

「2021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



Brush up Program
for professional

文部科学省職業実践力
育成プログラム(BP) 認定講座

主催：公立大学法人 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 / 福岡労働局

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 100周年記念事業推進室
再就職支援事業

TEL 092-692-3198 FAX 092-692-3220

Mail…manabi@fwu.ac.jp URL…http://www.fwu.ac.jp/welcomeback/

発行日 ————— 2022年2月28日

制作・編集 ————— 公立大学法人 福岡女子大学 100周年記念事業推進室
再就職支援事業事務局（何 艶・井場 美紀）

講座レポート ——— 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第3期事業報告書

2021年9月～2022年2月開講

公立大学法人 福岡女子大学

私の魅力を磨いて、
新たなステージへ。



女性のための ウェルカムバック支援プログラム

第3期事業報告書

（2021年9月～2022年2月開講）

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

女性のための ウェルカムバック支援プログラム

2021年9月～2022年2月 開講

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

結婚や出産など、様々な事情で離職された方の再就職を支援する「女性のためのウェルカムバック支援プログラム」は今年で3回目となり、8名の第3期生が本プログラムを修了されました。はじめは不安な表情をされていた皆様が、本プログラムを通してご自身の魅力や強みを再発見し、さらに磨きをかけていかれた様子が、ドラフト会議での生き生きとした表情と、堂々としたプレゼンテーションから伝わってきました。皆様が再就職を果たすことができたのは、同じ志をもつ仲間と互いに励ましあい切磋琢磨されてきた成果です。これから皆様がそれぞれの職場で自分らしく生き生きと活躍されることを期待するとともに、仲間との繋がりをさらに深めていかれることを願っています。

8名の受講生のみなさん、修了おめでとうございます。この6か月間は、みなさんにとって転機となる期間だったのではないのでしょうか。

「出産や育児、家族の事情によって仕事を辞めたが、もう一度働きたい」「再就職したいけど、自分が何をしたいのかわからない…」受講面接の際に、このような話をされたみなさんが、同じ悩みをもつ受講生とともに学び、自分のこれまでの経験を再認識し、ドラフト会議でのスピーチにチャレンジし、60時間のインターンシップで今後のキャリアをさらに具体化して、今日に至っています。6か月前に比べてずいぶん変わったのではないのでしょうか。

本学のプログラムが、働くことを通してみなさんの生活を変え、そして、今後のキャリアを自分を大切にしながら積み上げていくことに貢献できれば幸いです。

今年も引き続きコロナ禍で先が見通せない中、受講生の皆さんには一部オンラインでの授業の受講にもご協力いただきながらプログラムを修了して頂きました。特に小さなお子様を抱えながら、在宅でのオンライン授業の受講は大変だったのではないかと思います。受講生同士で励ましあい、支えあいながら無事全員が修了できたことを心から嬉しく思います。今年度も、5カ月の間に皆さんが自信を取り戻し、どんどん輝いていく姿を拝見することができたことは、関係者の一人として最大の喜びです。このプログラムで再就職へのスタートを切った皆さんが、ご自身の思い描く理想に近い形で今後の職業生活と家庭生活を送られることを心から願っています。



豊貞 佳奈子

とよさだ かなこ

福岡女子大学 国際文理学部
環境科学科 准教授

女性リーダーシップセンター
準備室 室長



野依 智子

のより ともこ

福岡女子大学 国際文理学部
教授



櫻木 理江

さくらき りえ

福岡女子大学 国際文理学部
国際教養学科 講師

目次

プログラムの特徴	3
開講式 & 特別講義	5
STEP1 自分を再発見	
STEP2 自己を磨く	9
STEP3 新しい自分への再挑戦	12
福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議	13
インターンシップレポート	16
受講生の感想	17
講師からのメッセージ	19
修了式	21
学生から見た「再就職支援プログラム」の意義	22
実績データ & アンケート調査	23



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、「ママボランチ講座」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。



「私らしく輝く」を叶えるために 「職場復帰」や「再就職」を応援します

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、結婚・出産・介護などの環境の変化により一時的に「キャリアの中断」を選択し、再開するときに希望の仕事に就けず苦労する女性も多くいます。中断したキャリアをスムーズに再開し、「もう一度、私らしく働く」ことを望む女性を本学の「女性のためのウェルカムバック支援プログラム」は応援します。

「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女性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共に、講座や実践型のグループワークを通して、課題意識を持つことの重要性やその解決手法について学びます。そしてキャリアコーチによる受講生一人ひとりに寄り添ったサポートを受け、福女大ドラフト会議と有給のインターンシップを経て、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・仕事の両立へ踏み出す一歩を、大学がサポートします。

