

なりたい自分をめざして明日から実践！ ～「女性活躍推進プログラム@神戸」を開催～

8月19日、働く女性を対象にした「女性活躍推進プログラム@神戸」の第4回「どうしたい?!ワタシの人生～自分を知り、なりたいワタシになる～」を神戸市男女共同参画センターで開催しました。講師の森野和子氏は、ひょうご仕事と生活センター外部相談員で、株式会社ライフキャリアデザイン・アソシエイツの代表取締役を務めるなど、多方面で活躍されています。

最初に、講座の中での各自の到達イメージを持つとともに、話しやすい場づくりのための約束事を確認しました。4、5人のグループに分かれて自己紹介をしながら、仕事について抱えている思いや悩みを共有しました。

森野氏はさまざまなデータを通じて、働く女性を取り巻く現状を解説しました。働き続けたいと考える女性が増え、勤続年数も伸びているものの、家事・育児との両立をしながら働き続けること、管理職をめざすことは、まだまだ大変であると紹介しました。一方で、人口減少時代に突入しつつある日本では、働き手としての女性の必要性はこれまで以上に高まっていくと述べました。

「キャリアとは、職業だけでなく、人生の他の役割の連鎖。それには、学生、家族、市民の役割も含まれる」と森野氏。また、キャリアは自分で創るものであり、「今までの自分」や「今の自分」を知り、「なりたい自分」をイメージする



ことが大切だと伝えました。そのために、過去のできごとを振り返る「棚卸しシート」、短所を違う角度から見て、長所に換える「リフレーミングワーク」、3年後の自分の「役割」の比重を決める「わたしのキャリア」などのさまざまなワークを行い、自らを見つめ直し、気づいたことを語り合いました。さまざまな企業から集まり、業務内容も違う参加者が、和気あいあいとした雰囲気の中で自分のことを語り合い、ワークシートにも積極的に取り組んでいました。

森野氏は「小さな一歩でもいいから、まず始めてみるのが大事」と言います。最後に「3年後のワタシ」の具体的な姿を想像し、そのために明日からできることをグループ内でそれぞれが「宣言」しました。

インターンシップ生の感想

ひょうご仕事と生活センターでは、毎年インターンシップの大学生を受け入れています。3日間、上記講座への参加や企業訪問などを通してワーク・ライフ・バランス(WLB)について学びました。



石湯 彩沙さん（甲南大学文学部日本語日本文学科3年生）

今までは、入社してからは仕事が第一で、私生活の充実を求めるのは入社後数年たってからでいいと思っていましたが、3日間の研修で、WLBに対するさまざまな取り組みを学ぶことで、労働者の悩みなども知ることができ、これから企業を選ぶ際には、私生活の充実についても重要視するべきであると思うようになりました。今回の経験で得たことを活かして就職活動に励んでいきたいです。



川野 沙登美さん（神戸松蔭女子学院大学人間科学部生活学科3年生）

ワークショップへの参加や企業訪問などを通して、WLBとは、私生活を充実させるだけでなく、あくまで仕事の責任を果たした上で仕事と私生活の両方を充実させることだと知りました。研修を通して、理想の自分、理想の働き方について深く考えることができ、今後就職活動をしていく上で、理想の働き方ができる企業に勤められるよう今回の経験を活かしていきたいです。



野田 純平さん（神戸市外国語大学外国語学部英米学科3年生）

WLBとは、労働者が経営者に待遇の保障を求めているものと思い込んでいましたが、センターの活動を通じて、管理職視点からの制度づくりと社内変革へ向けた取り組みの様子を見聞きすることができました。今後どのような企業に所属しても、組織が変化を必要とすると、自分自身もその影響下に置かれるので、そのような時は、今回見えたようなマクロな視点から状況を理解し、自らアイデアを発信できるような企業人になりたいです。