



女性のための ウェルカムバック 支援プログラム

2020年10月～2021年3月開講 事業報告書

文部科学省「女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業」採択



公立大学法人
福岡女子大学

「2020年度 女性のためのウェルカムバック支援プログラム」

文部科学省「女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業」採択



文部科学省職業実践力
育成プログラム(BP) 認定講座

主催：福岡女子大学
後援：福岡県/福岡県教育委員会/福岡市/福岡商工会議所/福津市
協力：NPO法人ママワーク研究所 Work step株式会社

公立大学法人 福岡女子大学 地域連携センター
再就職支援事業係

TEL 092-692-3198 FAX 092-692-3220
Mail...manabi@fwu.ac.jp URL...http://www.fwu.ac.jp/welcomeback/

発行日 ————— 2021年3月22日
制作・編集 ————— 公立大学法人 福岡女子大学 地域連携センター
再就職支援事業事務局(何艶・伊藤かおり)
講座リポート ———— 今村育代
デザイン ————— 田中 里佳
発行 ————— 公立大学法人 福岡女子大学
〒813-8529 福岡市東区香住ヶ丘 1-1-1
TEL 092-661-2411 (代) http://www.fwu.ac.jp
本誌内容の無断転載・複写はご遠慮ください。

女性のためのウェルカムバック支援プログラム

2020年10月～2021年3月開講 事業報告書

文部科学省「女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業」採択

ごあいさつ

本プログラムの2年目である2020年度は、12名の受講生を迎えての開講でした。みなさん、出産・育児などを契機として退職し、もう一度働きたいと思いつつ、どのように就職活動をしてよいのか、また、子育てとの両立は大丈夫なのかなどの悩みを持ちつつの応募でした。しかし、みなさんの「もう一度働きたい」「社会とつながりたい」「子どもにいきいきとしている姿を見せたい」との願いは共通しています。こうした悩みと願いに応えるのが本講座「女性のためのウェルカムバック支援プログラム」です。

今年度の12名の受講生も、講座の中で自分を振り返り、受講生同士の悩みや思いに共感しながら、つながりを深め、ドラフト会議を経験して自信を取り戻していきました。

講座を修了するにあたり、受講生の新たな一歩を嬉しく思うとともに、今後の歩みにも自分らしく自信をもって臨んでもらいたいと願ってやみません。



野依 智子

のより ともこ

福岡女子大学 副学長

国際文理学部 教授

女性リーダーシップセンター

準備室 室長

プログラム責任者

受講生の皆様のがんばりに拍手

今年はコロナでなかなか計画が立てられない、立たない中、本学の再就職支援プログラムにご参加いただき、たいへんありがとうございました。また半年間、講座を受講したり、インターンシップで働いたりとお疲れ様でした。インターンシップ先を探すドラフト会議では、皆さんの自信に溢れた、すばらしいスピーチを聞かせて頂きました。当初の面接時とは全く別人のように見えた方もおられました。しかし皆さんは、もともと素晴らしいタネをお持ちだったとも思います。日本の社会がこのようなタネを咲かせ輝かせることができるようになることを願うと同時に、皆様のさらなるご活躍をお祈りしています。



宮崎 聖子

みやざき せいこ

福岡女子大学国際文理学部

大学院人文社会科学部 教授

プログラム副責任者

目次

3 プログラムの特徴

5 講義レポート 開講式 & 特別講義、 STEP1 自分を再発見 DAY1-DAY6、実践

9 講義レポート STEP2 自己を磨く DAY1-DAY6

12 講義レポート STEP3 新しい自分への再挑戦 DAY2-DAY4

13 福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議

15 インターンレポート

16 講義レポート STEP3 新しい自分への再挑戦 DAY5-DAY6

17 受講生と学生の学びあいとしてのプログラム

18 特別講義「仕事でも家庭でも輝くために」

19 受講生の感想

23 講師からのメッセージ

25 修了式・統計資料



本講座は、
「文部科学省職業実践力
育成プログラム (BP)
認定講座」です。

職業実践力育成プログラムとは、プログラムの受講を通じた社会人の職業に必要な能力の向上を図る機会の拡大を目的として、大学等における社会人や企業等のニーズに応じた、実践的・専門的なプログラムを「職業実践力育成プログラム」(BP)として文部科学大臣が認定するものです。

「福岡女子大学ウェルカムバック支援プログラム」は NPO法人ママワーク研究所にご協力いただいています。

NPO法人ママワーク研究所は女性を取り巻く仕事環境を変えるべく活動を行っております。女性の社会進出は進んでいるといわれながらも、「出産」「育児」「介護」等の理由から離職せざるを得なかった女性たちの復職には様々なハードルがあるのが現実です。そんな女性たちが一歩踏み出すきっかけとして、「ママランチ講座」や「ママドラフト会議」などの復職を応援する活動とともに、多方向からの女性サポートを行っています。



環境の変化が大きな女性たちを対象とし「職場復帰」や「再就職」を応援

家庭と仕事の両立へ。新たな一歩を踏み出すためにサポート。

女性の社会進出が年々増加する中、環境の変化により、出産・育児、介護などにより一時的にキャリアの中断もせざるを得ない女性も多くいます。再び仕事をしたい、再就職の際に役立つスキルを修得したいといった、「もう一度、私らしく働く」ことを目指す女性を支援することが本プログラムの目的です。

「家庭の事情で仕事を辞めたけど、もう一度働きたい」そう思う一方で、「仕事から離れて時間が経つので再開できるか不安。仕事と家庭を両立できるか心配」といった不安や迷いを抱える人は少なくありません。本プログラムでは、同じ目標を持つ仲間との対話や、専門家によるコーチングを通じて、なりたい自分を思い描き、実現するためのスキルや知識をつけていきます。5ヶ月間に渡って体系的に、職場で必要となるスキル、家庭との両立のために必要となるスキルを学び、さらに有給の長期インターンシップを体験することで、自信を持って次のステップに踏み出すことを目指します。



プログラムの特徴 家庭・仕事の両立への踏み出す一歩を、大学がサポートします。

インターンシップ期間中も終了後も続くサポート

インターンシップ前

さまざまなワークや対面授業を通じて、自分を最高の状態に整えます。

インターンシップ期間中

企業でのインターンシップ参加期間中、不安を解消するため、また、気づきを共有するためのインターバル講座を2回実施します。

インターンシップ後

インターンシップ後も相談できる環境を整えています。

仲間と一緒に踏み出す

仕事復帰・再就職のための一歩を踏み出そうとしても、一人では、様々な理由から中断してしまうことがあります。この講座では、同じような境遇の仲間との出会い、学び合いがあるので継続ができます。

充実したサポート体制

オンライン学習

一部の授業や課題提出、個別質問・相談、受講生同士相互フィードバックをPC、スマホ、タブレットで行います。

欠席時のサポート

欠席時でもリアルに講座の内容を確認できるよう、毎回授業の様子を動画で記録します。

PCの利用について

この講座の受講生は開講期間中、図書館のPCを使用できます。ログインIDとPWは開講式でお渡しします。

無料託児

大学構内に託児施設を完備。乳幼児保育と小学生対象の学童保育を無料で実施します。子育て中の女性も学びやすい環境の中、安心して通うことができます。

10/15 [木] 開講式 & 特別講義「男女共同参画社会の現状と課題」

STEP
1

自分を再発見

仲間とのコミュニケーションを通して、本当の自分を再発見。

DAY1

10/20 [火]

一歩を踏み出すための仲間づくり

DAY2

10/23 [金]

チーム力を磨く

DAY3

10/27 [火]

ボランチ育成講座

DAY4

10/30 [金]

「就活モード」にスイッチを入れよう

DAY5

11/2 [月]

「過去の私」をたどってみよう

DAY6

11/6 [金]

「未来の私」を見える化しよう

実践

11/11 [水]

グループワーク

STEP
2

自己を磨く

今の自分の魅力を120%磨いて、新しい自分を創り出す。

DAY1

11/13 [金]

魅力120%アップ研修①
-わたしプランディング講座
オンライン実施

DAY2

11/17 [火]

あなたの笑顔が見てみたい

DAY3

11/19 [木]

「働く」に向けて前に進もう

DAY4

11/24 [火]

魅力120%アップ研修②
-話し方講座

DAY5

11/27 [金]

魅力120%アップ研修③
-立ち居振る舞い講座

DAY6

12/1 [火]

汗を流しても焦ってはいけない

+

個別キャリア
コーチング
A-1

+

個別キャリア
コーチング
B-1

12/2 [水]

・特別講義「仕事でも家庭でも輝くために」
・福岡女子大学学生と受講生の交流ワーク
・ドラフト会議リハーサル

STEP
3

新しい自分への再挑戦

新しい自分になるための最終準備。

DAY1

12/4 [金]

福岡女子大学
ウェルカム
バック
ドラフト会議

DAY2

12/11 [金]

“他者と働く”
ための対話の
ころえ ①

DAY3

12/15 [火]

“他者と働く”
ための対話の
ころえ ②

DAY4

12/18 [金]

“他者と働く”
ための対話の
ころえ ③

DAY5

2021.
1/29 [金]

インターバル
①
オンライン実施

DAY6

2021.
2/26 [金]

インターバル
②

12/8 [火]