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。

一時保育サービス

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。
*利用料の一部をご負担いただきます。

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して、自信を持って臨める状態に整えます。

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。

9/14[火] 開講式 & 特別講義「男女共同参画社会の現状と課題」 **オンライン実施**

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	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	DAY6	実践
9/21[火] 一歩を踏み出すための仲間づくり オンライン実施	9/24[金] チーム力を磨く オンライン実施	9/28[火] ボランチ育成講座 オンライン実施	10/1[金] 「就活モード」にスイッチを入れよう	10/5[火] 「過去の私」をたどってみよう	10/8[金] 「未来の私」を見える化しよう	10/12[火] 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	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	DAY6
10/15[金] 魅力120%アップ研修①ーわたしブランディング講座 オンライン実施	10/18[月] あなたの笑顔が見てみたい	10/21[木] 「働く」に向けて前に進もう	10/26[火] 魅力120%アップ研修②ー話し方講座	10/29[金] 魅力120%アップ研修③ー立ち居振る舞い講座	11/2[火] 汗を流しても焦ってはいけない
10/19[火] 個別キャリアコーチング①			11/12[金] 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	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	DAY6
11/16[火] 福岡女子大学ドラフト会議	11/24[水] “他者と働く”ための対話のころえ①	11/26[金] “他者と働く”ための対話のころえ②	11/30[火] “他者と働く”ための対話のころえ③	12/20[月] インターバル①	2022.1/21[金] インターバル② オンライン実施
11/19[金] 個別キャリアコーチング② オンライン実施			2021.12/1[水]~2022.2/10[木] インターンシップ期間		

オプション

11/12[金] 特別講座「グッデイの女性活躍」

2022.2/15[火] 修了式 **オンライン実施**

開講式

開講式 & 特別講義「男女共同参画社会の現状と課題」

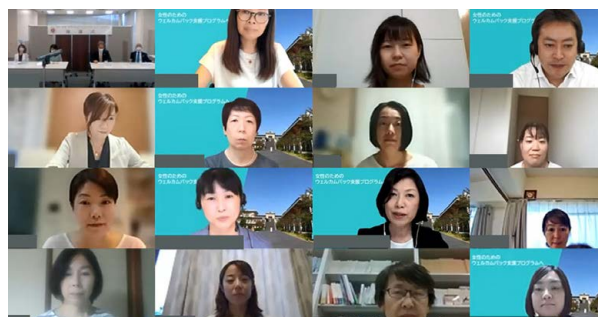
9/14 [火] オンライン実施

講師 野依 智子 福岡女子大学 国際文理学部 教授

仲間や講師と共に新たなステージへ向かう第一歩となる開講式を行い、特別講義では現代社会における女性の立ち位置について考えました。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開講式はオンラインで行いました。それぞれのホームであるお家から参加した受講生たち。共に学ぶ仲間や講師陣と画面越しで対面しました。「自分を再発見し、自己を磨き、＜新しい私＞らしく働くことを目指して欲しい」という本学学長のエールに始まり、これから5ヶ月間、再就職に向かって歩む日々に寄り添う講師のみなさんや事務局より、勇気を出して一歩を踏み出した受講生にメッセージが伝えられました。また、昨年度このプログラムで学び、新しい仕事と家庭の両立を頑張っている2期生の代表も新たな門出の祝福に訪れました。不安を乗り越え

輝く先輩の姿は受講生の励みになったようです。開講式の後はいよいよ学び始め。特別講義では、これから一歩を踏み出すにあたり、ジェンダー統計を通して現代社会における女性の立ち位置を知り、その背景について考えました。



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

9/21 [火] 10:30-14:30 オンライン実施

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。

開講式に続き、オンラインでの実施となったDay1。本学のこのプログラムは今年で3回目となりますが、講師の岸さんによる「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る」ためのワークショップ型の講座から始まるのが恒例となりました。質問形式の自己紹介などで、自分の話を聞いてもらったり、他の受講生の背景を知ったりする中で、ほっと安心して緊張が解きほぐされ、やる気も湧いてくる大切な時間となっています。

ワークショップの特色は、参加体験型であり、お互いから学び合うこと。オンラインでの実施は難しいようにも感じられますが、自分にとって参加しやすい安心できる場所からの参加、離れていても

