

女性の活躍を
サポートします!

女性のチャレンジ通信

vol.8

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、ニューズレターです。



❀ スタッフコラム「新春、チャレンジ初め」

2020年になりました。お正月気分も束の間、いつもの日常が始まっていますが、年始はみなさんの今年を占う大切な月です。だんだんと日の出時間も早まり始め、陽ざしも少し春めいてきます。新年を迎えたという気持ちと、陽の明るさに、何となく「やる気」が出てくるはず。年末の段階で悩んでいたとしても、不思議なぐらい吹っ切れて、晴々としてくるのです。ともあれ、新しくまた一から始まるというのは、「仕切り直し」「刷新」のよいタイミングです。すでに今年の計を決めた方はそのための周到的な準備を、まだ決めていない方は、できるだけ早めに今年の計やテーマを決めていきましょう。テーマをもつと、何気なく見聞きしている時にでも、自分に必要な情報をしっかりキャッチできます。その積み重ねは、1年が終わる頃に表れてきます。“わたしも成長した…”。自分で自分を褒めなくなる、そんな2020年にしていきたいと思います。

そこで、新年1月の「拠点女子よろず情報」は…

～『自分流「計」の立て方のヒント』～

昨年よく売れた実用書にノート術の本があがっていましたが、知識活動や生活習慣のための「how to」は千差万別です。ある人には合っても、別の人には合わないということも多々。今年の計やテーマを立てるのも、自分に合った方法を見つけないといけません。

例えばAさんは、専用のフォーマットを作っています。



A4サイズ一枚に、大上段には「自身へのエール」、その下に「当年はこんな年！」の枠を設けて、まずは自分自身

を叱咤激励する短文を書き込むようにしてあります。そして仕事と仕事以外のそれぞれにテーマを標語形式で表し、そのテーマに沿った具体的なアクションを2つ書き込む枠、月毎の留意点を書きこむ枠、一年の終わりに結果を書く「当年の総括」の枠が設けてあります。

今年のテーマを漢字一字で表すというのはBさん。その一字を仕事とプライベート両面の指針にするのだそうです。ほんの一字ですが、されど一字です。デスクの正面に、手帳の中扉に、毛筆で書いたその一字がいつも目に入るようにしているとか。自身への意識づけですね。

そうして今年の計・テーマが決まったなら、狼煙をあげましょう。2020年スタートというタイミングで女性チャレンジ応援拠点は開設3周年を迎えます。記念イベント『～拠点女子トークセッション&つながり交流会～聴いて、話して、あなたの2020年のチャレンジはここから！』

も開催。勇気、元氣、やる気を刺激されること、うけ合いです。

予定が合わず、参加できないという方もご安心ください。

これからも引き続き「女性チャレンジ応援拠点」ではスタッフ一同、みなさまの応援のため、待機しています。2020年のご利用も、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

🍀 チャレンジの先輩にきく！ 活動を始めるヒントvol.21

親と子の育ちを支えたい！ 私のチャレンジは拠点から

玄 千賀さん

(親と子のコミュニケーター、元保育士/幼稚園教諭)



気になる“モヤモヤ”、その正体は？

親子が触れ合う時間はとても貴重。だからもっと楽しく子育てをしてほしい。玄さんは、迷い悩み孤立しがちな子育て中の保護者に、彼女ならではの空気感でそっと寄り添い心の声まで聴いてくれる。そんな頼れる存在です。

保育園で働いていたころ、子どもは親の心の状態に影響を受けやすいという問題に気がつきました。しかし、保育士時代は、親の心のサポートという保護者支援に向き合うまでの余裕がありませんでした。葛藤を抱え退職し、保育の現場から離れた日々の中で“何か”しっくりしない感覚を覚えるようになったものの、その“正体”がつかめず、モヤモヤとした時間を過ごしていたある日、インターネットの検索で偶然「女性チャレンジ応援拠点（以下、拠点）」の存在を見つけました。

自他ともに認める極度の“人見知り”だと言う玄さん。拠点ってどんな場所なんだろう？そんな不安を和らげてくれたのは拠点のホームページに載っていた、拠点コーディネーターのリー・ヤマネ・清実さんの顔写真だったそうです。