個別キャリアコーチング A-2、B-2
オンライン実施

2021.1/4 [月]～3/10 [水]
インターンシップ期間

2021. 3/11 [木] 修了式



開講式 & 特別講義「男女共同参画社会の現状と課題」

10/15 [木] 10:00-12:00 講師 野依 智子 福岡女子大学副学長 プログラム責任者

新たなステージの第一歩となる開講式。特別講義では、これからの歩みに向けて、現代社会における女性の立ち位置について学びました。

「自分自身で考え、積極的に学んで欲しい」という本学学長のメッセージから始まった開講式。スキルアップを支える講師陣と多彩で充実した講座内容、受講生に伴走する本学職員の紹介に加え、昨年のプログラムに参加した修了生より応援の思いを込めたお話がありました。様々な不安を乗り越え、家庭と仕事を両立して輝く修了生のプログラム参加当時や再就職後のエピソード、「仲間がいるから大丈夫」「楽しい講座に胸を膨らませてみてください」という言葉は受講生に心強く響いたようです。特別講義では、これから再就職を目指すにあたり、現代社会における自分の立ち位置について知ってもらいたいとの思いから、ジェンダー統計を通して

社会の現状とその背景、女性の働き方について考えました。早速それぞれ気付いたことのグループでの共有も行なった受講生たち。この日の出会いと学びが次回からの講座に続いていきます。



STEP1 自分を再発見

DAY1 講義レポート

一歩を踏み出すための仲間づくり 10/20 [火] 10:30-14:30

講師 岸 智子 「イノベーション創出力を持った女性リーダー育成プログラム」コーディネーター (一財)生涯学習開発財団認定ワークショップデザイナー

対話とコミュニケーションを学ぶ3時間。
共に学ぶ仲間を知り、学びを深めるための対話とは何かを演習を通じて学びました。

プログラムのスタートとなる2日間は、「自分自身の大切にしていることを見つめ、これから共に学ぶ仲間を知り、自分自身とは違う視点や考え、価値観に気付き、受け止めること」を目的に、参加・体験し、お互いから学び合うワークショップ型の講座を実施。まずは、仲間を知るために、キーワードをもとに相手を選んだ質問に答えるペアワークと、自分の名前に意味をつけての自己紹介を行いました。これから再就職という新しいステージに進む受講生たち。自己紹介で「こうなりたい」という未来を語れるようには、よかったことを含めてこれまでの自分を振り返り、自分の心が躍ることを見つける「内省」

が必要だと講師の岸さんは伝えます。自分を再発見して今後に繋げるために、後半は自分の好きなもの・好きなことを書き出し、それについて仲間と対話する「自分を知る」ためのワークを行いました。



STEP1 自分を再発見

DAY2 講義レポート

チーム力を磨く 10/23 [金] 10:30-14:30

講師 岸 智子 「イノベーション創出力を持った女性リーダー育成プログラム」コーディネーター (一財)生涯学習開発財団認定ワークショップデザイナー

仕事も家庭もチーム力が不可欠です。多様な視点や意見を受け止めることが仲間と協働する第一歩。ゲーム感覚で楽しく「多様性」の大切さを学びました。

前回に続き、自分を見つめ、多様性を受け止めるワークショップを実施しました。職場や家庭では、得意なことで貢献し、助け合うチーム力が必要です。ゲーム感覚で、それぞれの自分の考えを引き出し、対話の中で人との違いを知り、受け止める体験をしました。後半は「生きがいを探す旅に出よう」をテーマに、自分にできることや得意なこと、自分の好きなことを表すフォトカードを選んで言葉にするワークを行いました。天職は誰にでもあり、好きなこと、得意なこと、求められること、収入につながること、この重なる部分に生き甲斐があると岸さんは伝えます。フォトカードをきっかけに自分を見つめ、対話

する中で仲間と自分への理解を深めていきました。「自分が楽しいと感じることと感謝されることの重なる部分が大きいほど仕事の喜びも大きい。まずは自分が楽しいことに正直に」との講師の言葉は、これから歩みの助けになりそうです。



STEP1 自分を再発見

DAY3 講義レポート

ボランチ育成講座 10/27 [火] 10:30-14:30

講師 田中 彩 NPO 法人ママワーク研究所 理事長 森脇 淳子 ウイズキャリア 代表

「ボランチ人材になるために」と「自分の強み発見！強みを活かしたプロになる」をテーマに、仕事と子育てを両立する働き方を学びました。

「ボランチ人材になるために」では、サッカーチームの真ん中で柔軟に活躍するボランチの選手のように、これまでの仕事や、家庭生活、子育ての中で育んだ広い視野を強みとして活かす働き方について、講師の田中さん自身の組織で働いていた頃の経験や、働く女性を支援してきた経験を通してお話いただきました。家庭運営と仕事の似ているところ、復帰女性が求められる背景、ボランチ人材の働く姿勢などの具体的イメージが伝わりました。

「自分の強み発見！強みを活かしたプロになる」では、講師の森脇さんより、キャリアとは何か、キャリア形成の考え方について、プロとして実践すべきことや心構え、働く上で重要な積極性と責任感、

効率性、コミュニケーションについてと、今後の活動に役立つ自己PR方法、自分の強みを言葉にする上での注意点をお話いただきました。



STEP1 自分を再発見

DAY4 講義レポート 「就活モード」にスイッチを入れよう 10/30 [金] 10:30-14:30 講師 木村 千歳 研修講師、コーチ

「就活は、企業と私のマッチング」

自分に合った相手をどのようにみつけるのか就活の基礎から学びました。

再就職に向けて、これから何度も行うことになる自己紹介。面接の際には企業は何を知りたいのかを考えることが大切です。この日の講座は自己紹介からスタートし、講師の木村さんから具体的なアドバイスをいただきました。続いて、自分に合った業種や職種の選び方、労働生産性や女性が職場に必要な理由などの日本における現状について学び、ライフスタイルについての自分の価値観、仕事や社会についての自分の価値観の確認とグループでの共有を行いました。後半は、進行役、タイムキーパー、発表者などの役割を交代しながら、「仕事を通して、私が手に入れたいもの、実現したいこと」について話すグループワークを行いました。最後に「自信とは自分を信頼すること。決めたことはやること。

できることを約束をして、自分との約束を守ること」という「再スタートに自信が持てない」という気持ちに寄り添う大切な助言が伝えられました。



STEP1 自分を再発見

DAY5 講義レポート 「過去の私」をたどってみよう 11/2 [月] 10:30-14:30 講師 木村 千歳 研修講師、コーチ

「私はどんな人物なのか」過去の経験を振り返ります。

交流しながらワークをすることで、客観的な視点からも自分の特徴や強みが見えてきました。

「仕事を通して実現したいこと」をテーマに「自分が大切にしていることである、自分のこれまでの経験や知識を活かすことができる」などの理由とともに伝える、1分間スピーチを行いました。また、これまでの講座でお互いへの理解を深めた仲間に向けて、おすすめの仕事を紹介しました。再就職という同じ目的を持って集まった仲間の目から見た、自分の可能性やいいところが言葉にされることにより、新たな視点が得られたようです。また、それぞれに情報の得方に違いがあるため、一人で職を探すよりもシェアすることで可能性が広がります。後半は、学生の頃、仕事中心の頃、家庭を持つてから、これまでの上がり下がりライフライン

チャートとして書き出し、そのときの行動や克服の仕方を振り返りました。次回に向けて働きたい企業に伝わる履歴書や職務経歴書の書き方についても学びました。



STEP1 自分を再発見

DAY6 講義レポート 「未来の私」を見える化しよう 11/6 [金] 10:30-14:30 講師 木村 千歳 研修講師、コーチ

「私にとってぴったりの職場とは？」何が揃っていたら働きやすいのか。

働く条件を整理し、活かせるような自分の強みを考えました。

前回、職歴の整理の仕方を教わり、宿題として職務経歴書を書き上げてきた受講生たち。相手に伝わる話し方を意識しながら「私の略歴、職務の概要」の1分間スピーチを行いました。続いて、自分や家族の現在、未来の見通しを書き出し、キャリアデザインシートを作成。自分がなんのために働くかという目的、どんな自分になりたいかの目標、そのために必要なことについて考えることが新たな宿題となりました。これからいよいよ再就職へ向かう受講生に、「就活は企業が期待することと、自分がしてきたこと、できそうなことのマッチング。書類が通らない、採用されないことは、合わなかったというだけで自分が否定されたわけではないので、落ち込み過ぎずに次に行きましょう」と前向き

に捉えるための助言をもらいました。3日間に渡る充実した講座の中で、過去を掘り下げ、未来を見据え、今取り組むべきことが明確となったようです。



STEP1 自分を再発見

実践 グループワーク/オプション講座

「自分に合った働き方」と「子育て(家族)も仕事も私も大切にするための工夫」

11/11 [水] 10:30-14:00 講師 田中 彩 NPO 法人ママワーク研究所 理事長 中山 淳子 Domani (ドマーニ) 代表

インターンシップ・再就職に向けて、希望の働き方を再確認。

そして、家庭と仕事を両立するために大切なことについてお話を聞きました。

実際の求人情報から希望の仕事を探し、なぜ選んだかを報告し合いました。家庭と仕事を両立するという同じ目的を持った仲間が、何をポイントにどのような仕事を選ぼうとしているかということは、自分の仕事を選ぶ上でも参考になります。家族と自分のスケジュールを振り返り、インターンシップ・再就職先を探すときの条件を確かめました。