お互いの表情がよく見える環境で、早速打ち解けあっていくことができたようです。コロナ禍という状況において増えたりリモートで会議や仕事をするものの良い側面を確かめ、活用の仕方を学ぶ時間にもなりました。



STEP1 自分を再発見

DAY2 講義レポート

チーム力を磨く

9/24 [金] 10:30-14:30 オンライン実施

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。

前回に引き続き、オンラインでワークショップ型の講座を実施しました。今回のテーマは、職場や家庭でとても大切になる「チーム力を磨く」。それぞれの違う視点や考え、価値観に気づき、受け止めることを学ぶ時間となりました。ゲーム感覚のワークに取り組み、自分の考えを引き出して共有する中で、様々な価値観に触れ、それぞれに違いがあることや優劣がないことを感じ取りました。ワークを終えた受講生からは、「自分の大事にしていることに改めて気付くことができた」「講座が始まったばかりで緊張していたけど、自分の思いを引き出してもらえたので身構えなくてもよかったと感じた」「難しい質問もあったけど、みなさんと一緒に悩むプロセス

が楽しくてワクワクした」「人それぞれ違う価値観や考え方があることがわかった。みなさんからもらった新しい視点を大事にしたい」など、充実した学びを伝える言葉が聞かれました。



STEP1 自分を再発見

DAY3 講義レポート

ボランチ育成講座

9/28 [火] 10:30-14:30 オンライン実施

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。

ドラフト会議やインターンシップなどの再就職に向けた歩みをサポートする講師の田中さんによる最初の講座のテーマは「ボランチ人材になるために」。ボランチとはサッカーの攻守の要、フィールド全体を視野に入れて限られた時間内に各選手の最適なプレーを引き出し、ゴールを目指すポジションのこと。ボランチのように組織やチームの中で全体を視野に入れて先を見通し判断していく能力は、家庭生活や子育て中でも育まれています。ブランクと思っていた時間も強みであることに気付かされました。午後からは講師に森脇さんをお迎えして「自分の強みを発見！強みを活かしたプロになる」の講座を実施しました。ボラ

ンチのような存在として活躍するために大切な心構えや自分の強みについて考えながら、企業でプロとして働く上で必要になっていく、自分のすること責任を持ち相手の立場に立って考えることや、情報管理の仕方やコミュニケーションの取り方など、具体術についても学びました。



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

10/1 [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」。

私にピッタリの相手をどのように見つけるのか、就活の基礎から学びました。

Day4-6の目標は「やれば、できそう!」という手応えを得ること。企業や職場、お客様の求めるものを推測する力、自分らしさを伝える力をつけ、自分に「できること」や「してきたこと」に気づき自信を持つことを目指しました。

ついに始まった対面講座。まず初めに行ったのは、再就職に向けて大切なスキルになる自己紹介。情報の整理や構成のコツを教わり、一人ずつ自己紹介をしました。何を求め、どのような思いでこのプログラムに参加したのか、これまでどのようなことをしてきたのか、現在どのような状況にあるのか、「伝わる自己紹介」を実践的に学ぶとともに、お互いへの理解を深めていきました。これから

始まる就活は企業とのマッチング。自分に合った職場を見つけるために、ライフスタイル、仕事や社会との関わりにおいて何を大切にしているのかを見つめ直し、自分の価値観と合う企業に出会うための大切な一歩を踏み出しました。



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

10/5 [火] 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した。交流しながらワークをすることで、客観的な視点から自分の特徴や強みが見えてきました。

Day5は未来へ踏み出すために必要な、これまでの自分と向き合う時間となりました。まずは「仕事を通して実現したいこと」をテーマにした1分間スピーチと、仲間のためにおすすめの仕事を紹介しました。スピーチに慣れることは再就職に向けてとても大切。一人ひとりのスピーチのいいところを講師の木村さんが言葉にし、自分のいいところや仲間のいいところを知る機会を与えてくれました。これまでの講座を共に過ごし、家庭の事情や長所を知ってくれている仲間が、向いていると思う仕事を提案してくれることは、それぞれの可能性を上げ、自信をつけてくれたようです。後半はこれまでの自分の経験を振り返りました。過去を客観的に振り

返ることにより自分の強みやどのように困難を克服してきたかが見えてきます。そしていよいよ再就職に向けての具体的な学びへ。職務経歴書の書き方、企業目線で見たときのポイントなどを学び、次の講座に続きます。