平成30年7月に拠点を初訪問。入口で戸惑う玄さんに「お話、お聞きしましょうか？」と当日の担当だったリーさんが話しかけてくれ、“初めの一步”を踏み出せたとのこと。

自分でも不思議なほど話せて、なんと初回の拠点滞在時間は2時間！「知識も経験もあるのだから、それを言語



化してみたら？」というアドバイスに後押しされて“自分のこれから”を具体的に考えるようになったそうです。

デビューは失敗？！でも想いは伝わった！

その後、拠点で情報を得たクレオ大阪東の「プロ講師になる塾」セミナーを受講。共に頑張る仲間との出会いやつながりがさらに大きな力になったと振り返ります。セミナー最終回の課題は企画担当者の前でのプレゼン。緊張のあま

りうまくいかなかったプレゼンデビューでしたが、たまたま聴きに来ていた拠点のスタッフから「玄さんの想いはきっと



誰かのためになりますよ」という一言をもらい、この道を進もう！と決意したそうです。

そして平成31年2月には、拠点主催の「お気軽♪ミニサロン」で講師デビューを果たします。拠点スタッフと一緒に考えた「プロ保育士に聞く！不安を安心に変える入園準備」というテーマの初講座には、保育園や幼稚園入園を控えた子連れのお母さんが多数参加。わが子を新しい環境にどう送り出せばよいか、不安な保護者のリアルな声の一つひとつ受けとめる姿はまさにプロ！講師デビューは大成功でした。

“保育”をトータルに支援する存在に



玄さんは平成31年4月から保育士を育てる専門学校で講師の仕事スタートさせました。保育士や幼稚園教諭として保育に携わる人を育てる仕事です。

実はこの講師募集にチャレンジしたのも、拠点で同室したほかの利用者の一言がきっかけだったそうです。子どもが好きでこの世界に入ってきた生徒たちに、伝えたいことはいくらでもある。子育てを支える社会の仕組みが整い、子育てしやすくなったと言われることもある昨今、人間関係が希薄になり孤立した環境で子育てに向き合う保護者やそれから生じる悲しい出来事も依然として多い。虐待のセーフティネットとして、もっと社会全体で子育てする親を守り・支えることはできないか、将来保育のプロになる生徒たちとの時間は自分と向き合う時間でもある、と玄さんは言います。

拠点初訪問から1年半。今や“拠点女子”として自身の経験を他の利用者に話す機会も増えたという玄さん。親と子、両者の育ちのサポートという大きなフィールドを、自分の視点とアイデアで切り開いていけます。

お知らせ 女性チャレンジ応援拠点 開室3周年！

平成29年1月にオープンした【女性チャレンジ応援拠点】。このたび、丸3周年を迎えました！

ご利用いただいた方は、のべ約3,800名、メンバー登録者は約400名、取材させていただいたロールモデルの女性は23名となりました。

たくさんのチャレンジしたい女性たちが拠点を訪れ、話し、交流し、イベントに参加し、その後の活躍を報告しに来てくれました。これからも、みなさまと一緒にますます成長する女性チャレンジ応援拠点を、引き続きよろしくお祈いします！



拠点スタッフ一同 感謝をこめて

◆拠点利用者アンケートより (抜粋)

「お話を聞いてもらっているうちに、不思議とどんどん自分の方向性を確認できたという感覚です。ありがとうございます。」

「今後の取り組みについて改めて自分の意志が明確になり、自信が持てました！話す事、大切ですね!!アウトプットの場があるということもありがたいです。」

「ぼんやりとした思いだけを持って相談に伺った初回から、わずか半年間で自分が使命感を持ってめざすものが見えてきました。大人になって相談、協力、応援しあえる仲間と拠点で出会えたことにも感謝です。」



高田 ほのかさん

☆拠点利用者でもある、歌人の高田ほのかさんが、【女性チャレンジ応援拠点】をテーマに一首詠んでくださいました！

真っ白な ドアを開くと 「こんにちは」 呼吸のできる わたしの居場所

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、みなんでおしゃべりしてみませんか。要申込です。



読んだつむりの読書会

・・・2020年2・3月開催予定のミニサロン・・・

- 読んだつむりの読書会
- 介護レクリエーション&情報交換会
- フリーランス美容師に聞く！お肌と髪の相談室
- 活動発信に役立つ【スマホで動画編集】入門
- 【学び】をテーマに活動したい人サロン

※日程・詳細はHP、チラシでご確認ください



50代からの印象アップ講座



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... 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



LINE 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、祝休日の翌日は休業

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入退室いただけます。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