後半は「子育て(家族)も仕事も私も大切にするための工夫」をテーマに、「働きたいけど、不安が一杯」という再就職を目指す女性の共通の思いに寄り添うお話を、働くママとして活躍する講師の中山さんに聞かせていただきました。関わる時間が少なくなっても、しっかりと子どもに愛情を伝える

方法、チームとして家族と協力する方法から、家事や子育ての助けとなってくれる人やモノについて、職場とのよい関係づくりについてまで、心強く前向きになるお話を聞くことができました。



STEP2 自己を磨く

DAY1 講義レポート オンライン実施 魅力120%アップ研修① -わたしブランディング講座 11/13[金] 10:30-12:00 講師 田中 彩 NPO 法人ママワーク研究所 理事長

わたしブランディング講座。
ウェルカムバックドラフト会議に向けて、自分の「強み」「人との違い」を整理しました。

ステージに立ち、企業の方々に向けて自分の強みや働き方の希望、自己PRをスピーチするウェルカムバックドラフト会議に向けての準備がいよいよ始まりました。「過去のキャリア・今の頑張り・未来への意欲」を言語化し、自分の強みや良さ、人との違いを伝えるために、仕事だけでなく地域や子どもの学校での役員などを含めて、これまでのキャリアを書き出し、そこで得たスキルや困難とどう向き合い今にどうつながっているか、周囲からはどう評価してもらっていたかなど、深掘りしていきました。自分が希望する雇用形態や就労条件についても確認し、「企業に届く」自己PRにするためのポイントも抑え、それぞれ伝えたいことをまとめ

て、講師や他の受講生や大学スタッフに聞いてもらい、不安や迷いを相談する時間も設けました。ここからいよいよドラフト会議当日に向けてスピーチをブラッシュアップしていきます。



STEP2 自己を磨く

DAY2 講義レポート あなたの笑顔が見てみたい 11/17[火] 10:30-14:30 講師 西島 昇子 キャリアアドバイザー（育成・教育・接遇）

自分らしく好感がもたれる表情や言葉を身につけ、不安をポジティブに。
就職活動や今後に活かせるコミュニケーションスキルを学びました。

「好感をもたれる自分らしい第一印象」、「仕事を円滑に進めるための言葉のスキル」をテーマに、ウェルカムバックドラフト会議や就職活動での面接だけでなく、再就職後の社会生活、家族との関係づくりでも重要になるコミュニケーションスキルを学びました。笑顔が自分自身や周囲にもたらす効果について知り、いい笑顔を習慣化するための練習方法や聞き取りやすい話し方をするための滑舌練習を習いました。ペアワークではお互いの第一印象を伝え合い、自分がどう見えるかと、その重要性を感じました。「第一印象は一回だけのチャンス」と、面接でのポイントを伝える講師の西島さん。印象のよい表情、自分から始める明るい挨拶、感じの

良い話し方や言葉遣いを積み重ねて身につけておくと、不安をポジティブにすることができ、これから新たなステージに踏み出す上で大きな助けとなります。



STEP2 自己を磨く

DAY3 講義レポート 「働く」に向けて前に進もう 11/19[木] 10:30-14:30 講師 西島 昇子 キャリアアドバイザー（育成・教育・接遇）

心を開いて相手に伝え、相手に興味を持って共感する、
質の高いコミュニケーションを身につける方法を学びました

自分も相手も大切にする質の高いコミュニケーション — アサーションについて知り、身につけるためのトレーニング方法を学びました。劣等感や優越感を持つなど、自己認識が歪んでいると、ありのままの自分で心を開くことができません。自分を知り、相手を知り、自分も相手も尊重するアサーティブな表現方法を身につけるために、まず自己認識の傾向を知ることから始めました。後半は信頼関係を築くための積極的傾聴法をペアワークで実践しながら学びました。また、具体的に再就職に向けての面接で「あなたの経験でこの仕事は向かないのでは?」「お子さんが急に発熱されたときはどのようにされますか?」と尋ねられたとき、

どのように捉えて回答すればいいのかのポイントも教わりました。思い込みを捨てて物事を捉える大切さや真意を伝える言葉の選び方を知り、就活だけでなく今後に活かせる学びとなりました。



STEP2 自己を磨く

DAY4 講義レポート 魅力120%アップ研修② -話し方講座 11/24[火] 10:30-12:00 講師 藤重 知子 ボイスエアー 代表

声・話し方を磨くことで自信がつき、その人らしさが生き生きと輝きます。
魅力が伝わる、声の出し方、話し方講座を実施しました。

「どんな声で、どんな話し方をしたいですか?」と爽やかな美しい声で問いかける講師の藤重さん。ウェルカムバックドラフト会議でのスピーチや就活で面接を行う際、そしてこれからの生活の中で、よい印象を与え、「また会いたい」と思ってもらえるように、自分らしく魅力的な声で話す方法を学びました。必要なのは空気づくりと惹きつけ力。声と話し方を磨く3つのスイッチ、「場をつくるー顔のスイッチ、相手に届く第一声ー声のスイッチ、相手にわかるような表現力ー心のスイッチ」を心に置いて、相手に「どう伝わったか」を意識し、工夫をして表現することを実践しながら学びました。続いて、学んだことを活かしながらウェルカムバックドラフト

会議で発表予定の自己PRを披露。一人ずつ丁寧にアドバイスをいただきました。最後にあがり症対策も教わり、再就職に向けてまたひとつスキルを得る貴重な機会になりました。



STEP2 自己を磨く

DAY5 講義レポート 魅力120%アップ研修③－立ち居振る舞い講座

11/27 [金] 10:30－12:00 講師 綾野 由紀美 With styling ayano 代表

テーマは「第一印象は掴み～印象UPの法則～」

印象を良くして自分の魅力を伝えるための立ち居振る舞い講座を実施しました。

印象をよくするポイントを学び、印象力をアップするトレーニングを実践しました。出会ったときの印象の良さは人間関係をスムーズにスタートさせるカギになります。間もなくウェルカムバックドラフト会議を迎える受講生たち。いつもの自分の印象と目指すイメージを書き出し、ステージで自分をどう見せたいかを考えました。印象力をアップするには、表現力と自信を持って自分の思いを伝えることが大切。表現力と自信がつくように、好感度の高い笑顔、しぐさや振る舞い、姿勢を習いました。続いて、細やかなアドバイスをもらいながらウェルカムバックドラフト会議の登壇練習を行いました。いよいよステージでのスピーチが近づき、緊張感が高まっ

てきましたが、緊張に負けないような自信も育ってきているようです。講師の綾野さんからは「未来のあなたをつくるのは、今のあなた」とエールが送られました。



STEP2 自己を磨く

DAY6 講義レポート 汗を流しても焦ってはいけない

12/1 [火] 10:30－14:30 講師 西島 昇子 キャリアアドバイザー（育成・教育・接遇）

自信をもって飛び出すために、模擬面接を体験。人に見られる緊張感を共有しながら自分の強みを確認。アドバイスをもとにバージョンアップしていきました。

ウェルカムバックドラフト会議でのスピーチ後は、参加企業の担当者と面談する交流会を行います。実際の就職活動での面接より短い時間となりますが、直接質問したり答えたりする貴重な機会となります。この交流会や就活に向けて面接練習を行いました。3人ずつのグループ面接という形で入場、挨拶、着席からスタート。これまでの講座で、何度も自分の強みを掘り下げたり希望条件を確認したりしながら自己PRを作成し、スピーチの練習を重ねている受講生ですが、その場で質問に答えることはまた別の難しさがあり、講師や気心が知れた仲間を相手にした練習の場であっても緊張感が漂いました。自分の長所と短所、就職後に子どもが熱を

出した場合の対応など、実際に考えられる質問の答えに言葉選びの難しさを感じた受講生が多かったようです。それだけに練習をしたことが実際のときにプラスとなると感じられました。



STEP3 新しい自分への再挑戦

”他者と働く”ための対話のころえ 講師 平山 猛 株式会社トライローグ 代表取締役

DAY2 講義レポート インターンシップ開始後の環境変化に対応するために必要な対話の基礎スキルを学びました。

ウェルカムバックドラフト会議（13～14 ページ掲載）で、ステージに立って自分の強みや希望をスピーチするという山場を乗り越えたばかりの受講生たち。まずは、今の気持ち、ドラフト会議の振り返りを共有しました。続いて、講師の平山さんから「対話」について説明がありました。対話とは、問題解決のための議論や、コミュニケーションのための会話とは違い、対立を恐れず伝え合い、受け止め合うこと。これから働くにあたり、家族と理解し合い、助け合うためにも、職場で出会う立場や考えが違う人と関係をつくる中でも、とても大切になります。対話を実践しながら、相手に伝えるため、話を聴くためのポイントを学びました。



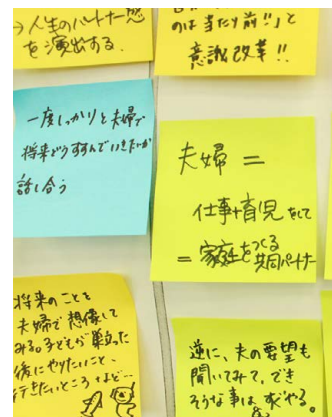
DAY3 講義レポート 対話の演習を通して、他者との違いを知り、わかり合うすべを学びました。



