは？」という基本の内容から、ブランドのメリット・デメリット、ブランド構築のためのステップなど、講師の体験や有名企業の事例なども交えながら、ブランディングの入門編としてわかりやすく解説していただきました。ペルソナ（マーケティングの専門用語で、自身の活動のターゲット像のこと）を考えるワークでは、「だれでもいいから来てほしい」ではなく「こういう人に来てほしい」を明確にすることで、参加者自身の活動の「軸」となる特色が明確になっていく感覚もあったようでした。

また、自分自身の外見をブランディングするという視点で、自己プロデュースの話もあり、「活動内容＝自分の第一印象」にズレが無いか？という言葉に、ドキッとする参加者も多く、とても印象的なお話でした。

セミナー終了後のランチ交流会でも、熱気あふれる交流が行われ、感想のシェアや講師への質問、名刺交換や情報交換なども活発でした。ＰＲタイムでは、数人が当日の学びを踏まえ、ほかの参加者の前で自分の活動紹介を行いました！

参加者の声

「意識の高い人がたくさんいらっしゃって刺激になった。
先生のお話は上手で聞きやすかった。」

「自分の活動を知るための手段、ヒントを学べた。」

「ブランディングの大切さ、まずは自分を知る、
信じて進んでいきたい。」

「何を誰にどのように提供できるのか、
明確化できてないことを改めて認識した。」

チャレンジの先輩にきく！ 活動を始めるヒントvol.17

予防医学で女性のからだと心を幸せにしたい

杉山 友香さん（理学療法士）

予防医学の大切さを伝えたい

市民病院で理学療法士として勤務する杉山さん。病気の患者さんのリハビリなどをサポートする中で、「本当は病気になって病院に来る前の段階の人に、理学療法士としてすべきことがあるのではないか」という想いを強く持つようになりました。そんな思いを持ち始めてから約１年。現在は、市民病院で働きながら、個人病院の産婦人科でも妊娠中の女性の体のケアに携わっています。また、企業等に出向いて育児休業後の女性を対象とした、からだの知識を伝えるセミナーやワークショップを開催するなど、働き世代の健康を予防医学で支援する活動を広げています。

自身の想いを叶えて、スムーズに現在の活動に結びついているように見える杉山さんですが、初めは具体的には何をしたら良いか分からず、暗中模索の日々が続いていたそうです。

活動を広げた「拠点」での学びと出会い

そんな中、情報収集していて偶然知ったのが、大阪市女性チャレンジ応援拠点のミニサロン「読んだつもりの読書会」（平成30年７月開催）でした。その時は活動について相談という訳ではなく、ただ読書が好きだから参加してみようと思ったそうです。けれどそのミニサロンへの参加が、その後の活動を大きく前進させるきっかけになります。

読書会には、拠点のコーディネーターである、中小企業診断士のリー・ヤマネ・清実さんも参加していました。本に関してみんなで交流する中で、自分の仕事やチャレンジしたいと思っている事も話したそうです。読書会で自分の思いを再認識した杉山さんは、翌週早速、リーさんが担当する水曜日の拠点に来室されます。

相談の中で「まずは自分の将来像を考えてみては？」と具体的な助言をもらい、１週間考えて次の水曜日に来室。そうして杉山さんは何度も拠点を訪れるうちに、自分の事を考える時間をしっかり作れるようになり、やりたいことが明確になっていったと言います。

やりたいことを実現していくためのステップの一つとして、平成30年12月には、今度は自身が企画をしたミニサロン「理学療法士が教える【姿勢のイロハ】」を開催することになります。拠点スタッフと内容やタイトルについて検討を重ね、また直前に開催された拠点のイベント「人の集まる講座のコツ＆依頼したい講師像」での学びも内容に活かして、定員を超える申込みの人気サロンとなりました。

そして、平成31年1月に参加した拠点イベント「PR文のつくり方＆プレゼン発表会・交流会」では交流会の中で企業の方とご縁が繋がり、社内研修の講師依頼に発展したそうです。「『拠点』のおかげで今の私の活動があります」と杉山さんは言います。