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

10/8 [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、活かせそうな私の強みを考えました。

Day6も1分間スピーチからスタート。この日のテーマは「私の略歴／職務の概要」。スピーチにも慣れてきて、相手に伝わる話し方を意識し、それぞれが自分らしくしっかりと発表ができました。講師のもとで仲間たちと丁寧に学ぶ中で、就職活動への準備が着々と進んでいます。面接や履歴書から採用する企業が何を知りたいかということ、就職を希望する人が自分の会社に合っているかということ。これまでの経歴だけではなく、将来を見通し明確に伝えることも必要となってきます。家庭生活との両立を目指して、家族の将来と共に、自分のこれからのキャリアについて考えました。そして、これからいよいよ再就職に向けて動き始める

受講生に、講師の木村さんから「就活はマッチング。採用されなくても自分が否定されたわけではなく、合うところを探せばいいということ」という言葉や働く上で必要なスキルや考え方のアドバイスが伝えられました。



STEP1 自分を再発見

実践 講義レポート

グループワーク「就職先の企業の選び方」

10/12 [火] 10:30-12:00

講師 田中 彩 NPO 法人ママワーク研究所 理事長

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。「どの企業で働きたいのか、なぜその企業で働きたいのか」を発表しました。

本プログラムには山場ともいえるウェルカムバックドラフト会議があります。このドラフト会議は、受講生がステージに立ち、企業の方々に自分の強みや働き方の希望をスピーチするというもの。この日は、今年度のドラフト会議の参加企業の求人票に基づいて「応募したい」「関心がある」ものを選んで共有しました。選んだ理由には、企業理念に共感できる、新たな業種に挑戦したいという声の他、自宅から通いやすい、在宅でも仕事ができる、家庭を持つ女性への理解が感じられるなど、家庭と仕事の両立ができる環境が整っているかが挙げられました。講師の田中さんからは、これから実際にインターンシップ先や就職先を探す際は様々な

迷いが生じることもあるため、「自分にとっていちばん大事なことはなにか」を心に留めておくことが助言されました。求人票の見方や、企業の最新情報についての説明も行われ、いよいよ次のステップに進みます。



STEP2 自己を磨く

DAY1 講義レポート

魅力120%アップ研修① -わたしブランディング講座

10/15 [金] 10:30-12:00 オンライン実施

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」を考えました。

一般的にブランディングは類似するサービスや商品などの財との差別化ですが、この講座でのブランディングとは他の人（求職者）との差別化のことをいいます。自分の「強み」と「人との違い」をしっかり整理して、就職したい企業に「一緒に働きたい」と言ってもらえるように自分の価値を伝える準備をします。STEP2 を終えると、ステージに立ってインターンシップ先の候補も含む企業の方々の前でスピーチをするドラフト会議が待っている受講生たち。「わたらしいスピーチ」をするために、これまでのキャリアを振り返り、今の頑張りや未来への意欲を言語化して、自分の強みや良さを整理しました。スピーチや面接などで大切なのは自己

評価ではなく、相手に伝えたい強みを企業目線で伝えること。本プログラムの先輩たちの例も参考に、言葉にする際のポイントを抑え、いよいよ再就職へ繋がるドラフト会議に向けて踏み出しました。



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

10/18 [金] 10:30-14:30

講師 西島 昇子 キャリアコンサルタント

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。

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はなく、再就職後の社会生活、家族との関係づくりでも重要となる笑顔とコミュニケーション。今回の講座では好感が持たれる自分らしい第一印象の身につけ方と、仕事を円滑に進めるための言葉のスキルについて学びました。笑顔や明るい挨拶は周囲の人にも笑顔をもたらし、協力しやすい打ち解けた雰囲気をつくり、自分自身の緊張やイライラをほぐす力も持っています。自然な笑顔になる方法や挨拶のポイント、滑舌を良くする練習を教わり早速実践しました。職場や家庭でいい人間関係を築いていくためには、マイナスの言葉をプラスの言葉に変えたり、クッションになる

ような柔らかい言葉を添えたり、印象のいい言葉遣いをするのが大切です。日頃から実践して身につけていけるように、具体的な言葉の選び方を教わりました。笑顔や言葉に自信をつけて、再就職に向けてまた一歩前進です。



STEP2 自己を磨く

DAY3 講義レポート

「働く」に向けて前に進もう

10/21 [木] 10:30-14:30

講師 西島 昇子 キャリアコンサルタント

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がテーマとなるこの日の講座は、まず自分自身のことを振り返り、コミュニケーションについて問題を感じたエピソードや実践していることなどを発表することから始まりました。共に講座で学ぶ仲間が日々感じていることは、共感を持って考えられることが多く、コミュニケーションについて理解を深められるだけでなく、お互いへの理解も深め合うことができる時間となりました。再就職をすると、これまでより人間関係が広がります。また、仕事と家庭を両立する上では伝えたいことを上手く伝えることや周囲と信頼関係を築いていくことがとても重要になります。正しく自己認識