前回の学びをもとに、対話の演習を行いました。今回の目的は「価値観の違いを知ること」「チームで協議をすること」。「私が大切にしていること」をテーマに、与えられた項目を大切な順番に並べて共有し、話し合っグループとしての大切な順を決めました。話し合い後は、意見が言えたかを振り返り再び共有。合意形成をする上での心得を学びました。後半は、それぞれ違う情報を持つメンバーで、力を合わせて地図をつくって道案内をするというワークを実施。情報を整理して問題解決しようとそれぞれが役割を發揮する中で、チームで取り組む良さや難しさを感じ、他者との協働に必要なスキルを学ぶことができました。

DAY4 講義レポート インターンシップ開始前の不安や悩みを仲間との対話の中から解消していきました。

ポストイット®を使った話し合いによる問題解決に挑戦しました。「今困っていること」をそれぞれ書き出して共有し、みんなが共感するものをグループのテーマに設定。ポストイット®に解決方法を書き出し、話し合って分類し、実行しやすいもの、効果が高いものなどの基準で評価し、アイデアを見える化しました。各グループが設定したテーマは「子どもが自分のことを自分でするにはどうしたらよいか」「夫と協力して家庭と仕事を両立する方法」。問題解決のための話し合いに必要なスキルを知るとともに、インターンシップ前の不安な時期の悩みを共有し、具体的な解決方法についても仲間とともに考えることができました。



DAY1 12/4 [金] 13:00-14:10 福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議 14:25-15:30 ミートアップ (交流会)

福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議



ここまでの講座を通して見つけた、自分らしさや働く上での強み、そして就労への意欲や希望を受講生がスピーチし、企業の方々に直接届ける「福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議」を開催しました。ステージに立ち、伝えたい想いを言葉にして堂々と発表する受講生たちに、インターン候補企業、特別審査員の皆さんより「いいね!」のプラカードを通じて応援の気持ちが伝えられました。

スピーチ後は、参加いただいた企業の方々と直接面談する「交流会」を実施。スピーチを聞いた様々な職種・業種の企業の方々と面談する中で「自分の可能性」を再認識する機会となったようです。



来賓代表挨拶
高野 智志 様
文部科学省
総合教育政策局
男女共同参画共生社会学習・安全課

皆さん、こんにちは。本日、福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議が開催されることに心よりお慶び申し上げます。文部科学省では女性の活躍を推進するため、誰もが生涯に渡って学び、チャレンジし続けられる機会の確保に向けてリカレント教育の充実等に取り組んでいるところでございます。このプログラムを採択させていただきました「女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業」は、女性が学び直しを通じてキャリアアップ、再就職等多様なチャレンジをしやすい環境を整備する事業でございます。本日は、受講生の皆さんが福岡女子大学での学びを通じて見つけた自分の強みを自己PRをされると伺っております。ぜひ自信を持ってご発表いただきたいと思います。文部科学省といたしましても、学びを通じた女性の支援をこれからも続けて参ります。



審査委員長総評
梶山 千里
福岡女子大学 理事長・学長

受講生のみなさんの素晴らしさ、積極的な姿勢が伝わりました。本学の教職員や学生にも今日のスピーチを聞かせたかったです。コロナウィルスのことがあり働き方に変化があったこの時期だからこそ、新たな働き方に触れてもよかったのではないかと思います。「企業と人も心と心の結び付き」、そのことを心に留めて頑張ってください。

特別審査員

- 田村 貴子** 福岡県人づくり・県民生活部 男女共同参画推進課女性活躍推進室室長
松岡 守昭 福岡商工会議所 会員サービス部長
田中 彩 ママワーク研究所 理事長 WorkStep株式会社 代表取締役
野依 智子 福岡女子大学 副学長・国際文理学部 教授 プログラム責任者
宮崎 聖子 福岡女子大学 国際文理学部・大学院人文社会科学部 教授 プログラム副責任者
今田 今朝仁 福岡女子大学 地域連携センター長代行

本学プログラムへご協力いただきました企業の皆様

スリー・アールシステム(株) (株)かねふく	Global Resource Management (株) (株)グローバルワークス	(株) else if (&F)
(同) てのひらのゆりかご	FUTAEDA (株) (旧:KFT) (株) ケアリング	(株) ピュール
(有) 藍や	(株) CTI グランドプランニング *	(株) YOUTURN
(株) アンドストーリー *	(株) Enjoy Life Company	(株) トライアルカンパニー
(株) ラップ	(株) クックチャムプラスシー	(有) エコ・フラワー *
山崎製パン(株) *	(株) エル三和 *	(株) カムラック
(株) リファレンス	(株) コムハウス *	(株) コミクリ

【*】マークが付いている企業は今年度インターンシップ受入企業。敬称略、法人略称にて表記させていただいております。

自分の魅力を発揮するステージ「福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議」



いよいよ迎えたウェルカムバックドラフト会議。緊張した面持ちの12名の受講生でしたが、自分の順番になると晴々とした表情で堂々とスピーチを行っていました。これまでのキャリアや業務への取り組み方、そこで身につけた強み、また、家庭生活、子育て経験で得た力や人間的な成長。そして、これからの自分にできること。それぞれの魅力が伝わるスピーチが終わる度に、参加企業や特別審査員の皆さんからは「一緒に働きたい」「応援したい」という想いを込めた「いいね!」のプラカードが掲げられ、一人ひとりのスピーチにその素晴らしさを評価するコメントも寄せられました。スピーチを終えほっとした受講生は、確かに届いた実感に笑顔を溢しました。講座開始当初は、「再就職に不安があり、自信が持てない」という想いを抱えていた受講生も、講座の中で、これまで培ってきた自分の強みを見つけて魅力を磨き上げ、輝く姿を披露することができました。伝えたいことを言葉にし、届いたことを感じたこの時間は、これから新たな一步を踏み出す受講生の支えになることと思います。

企業担当者と直接対話する「ミートアップ (交流会)」



スピーチ後には企業担当者と受講生が一对一で双方が知りたいことを確認する交流会を行いました。受講生からは「スキルに関する質問だけでなく、スピーチの感想を伝えてくださるなど自身に興味を持ってもらえて嬉しかった」「これまでの講座での学びがあったので希望を明確に答えられた」「子育て応援企業さんの存在を実感でき有意義な経験になった」「人事の方とお会いして直接お話しする中で企業のイメージが伝わり、より印象がよかった、興味を持つようになった企業があった」「企業の方の質問や提案に具体的なイメージが持てず、曖昧な受け答えをしてしまったこともあった」などの感想や反省が聞かれました。直接対話をする機会を得たことによって、お互いに対する理解や興味が深まり、よりよいマッチングを叶える可能性を拡げたようです。

インターンレポート

「福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議」後の交流会で情報交換をした企業の中からインターン候補先を選択、同時に企業側からの意向も確認した上でインターン先を決定します。インターン期間は、事前に決定した就業条件を基に60時間以上の有償勤務を行います。それまでの経験や、講座で得た学びを活かした実践の場となり、「生活の場」から「仕事の場」への気持ちの切替えも学んでいきます。インターン期間終了後は、両者への意向確認でそのまま企業へ就職、またはこの経験を活かして他の企業へ就職など、いずれも再就職への自信に繋がる約1ヶ月となりました。

船本 由梨 さん

【インターン先業種】 CSR 経営サポート（コンサルティング・教育・レポート）/ 廃棄物事業
【インターン期間】 2021.1/12 ~ 1/29 取引先情報のシステム入力、書類等の整理



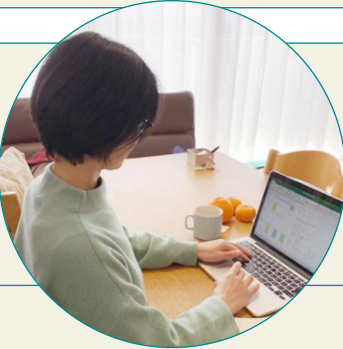
講義で学んだことが社会復帰の支えに

プログラム受講中に他の企業での就職が決まったため、インターンは、オフィス勤務の予行練習の場だと思って、「コミュニケーション」をテーマに活動しました。社員の方と挨拶をする機会が多くあったので、講義で学んだ「挨拶」「マスク越しの笑顔」「声のトーン」を実践できたのは良かったです。業務内容はデータ入力というシンプルなものではありませんでしたが、CSR の勉強や、「環境新聞」という業界誌を読む機会もあり、

新しい知識を得ることができました。また、インターン期間中に、雨天時の保育園送迎に時間がかかって遅れそうになったり、保育園からの呼び出し電話が来て焦ったりと、懸念していた場面に実際に遭遇しました。一度経験したことにより、その対応策を軌道修正することもできたので、不安なく社会復帰できそうです。ありがとうございました。

高橋 理恵子 さん

【インターン先業種】 女性ファンマーケティング/採用ブランディング/管理者向けマネジメント
【インターン期間】 2021.1/12 ~ 3/10（在宅勤務）
マーケティングサポートに関する業務請負（インターン先企業の広報業務）



在宅テレワークだったから 一歩踏み出せた

10年ぶりの社会復帰にあたり、「在宅で働ける」に最初から軸を定めて再就職先を探しました。我が家は夫が海外勤務、実家は県外、下の子はまだ3歳。私が実質一人で子育てを担う現状で、無理なく働くには通勤時間を仕事に充当できる「在宅勤務」が理想でした。その働き方を、10年以上前から実践している今の会社に出会い、門戸を叩きました。先輩方は皆、子育てママの同志達。