まずは拠点に行ってみて、「縁」を大切に

「１年前の自分からは考えられないぐらい、やりたいことに近づいている。失敗しても挑戦するのが楽しい」とやる気に満ちあふれる杉山さん。忙しくてもできるだけ拠点に通うのは、拠点でさまざまな活動をしているメンバーに会うと、「自分も頑張ろう」という気持ちになるから。20代の杉山さんにとっては、ほとんどのメンバーが年上で、起業をめざす女性として人生の先輩として、通ってこられた話を聞けるのも「拠点」という場だからこそ。「ここから生まれたご縁を本当に大切にしていきたい」とおっしゃいます。

これからチャレンジしたい女性たちへ伝えたいことをお伺いすると「まず拠点に来て、自分の悩みを話してほしい。きっと私のように、自分の良さにも気付けるし、何か得るものが必ずある」とエールを送ります。今後の目標は、「女性のからだに焦点を当てた予防医学と産前産後の支援での起業。地域や行政などともつながり、実績を積んでいきたい」とのこと。杉山さんの夢はまだまだ広がりそうです。

お知らせ　キラリと光る！プレゼン文章術 & 未来につなげる！発表会・交流会

例年好評のイベント「文章講座＆発表会」がパワーアップ！1日目は、企画書や広報に活用できる、人に伝わる「文章術」と、効果的に伝えるための「プレゼンのコツ」について、自身も女性起業家として活躍中の講師から学ぶ体験型講座。

2日目は、作成した文章をもとに、企業や支援機関の担当者、マスコミ記者に向けての発表をし、プロの視点でのコメントを直接もらいます。後半はネットワークづくりのための交流会も開催！

1日目講師　：本下（ほんげ） 瑞穂（みずほ） さん（株式会社コトバノミカタ 代表取締役）
2日目コメンテーター：【メディア】才本 淳子 さん（朝日新聞社大阪本社 生活文化部 記者）
【 企　業 】時任 啓佑 さん（（株）まなれぼ　学びと共創の場づくり事業部マネージャー）
【 企　業 】神崎 英徳 さん（（株）ＰＲリンク 代表取締役）
【支援機関】沢田 薫 さん　（クレオ大阪中央 館長　大阪市男女いきいき財団 企画調整課長）
日時：令和元年11月30日（土曜日）・12月14日（土曜日）13時～16時
会場：クレオ大阪中央（Osaka Metro谷町線「四天王寺前夕陽ケ丘」より徒歩約3分）
定員：女性40名（申込先着順）（※２日目は行政、ＮＰＯ、支援組織、マスコミ関係者等も発表の聴講＆交流会参加可。）
申込：電話・FAX・メールにて、イベント名・氏名・連絡先（電話・ファックス番号）を下記事務局へ。

イベントのご案内　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！雰囲気が知りたい方、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がしてみたい方、情報交換したり、一緒に作業をしたりしながら、みんなでおしゃべりしてみませんか。

女性のための防災サロン

・・・・今年度開催のミニサロン・・・・
- ●女性のための防災サロン
- ●アレルギーっ子ママの日常＆防災おはなし会
- ●読んだつもりの読書会
- ●女性のための「時間整理術」
- ●「資格」を活かして活動したい人サロン
- ●「からだ」をテーマに活動したい人サロン　など

アレルギーっ子ママのおはなし会

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、拠点ニュース、
メンバー限定イベント案内などなど…
各種、情報発信しています！

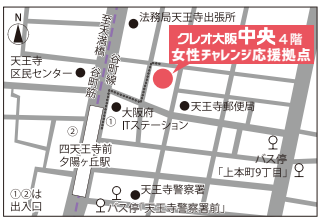
ホームページは こちら　facebookは こちら　公式アカウントは こちら

編集・発行　大阪市 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 ～ 12：30	18：00 ～ 20：00	13：00 ～ 15：00	10：30 ～ 12：30	13：00 ～ 15：00

開室時間内は自由に出入りいただけます。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