勤務曜日も時間も場所も、皆それぞれ。できる時間を確保し、その時間内で業務を行います。Zoom やメッセージ等ツールの随時連絡を取り合い、心地よいコミュニケーションの下で、希望していた広報業務を担当しています。長いブランク明けでしたが、自分のペースで少しずつ、働くママへと進化できています。

安部 さやか さん

【インターン先業種】 不動産売買仲介 / 賃貸管理 / 建設・リフォーム
【インターン期間】 2021.1/18 ~ 3/10
不動産売買仲介営業 / インテリアコーディネーター実務



不安を解消出来たインターン期間

子育てをしながら働く事が初めてだった事や、未経験の職種への挑戦だった事もあり、敢えてインターン中からフルタイムで働く事を希望し実践しました。仕事と家庭を両立させる為に、夫婦で助け合う事は不可欠ですし、限られた時間の中、工夫して仕事や家事を行う事が必要とされる毎日ですが、生活にもメリハリが付き、思い切って挑戦して本当に良かったと思っています。フルタイムで働く事により、子どもを

保育園に預ける時間が長くなる事への不安がありましたが、子どもの順応力は私が思う以上に高い事もわかり、日々驚いています。今後は今の会社で正社員として働く予定になっておりますが、インターンを経験した事により自信を持ってチャレンジできそうです。講座でも学んだ女性特有の「きめ細やかな視点」と「共感性」を強みにし、次のステップへと踏み出していきます。

DAY5・6 インターバル
講義レポート 1/29 [金] 10:00-12:00 2/26 [金] 10:00-12:00
講師 田中 彩 NPO 法人ママワーク研究所 理事長

企業でのインターンシップ参加期間中の不安を解消するため、
また、気づきを共有するためにインターバル講座を実施しました。

1月~3月にかけて、インターンとしてそれぞれの職場で働いた受講生たち。実際に働き始めてからの不安や気づきを講師の田中さんと共に学んだ仲間と共有しました。1回目の1月29日はリモートでの実施となりました。すでにインターンシップを開始している人も、これからの人もいましたが、「踏み出す前の不安も始まってみると意外に解決できるものだった」という声や、始まってみてわかったことの報告、インターン目前の心境などが聞かれました。2回目の2月26日は久しぶりに顔を合わせて、業務についてとインターン先や家庭の様子を報告し合うことができました。自分が頑張っていたように、頑張っていた仲間の様子を知ることができ励みになったようです。また、今後の働き方の希望や家庭生活の在り方について「わたしの方針」を整理

しました。インターンシップを経験したことで、自信を持ち、未来への希望も明確にして次のステップに踏み出せそうです。



インターン就労を実践してみてもいい

子どもは意外と生活に順応する。(船本)

わからない事をどう説明すればいいか

ポジティブな気づき

自分のペースでできることを進めていく(篠崎)
気負いすぎず、楽しむことが大事 高橋
日本語の楽しさに気づいた(伊藤)

不安

スタッフとの感じがする
在宅に当たってムがたきさん。

何とかなることも結構ある! 守田

子供が延長保育に喜んで行ってくれるようになった 高橋
案ずるより産むがやすし(入田)

仕事内容が
朝余裕を
朝は、時間通りバスが来なくて、一本前のに乗りたり帰りはバスの本数が多く時間通りで子供より少し遅いくらいで子供との約束を守れてる。(石橋)
肩の力を抜いて笑顔忘れずに(安部)

受講生と学生の学びあいとしてのプログラム

野依 智子 福岡女子大学 副学長・国際文理学部 教授 プログラム責任者

福岡女子大学では、3年生を対象に「女性リーダー育成実習」というインターンシップを単位とした科目がある。「女性リーダー育成論」（担当教授 野依智子氏）とあわせて履修するとを推奨しており、これらの科目を通して、女性のキャリアを生涯にわたる長期的視野でとらえることを目的にしている。

今年度は、再就職支援の本プログラムを4名の学生が履修することによって、学生と受講生がともに学びあい、女性のキャリアを長期的にとらえるとともに、両者

が主体的に自らのキャリア形成を意識することを目的とした。以下、学生が参加した本プログラムの内容である。

- 1)〈自分を再発見〉の講座「就活モードにスイッチを入れよう」「過去の私をたどってみよう」「未来の私が見える化しよう」にオンデマンドで参加
- 2)ドラフト会議
- 3)受講生と学生とのワークショップ
- 4)受講生と学生による意見・感想の交換

「就活モードにスイッチをいれよう」に参加して

学生
⇓
受講生

私の母は私が生まれたときから専業主婦で、元々働いていた期間もそれほど長くないので、仕事の話はほとんど聞いたことがありません。しかし、今回受講生の方のように、仕事をしていたが育児によってやめざるを得ない状況になったり、そんな中でもまた働きたいとアクションを起こされていたり、同じように母も感じていたのではないかと考えました。受講生の皆様が納得のいくキャリアを歩めるように願うとともに、今まで自分のことで精いっぱいになってきちんと関わっていなかった母と少しでも深く話したいなと思うようになりました。

ここでは、出産・育児などの理由で不本意にも仕事を辞めた受講生の自己紹介を聞いた学生が、男性と違い女性の仕事が育児かを選択しなければならない現実があるのを知ると同時に、そのような中でももう一度働きたいと願い、行動を起こそうとしている受講生の思いに触れ、身近だがこれまで考えもしなかったが母親もそうした女性の一人だったかもしれない思いを馳せている姿が読み取れる。

ドラフト会議に参加して

留学生
⇓
受講生

みなさん、発表お疲れ様です。一緒に一回授業を受けた〇〇です。みなさんが発表した姿は本当に自信を持ち、素晴らしかったです。私はそれを見て、将来の就職活動にも自分ができると思っています。長い授業の間、私もみなさんと一緒に、過去の自分を見直して、自分の強みを見つけ、将来の人生を計画しています。みなさんの発表を聞いて、自分もいろいろを考えました。もしかして、10年後、15年後、私は今のみなさんと同じ悩みがあるかもしれませんが。それはもう怖くなく、自分ができる自信を持ちました。それは、みなさんと一緒に授業を受けて、みなさんから学んでことから自分が苦境を乗り越えると信じています。みなさんも、将来へのいろいろな不安があるかもしれませんが。発表した気持ちを忘れないで、どんな時でも、自分ができる信じてください。

これは、留学生からの受講生へのエールである。再就職をめざす受講生をみて、これは自分にも起こり得ることであると当事者性をもった上で、受講生に自信を持つようにエールを送っている。それは、自分自身へのエールでもある。女性のキャリアは長期的視野で見なければならぬと実感したこととの証といえる。

学生からの感想に対して、再就職をめざす受講生からは、その一つひとつに返信があったのだが、ここでは①ドラフト会議に参加した感想への返信と、②受講生から学生へのエールを転載する。

ドラフト会議に参加した感想への返信

一人だけでは到底こんな成長は出来ませんでした。関わってくださった皆様のおかげです。私も自信を持つことの大切さを再確認した次第です。スピーチについては、それは家で何度も練習しました。娘の『1Pノート』（毎日担任に出す復習＆一言日記）に、「お母さんのスピーチが成功して欲しいです」と書いてありました。中学生なので就職活動の事など全くわかっておりませんが、お母さんがなんか頑張ってるという事は感じていたようです。

ドラフト会議を見に来ていただき、ありがとうございます。私達の姿が、〇〇〇さんの自信に繋がった事を嬉しく思います。（…中略…）私も受講前は悩みがたくさんありましたが、自分に自信を持つ事が悩みの解決に繋がる事があると感じています。ドラフト会議の輝いていた自分が、人生最高の輝きにならないよう、これからも頑張ってまいります。

受講生から学生へのエール

前向きな感想にこちらが励まされています（笑）。メンタル面で悩んだら、まずは信頼のおける上司や同僚、後輩、友人に相談を。客観的な意見やアドバイスをもらうことで、自分の悩みが案外シンプルなものであることに気付いたり、問題解決に繋がる糸口を与えてもらえるきっかけになることもあります。一度きりの人生、お互いに楽しみましょう！プログラムの内容を自分のものに出来たのは、社会に一步踏み出したい！と願っていた自分の純粋なスタンスの現れだと感じています。いくつになっても素直な気持ちを忘れずに歩んでいきたいですね。

人生には山があり、谷があり、泣いて笑ってまた泣いて。これから生きていく中でいろんな壁にぶち当たるかもしれません。でも出口のないトンネルはないんです。きっと光は見えてきます。その時がチャンスだと思い強みとしてください。あなたにはこれからいろんな可能性が秘めています。目標だけに囚われることなく一度きりの人生を謳歌していきましょう。応援しています。

受講生から学生へのメッセージは、人生の先輩としてのアドバイスであったり、励ましであったりするが、同時にそれは受講生自身が学生の目を通して、自分を客観視することにもつながっている。それは、学生へのエールであるとともに自分自身へのエールでもある。もちろん、ことは通り学生へのエールとして学生にも届いていることであろう。

受講生と学生の学びあいを通して、キャリアを生涯にわたって長期的にみる視野を涵養し、自分の将来に対しての自信、つまりキャリアを主体的に形成していこうという姿勢にもつながる。

特別講義「仕事でも家庭でも輝くために」

12/2 [木] 10:00-11:00

講師 今村 嘉将
株式会社アステックペイント常務取締役



当プログラムを開始した昨年度よりインターンシップ先としてご協力いただいている、株式会社アステックペイントの今村さんをお招きして特別講義を実施しました。

「どういう人生を歩みたいですか？よい人生とはどんな人生だと思いますか？」という問いかけから講義が始まりました。「よい人生を歩むためには定義付けが必要ですが、幸せな人生は人それぞれ。世間の目に縛られることなく自分自身で考えることが大切です。仕事でも家庭でも輝くための必要条件は3つ。ありのままの自分を認めて信頼する[自己受容]、上司や同僚、家族など周りの人たちを信頼する[他者信頼]、

自己犠牲を伴うことなく他者に貢献する[他者貢献]。この3つの条件を自分の在り方、生き様で伝えることは、子どもの自立に結びつきます」と、自分らしく社会とつながり家族を守るための考えをお話してくださいました。ご自身も働く母の背中を見て育ち、企業人として働く女性を支援する現在に至っているとのことでした。「仕事でも家庭でも輝く人」を目指す女性たちにとって、心強い支援の思いが伝わりました。

受講生の感想



石橋 陽子

いしばし ようこ
インターン先
株式会社アンドストーリー

講座を受講した事により、一番変わったのは漠然とした不安がなくなり、どういう風に働きたいかのイメージを明確化出来た事により自信を持って就職活動に取り組めたことです。講座では、講師の先生方が「キャリアの深堀り」や「未来のイメージ」を様々な視点で講義して下さいる事により回を追うごとに「こうしたいなりたい」という気持ちがはっきりして漠然とした不安が解消され、その後も自己を磨くをテーマに立振舞いや話し方・コミュニケーションなど働き出してから必要なビジネススキルを学べスキルアップ出来ました。ドラフト会議では、スピーチ後に直接企業の方とお話して求人票だけでは解からない部分を確認する事が出来、応募企業を決めるのに役立ちました。受講してみて、多彩な講義内容で熱意のある授業をして下さる講師の先生方や福岡女子大学の皆様、そして同じ志を持つ仲間と出会い講義を受けた時間はとても貴重で良い経験になりました。講座を受講出来て本当に良かったです。ありがとうございました。



船本 由梨

ふなもと ゆり
インターン先
株式会社 Green prop

講座によって一番大きく変化したのは自分の気持ちでした。受講前は「幼い子供を抱えていても再就職できるか」「時短で正社員なんて甘いだろうか」と不安があり、気になる求人を見ても応募する勇気がありませんでした。しかし、プログラムを通して「やってみよう」と行動に移す勇気を得ることができ、再就職につながりました。講座では、「キャリアの深堀り」を、先生を変え話題を変えて何度もしたことが印象に残っています。当初はんやりとしか見えなかった「やりたいこと」が次第にクリアになり、そのきっかけとなった原体験まで見えました。やりたいことが見えた後は、話し方や立ち振る舞い、コミュニケーションなどのビジネススキルをアップデートできたので、自信を持ってドラフト会議の場に立つことができました。ドラフト会議で人事担当者と直接お話できたことも、実りある経験となりました。受講前に思い描いた働き方を実現できたのは、ひとえに福岡女子大学の皆様のおかげです。ありがとうございました。



安坂 ちとせ

やすさか ちとせ
インターン先
山崎製パン株式会社

様々な角度からの講座を受講することができ大変貴重な経験でした。特に世の中が一変してしまい通常よりも厳しい情勢で考えさせられることが沢山ありました。この変化をマイナスにばかり捉えず色々な働き方が出来るチャンスと捉えこれから先の女性にも色々なことを切り開いて欲しいと切に思いました。また子育てが一段落しての講座への参加で子育て真っ最中の女性が働く上だけではなく色々な悩みを抱えていることも感じ、相談出来る人や場所が今後増えていく必要があると改めて感じました。大変なこともたくさんありますが子育ても過ぎてしまえばあっという間のこと。頑張っって欲しいと思います。微力ながら私自身も仕事だけではなくそのような活動をしていく気持ちも持つきっかけにもなりました。ご尽力いただきありがとうございました。



高橋 理恵子

たかはし りえこ
インターン先
株式会社オフィス at

20代は思いのままやりたいことを悔いなくやり、30代で子の母となり子育てを思う存分やってみたくらいと思退職、そこから専業主婦の生活が始まりました。気がつくと10年が経ち、世の中は、共働きで働くママが子育てを両立させ、活き活きと活躍する社会となっていました。私のキャリアは、もうフェイドアウトかなと思っていたところ、このプログラムの告知を目にし、すぐ問い合わせの電話をかけていたことを覚えています。専業主婦、子育て、という評価されず報われないことが多いこの10年が、家族のボランジとして、新たなキャリアの数ページを綴っていたのだと気づくことができたこと。これがこのプログラムを通じて得た最大のサプライズであり、40代で自分に訪れた大きな転機となりました。自分を内省すること、他者との関わり合いの中で学び成長していくこと、仲間と一緒に同じ方向に歩いていける喜び等。自分の将来を描きながら、学ぶことが楽しいと、心から思える日々でした。参加してよかったです。本当にありがとうございました！ 謝謝!!



常深 菜々子

つねみ ななこ
インターン先
株式会社 CTI
グランドプランニング

受講前、私は7年間ワーキングマザーとして働いていました。パートをしていた頃は「この仕事を定年まで続けるのか」という漠然とした不安があり、フルタイムで派遣社員をしていた頃は時間が足りず、体力的にもギリギリの日々でした。今後再び働けるのか、自信を無くしていました。また、私は人前で話をしたり、自分の意見を言ったりする事がとても苦手でしたが、講座では毎回発言の機会があり、グループワークをおこなう事で、自分の意見を伝え、他の方の意見をしっかり聴く事が出来るようになりました。受講後に毎回課題が出ましたが、「早く課題を出そう」という気持ちが強くなり、ドラフト会議のスピーチは暗記できるくらい何度も練習しました。私がこれだけ全力で取り組めたのは、私を支えて応援してくれたたくさんの方々が存在があったからです。福岡女子大の方、講師の方、ママワークの方、託児をしてくださった方、小1の娘を預かってくれた近所の方、夫、子ども達、そして切磋琢磨した11人の仲間達。「人は支え合って生きている」という大切なことに気づき、これからもたくさんの方々を支え合いながら、ワーキングマザーとして再び働きたいと自信がつかしました。



安部 さやか

あべ さやか
インターン先
株式会社コムハウス

私がこの講座を知った時、子どもはやっと一歳になったばかりで、仕事を始めるタイミングが果たして本当にベストな時期かどうか自問自答しながらの始まりでした。しかし、時間をかけて同じような境遇の仲間と多種多様な意見交換をしていく中で、これからどういった働き方をしていきたいか、そしてどのような子育てをしていきたいかの指針を自分の中に持つ事が出来るようになったと思います。また多くの学びを頂いた中で、家族はひとつのチームであるという考えは私にとつての貴重な転機にもなりました。今後は、夫に家事と育児をサポートしてもらうのではなく、分担していくという考えを夫婦で分かち合う事が出来たので、自信を持って次のステップへ踏み出す事も出来ました。自分の気持ちをどう伝え、相手の気持ちをどう受け止めるかという対話の大切さを講義で学びましたが、今後また色々な場面で実践していきたいです。最後になりましたが、このような学びの機会を頂けた事に大学の皆様と関係者各位には感謝ばかりです。ありがとうございました。



入田 愛
にゅうた あい
インターン先
株式会社長崎材木店

この講座を受講してまず思ったのが、女性が働くのが当然のように“普通”になり当たり前の時代になってきたと今更ながら実感した事です。私が就職した時代はまだ寿退社が一般的でした。大学には進学したものの、親からは「女が四大に行ってもどうする、働いたらすぐ結婚なのに」と言われました。その後、情報化で社会の速度は急加速し、女性のあり方も大きく変わりました。私には一人娘がありますが、自分の育ち方のせい、どこか娘を「女の子だから…とか、女の子だったら…」と思っていた所があり、その考えが大きく変わりジェンダーの勉強になりました。長らく専業主婦をしていた私にとって、社会復帰は不安で仕方ありませんでしたが、講座を受け、素敵な先生方や熱心な仲間達を目の当たりにし、大いなる刺激を受けました。そばで支えて笑ってくれた仲間はまさに人生の同期でした。講座を開催してくださったすべての方々に感謝致します。



篠崎 留美子
しのざき るみこ
インターン先
株式会社 CTI
グランドプランニング

結婚を機に退職、子どもができるまでの9年間は短期パートや派遣社員として働く日々でした。子どもができてからは子育てに専念し、気付けば14年間はたち社会に出たいと思うようになったその時でした。「女性のためのウェルカムバック支援プログラム」に出逢い、受講させて頂きました。ブランクのある私を迎えてくれる会社があるのか…強みなんてない…と不安で仕方なかったのですが、受講していく中で自分を再発見でき、自己を磨いていく事で未来を思い描く事に繋がりました。

不安、自信のなさ、マイナス思考の3拍子揃った私でしたが、このプログラムを通して自分自身を試し、再挑戦に向けて人生の一步を踏み出して行きたいと思っております。「輝く母を目指して!」プログラムを受講させて頂けた事に感謝!そして、同じ志を持ち切磋琢磨し、支えあった11人の仲間へ感謝!先生方、福岡女子大学、ママワークの皆様に支えて頂きました事に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



豊福 有希子
とよふく ゆきこ
インターン先
株式会社エル三和

育児休暇中に夫の転勤により退職して専業主婦になり早5年が過ぎ、そろそろ社会復帰したいと考えても「本当にやっていけるのか?」と漠然と不安がよぎり一步踏み出せない状態でした。そんな中、新聞でこの講座を知り、「きっと今の私の不安解決の糸口になるはず!!」と思い勇気を振り縛って応募しました。講座では、素晴らしい講師の方々と尊敬できる素敵な仲間達と出迎え「母になっても自分の可能性を信じて社会で輝き続けることができる」ことを学び自信がつけました。特にドラフト会議は私にとって本当に良い経験でした。一人だと心が折れそうな時も共に切磋琢磨して頑張っている仲間がいることは本当に心強かったです。講座のおかげで後ろ向きだった気持ちが前を向き、自信をもって一步踏み出せます。社会復帰前にこの講座に出会えたことを感謝しています。講座に関わってくださった全ての方々 本当に有難うございました。



伊藤 奈緒美
いとう なおみ
インターン先
株式会社アンドストーリー

私がこの講座を受けたきっかけは、1人目出産を機に専業主婦となり、2020年2月に2人目を出産後、コロナ禍で家族以外と会う機会もなくなり、世間との関わりを持つために働きたいと思ったからです。講座には託児所完備されており、子どもの預け先に悩むことなく受講できたことも助かりました。また、前職は美容業をしていましたが、次の職場は土日休みを希望しております。未経験の仕事に就きたいが、資格がないが大丈夫かと思っていた私にとってこの講座は自信をつけることができました。この講座で、特に印象が残ったのは、女性のキャリア形成にはいかだ下り型が向いているということです。また自分の強みや大切にしている価値観と向き合うことにより、どのような仕事に適しているのかを発見できました。そして対話の大切さ、対話の仕方も学ぶことにより、これからの新しい職場で活かすことはもちろんのこと、家族間でも役立てていきたいと思っています。



橋之口 路子
はしのくち みちこ
インターン先
有限会社エコフラー

当講座は私の素晴らしいターニングポイントとなりました。講座受講前までは、子育てや家事で時間に追われる日々で、自分の強みやキャリアの棚卸しなど自分と向き合うことが出来ておりませんでした。しかし、講座では3段階のステップを追って、毎回素敵な講師の方々から貴重な学びの場をご提供頂き、往復3時間の通学時間は毎回ワクワクで胸がいっぱいでした。特にドラフト会議前の練習時には家族を巻き込み、応援してくれたりと家族の絆も深まりました。自分の強み、そして今後の方向性が明確になった今、自信を持って社会に一步踏み出せそうです。同期の仲間の皆様からも、友人や家族とはまた違う角度からの沢山のアドバイスを頂き、本当に感謝しております。また、就活中の学生の方々からの客観的な感想も拝見する機会があり、多少なりとも彼女達の今後の人生の一助になれたことも嬉しく感じました。関係者各位の皆様にはご多忙の折、当講座開催にあたり、お時間を頂戴致しましたこと、この場をお借りして感謝申し上げます。



守田 優子
もりた ゆうこ
インターン先
株式会社 CTI
グランドプランニング

育児休暇中だった私は夫の転勤により退職し、それから約10年、子育てに専念してきました。今後の人生を考え「自分自身を見つめ直したい」「社会に出てもう一度働きたい」と思うようになりましたが、自分は何がしたいのか、何ができるのかわからず先に進めなっていました。そんな時、このプログラムの存在を知り、「これだ!」と思い応募しました。どの講義も非常に興味深く、多くの学びを得ることができ、とても幸せな時間でした。そのような中で、キャリアの棚卸しや強み探しを何度もしたこと、ドラフト会議やインターン先探しに一生懸命取り組んだこと…大変ではありましたが、自分自身のことで久しぶりにここまで頑張ることが出来て嬉しかったです。このプログラムを通して出会えた素晴らしい仲間たち、温かく見守っていただき、時にはそっと背中を押して下さった福岡女子大の皆様、ママワークの皆様、貴重な学びの場を与えて下さった講師の皆様、そしていつも応援してくれる家族に心より感謝いたします。自信を持ってこれからの一步を踏み出せそうです。ありがとうございました。

講師からのメッセージ



「イノベーション創出力を持った
女性リーダー育成プログラム」
コーディネーター
(一財)生涯学習開発財団認定
ワークショップデザイナー

岸 智子

きし ともこ

再就職を目指すみなさんとお話を重ねながらの授業を一緒にしました。みなさんがこれから進む道、働く職場には自分とは違った考えを持つ人がいるかもしれません。様々な背景を持つ仲間もいるでしょう。そうした自分とは異なる価値観を持つ他者と協働するには、相手を理解すること、そして自分を理解することが大切です。そのためには言葉を尽くして対話を重ねること、それが何よりも大事だと私は思っています。同期のみなさんとの対話はいかがでしたか？ つらいこと、大変なことも一緒に乗り越えられたのは、対話をベースにした信頼関係があったからだと思うのです。これから先も、周りの人との対話を楽しみ、よりよい豊かな関係を構築していきましょう。Enjoy！



キャリアアドバイザー
(育成・教育・接遇)

西島 昇子

にしじま しょうこ

私はSTEP2で「笑顔・コミュニケーション・面接」を担当させて頂く中、皆さんから「人生の節目は自分で創るもの」「出会いが深い学びの底力になる」を教わりました。再就職をすることは、新卒以上に不安や心配を突き破るくらいのエネルギーがいることです。それぞれが人生経験を振り返り自分の活かし方を知り、再出発するプログラムに全力投球して行動することは、人生で何度も起こることではないと思います。それを皆さんが突破したからこそ、笑顔が光るんです。あなたの笑顔のコミュニケーションには家族・仲間・周囲の人々を輝かせる力があります。乗り越えた皆さんだからこそ「辛い時こそ、仲間と笑顔！」を心に今後のご活躍を期待しております。



研修講師、コーチ

木村 千歳

きむら ちとせ

長期間のプログラムを終えて、今、どのようなお気持ちでしょうか。「やり遂げた」「できることが沢山ある」との自信を得たり、新たな目標や課題が見つかったりしたのではと、推察しています。もしかしたら、「コロナ禍さえなければ…」と思われているかもしれません。確かに、思いもよらないコロナ禍のせいで、想定していたことが大きく覆されてしまいましたが、「コロナによって社会が変わったのではなく、変化の速度が速まっただけ」とも言われています。なかなか変わらなかった古い習慣や価値観が一新される今こそ、私たちが活躍する絶好の機会なのではないでしょうか。次のステージに進んだ皆さんと再会できる日を楽しみにしています。



株式会社トライローグ
代表取締役

平山 猛

ひらやま たけし

3 か月に亘る講義とその後のインターンシップの終了、本当にお疲れさまでした。

2020 年は新型コロナウイルスの感染症の拡大で個人の生活はもちろん、仕事や働き方も大きく変化しました。ポストコロナの社会では、柔軟性ととも高いレジリエンスが求められ、皆さんがこれまでに積み重ねてきた様々な経験や能力は必ずや社会で活かされると信じています。

これから仕事に復帰し、新たな環境で他者と一緒に働く際、人と人との関係性の中で生じた問題に直面した時こそ、講座で学んだ対話のポイントを思い出し、相手と自分との新たな関係性を構築することにチャレンジしてみてください。

皆さんの今後の活躍を楽しみにしています。



NPO 法人ママワーク研究所 理事長
WorkStep 株式会社 代表取締役

田中 彩

たなか あや

この講座の授業・再就労支援を担当させて頂いています。家庭の都合で離職経験がある方は、特にプランクが長くなるほど「私なんて…」となりがちです。でも「働きたい」その気持ちを実現するには、「私の強みは〇〇です」としっかり過去のキャリアを整理し、伝える準備が必要になります。一人でするには、めげてしまいそうな作業を、仲間と、そして全力でバックアップする事務局・講師陣の皆さんとリスタートを目指すプログラム。2年間で、沢山の羽ばたく姿を拝見してきました。強みを見つけ、伝える力、チャレンジする力は、講座後もあなたをバックアップしてくれます。学びとインターンシップを通して「なりたい私」を実現したい方、ぜひ一緒にしましょう。



ボイスエアー 代表

藤重 知子

ふじしげ ともこ

『女性のためのウェルカムバック支援プログラム』修了おめでとうございます。私は「魅力 120%アップ研修②」―話し方講座―を担当させていただきました。講座の時に「あがり症です」「早口になってしまいました」と言っていた皆さんが、ドラフト会議では堂々と笑顔でスピーチされていて目頭が熱くなりました。あれだけのスピーチをするには、自分を客観的に見て磨く力、努力を続ける力が必要です。それをやり抜いた皆さんは立派です。また、仲間同士、お互いをたたえ合う、刺激し合う姿も温かく頼もしいものでした。プログラムを通して高めてきた力を自信に、次なるフィールドでご活躍される皆さんの姿が目に見えます。これからも笑顔でファイト！



ウィズキャリア 代表

森脇 淳子

もりわき じゅんこ

みなさま、修了おめでとうございます。

今、どのようなお気持ちでしょうか。仕事の面白さに気づかれたと同時に、厳しい現実にも悩まれることもあったのではないのでしょうか。キャリアには目標を決めて進む「山登り型」と、目標は定めずに目の前のことに全力で取り組む「いかだ下り型」があります。インターンに参加して目標を見つけた方は、今がチャンスです。なりふり構わず、突っ走ってください。心動かされる目標に出会っていない方は、「まだ順番が巡ってきていない」だけです。新しいことや人との出会いを楽しみながら、力をつけていきましょう。せっかく踏み出した歩みを止めることなく、さらに大きく力強く進まれることを心から願っています。



With styling ayano 代表

綾野 由紀美

あやの ゆきみ

プログラム終了おめでとうございます。

「魅力120%アップ研修」にて、印象力を上げる「立ち振る舞い講座」を担当させて頂きました。

印象は、見た目の視覚情報から受け取る相手側の主観でその良し悪しが判断されています。講座でお伝えした姿勢、表情には、外見からやる気や思い、人柄といった内面にある自分らしさも好印象で伝えることができるツールです。

今回も多くの方のインターンシップが決定、ステージから皆さんの努力と魅力が企業の皆様へ届いたと確信しております。今後も、外見を通して内面の自分らしさを表現し、相手の心に残る人として、社会活動や出会いの場で活用して頂ければ幸いです。ご活躍を応援しております。

修了式 3/11[木] 11:00-12:00

「自分を再発見」「自己を磨く」「新しい自分への再挑戦」。講座とインターンシップを通して3つのステップを仲間と共に歩んだ受講生が修了式を迎えました。

本学学長のエールを込めた祝辞から始まった修了式。受講生もそれぞれの思いを発表しました。「講座に参加したことで不安が解消し成長できた」「学び直しができて嬉しかった」「自分らしく笑顔でいることの大切さがわかった」「志の高い仲間と過ごして人生が変わった」など出会えた喜びが伝わる心からの言葉に、会場は涙と笑顔に包まれました。プログラム責任者の野依副学長からは、社会に再び出ることによる不安を抱えた開講前の面接のときから、自信を得た姿となったことへの感謝と、仕事を通じた社会参画への期待が、講師代表からは、それぞれの講座での思い出、仲間と支え合って活躍していく姿をこれからも見守りたいという思いが伝えられました。修了証の授与、思い出のスライドショー鑑賞を終え、充実した学びとかけがえのない仲間を得た受講生は、明るい笑顔で次のステップに向け歩み始めました。



2020年度 実績データ集計 & アンケート調査

受講生情報

	定員	申込	入学	平均年齢	所属なし	所属あり	修了
第1期生（2019年度）	10名	9名	8名	45才	6名	2名	8名
第2期生（2020年度）	12名	16名	12名	40才	10名	2名	12名

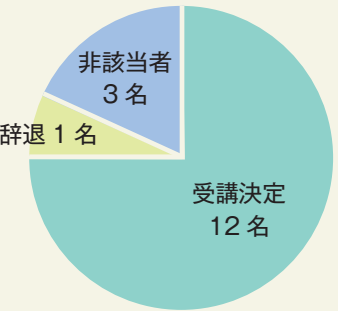
受講生アンケート結果 *全体の満足度のみ10段階評価、そのほかは5段階評価

	2019年度			2020年度				2019年度			2020年度		
	第1部	第2部	第3部	第1部	第2部	第3部		第1部	第2部	第3部	第1部	第2部	第3部
授業全般について 全体の満足度はいかがでしたか	9.8	9.4	8.1	9.0	8.9	7.8	質問や相談ができるように配慮されていましたか	4.6	4.6	4.4	4.3	4.4	4.3
毎回の授業のテーマ、内容は明確に示されていましたか	4.8	4.7	4.5	4.6	4.6	4.2	授業の目的・意図は理解できましたか	4.3	4.3	4.3	4.6	4.4	4.0
教材の使い方（配布物、スライド等）の利用は適切でしたか	4.9	4.7	4.6	4.4	4.5	3.9	授業内容は理解・習得できましたか	3.6	4.0	3.8	4.5	4.4	4.0
授業の進行速度は適切でしたか	4.5	4.3	4.0	4.3	4.2	4.0	この授業に意欲的に取り組みましたか（対面授業を中心にお願いします）	4.6	4.6	4.0	5.0	4.8	4.1
理解しやすい話した方、説明でしたか	4.8	4.6	4.4	4.5	4.8	4.3	この授業に意欲的に取り組みましたか（オンライン、プロジェクト上での課題への取り組みを中心にお願いします）	4.5	4.6	3.9	4.7	4.5	4.2
授業の難易度は適切でしたか	4.4	4.2	4.0	4.4	4.3	3.9							

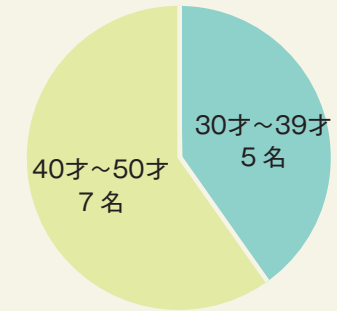
受講生



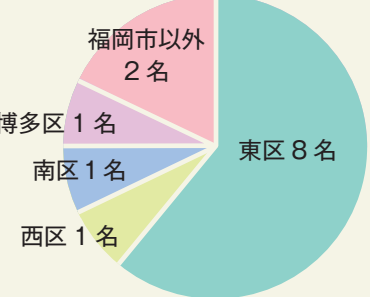
エントリー者の選考結果



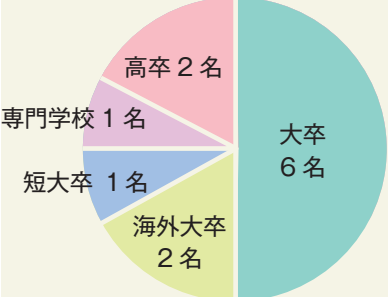
受講決定者の年齢構成



エリア分布



最終学歴

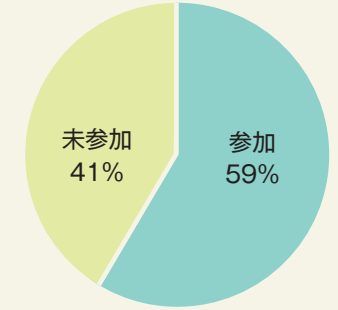


福岡女子大学 外観

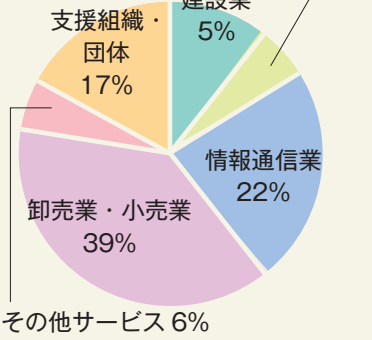
協力企業



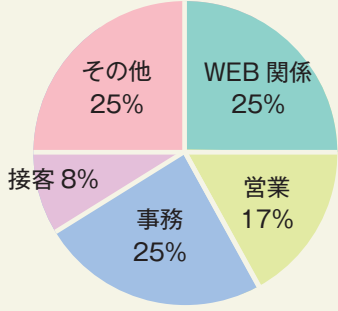
ドラフト会議へ参加状況



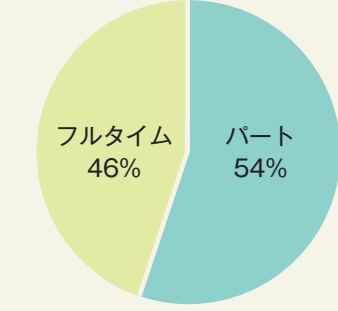
業種



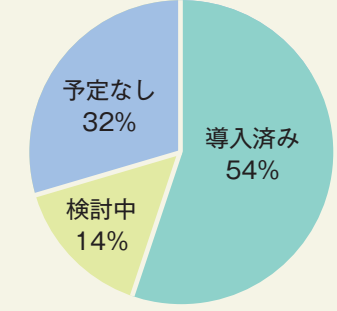
募集職種



求人区分



テレワークの導入状況



ウェルカムバックプログラム報告書作成スケジュール(案)

28ページ A4フルカラー 100部予定

2020.12.26

1月			2月			3月		
1	金		1	月		1	月	3校出校
2	土		2	火		2	火	
3	日		3	水		3	水	
4	月		4	木		4	木	校正戻し
5	火		5	金		5	金	
6	水		6	土		6	土	
7	木		7	日		7	日	
8	金		8	月	初校出校②	8	月	最終校出校
9	土		9	火		9	火	暫定校了
10	日		10	水		10	水	
11	月		11	木		11	木	修了式
12	火		12	金		12	金	
13	水		13	土		13	土	
14	木		14	日		14	日	
15	金		15	月	校正戻し(統計データ原稿受)	15	月	記事追加・校了(受講生就職成果原稿受)
16	土		16	火		16	火	印刷
17	日		17	水		17	水	印刷
18	月	原稿受け①(受講生感想・写真)	18	木	再校出校	18	木	印刷
19	火		19	金		19	金	製本・発送
20	水		20	土		20	土	
21	木		21	日		21	日	
22	金		22	月		22	月	納品予定日
23	土		23	火		23	火	
24	日		24	水	校正戻し	24	水	
25	月		25	木		25	木	
26	火	原稿受け②(野依先生、宮崎先生原稿)	26	金	(講義)	26	金	
27	水		27	土		27	土	
28	木	初校出校①	28	日		28	日	
29	金	(講義)				29	月	
30	土					30	火	
31	日					31	水	