をして今後のコミュニケーションに活かすために自分の思考や行動のパターンを知り、自分の言いたいことを相手の立場を尊重して伝えるアサーションコミュニケーションや、積極的な傾聴方法について学びました。



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

10/26 [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。

ウェルカムバックドラフト会議でのスピーチに向けて、自分らしく魅力的な声で話す方法を学びました。話し方を磨くためには3つのスイッチがあります。1つ目は顔のスイッチ。相手が安心し、場が和み、自分が余裕を持てる明るい表情を心掛けます。2つ目は声のスイッチ。体全体からエネルギーが伝わるように、惹きつけるはっきりした明るい声を発します。3つ目は心のスイッチ。表現力豊かに、相手に伝わるように語り掛けます。発声方法と話し方を学んだ後は、実際のスピーチのように一人ずつ教室の前方に立ち、明るい挨拶から始まる自己紹介を行い、どうすればより伝えたいことが伝わるか、もっと印象が良くなるか、丁寧に

指導を受けました。ステージに立って自分のことをアピールすることはとてもハードルの高いことのように感じますが、講師の後押しを受けて仲間と共に一歩一歩進むことで乗り越える力を育んでいきます。



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

10/29 [金] 10:30-12:00

講師 綾野 由紀美 With styling ayano 代表

「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。

第一印象が良いと好感度が高くなり、人の記憶に残りやすくなります。再就職を目指すにあたってとても重要になる、良い印象を与える立ち居振る舞いを学びました。印象力をアップする自然で信頼できる笑顔と、自分をアピールできるしぐさと姿勢を身につけるためのトレーニング方法を習い、ウェルカムバックドラフト会議のステージに立つ日に向けて、目指す自分のイメージを確認しました。後半はステージでの立ち居振る舞いを実践しました。良い姿勢のままで笑顔を保って立ち上がり、歩き、座り、お辞儀をする、一人ひとりの一連の立ち居振る舞いを講師がチェックをし、よくできているところを言葉にし、もっとよくなる

ための助言を与えていきました。美しい立ち居振る舞いを意識することは、印象をよくするだけではなく、内面にも良い変化を与えます。自分を磨くためのステップをまたひとつ重ねて自信をつけて、いよいよ再就職へつながるステージに向かいます。



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

11/2 [火] 10:30-14:30

講師 西島 昇子 キャリアコンサルタント

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

この日は就職活動での面接や、ウェルカムバックドラフト会議でのスピーチ後に行われる参加企業の担当者と面談する交流会の練習となる模擬面接を行いました。ここまでの講座で、自分の強みや人との違いを掘り下げたり、これまで、現在、未来について考えて希望条件をまとめたり、笑顔や話し方、立ち居振る舞いを磨いたり、スピーチのための準備を重ねてきた受講生たちですが、面接は準備を整えて向かうスピーチとは違う難しさがあります。今年で3年目となるこのプログラムですが、これまでの修了生からも「交流会での受け答えが難しかった」という声が聞かれていました。模擬面接では、講師や同期の仲間、よく知る人が相手であっても、いつもと

違う緊張を感じたり、咄嗟の質問に答える難しさを感じたりした様子でしたが、この練習やアドバイスが実際の再就職へ向けた大切な場面できっと助けになることと思います。



STEP3 新しい自分への再挑戦

DAY1 ドラフト会議

福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議

11/16 [火] (P13・14 をご覧ください。)

STEP3 新しい自分への再挑戦

DAY2・3・4

”他者と働く”ための対話のころえ

11/24 [水] 11/26 [金] 11/30 [火] 10:30-14:30

講師 平山 猛 株式会社トライローグ 代表取締役

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。

この日はウェルカムバックドラフト会議(13~14 ページ掲載)の振り返りからスタートしました。ステージに立って自身の強みや就職にあたっての希望をスピーチした受講生たちは、当日を迎えるまでの不安や達成感、反省や新たな課題を率直に打ち明け合いました。共有できる仲間がいることは再就職という重要な局面を迎える受講生にとって大きな支えとなっているようです。続いては「対話」についての講義がスタート。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。STEP3では仕事と家庭生活で重要な対話を実践しながら学んでいきました。



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。



前半は「価値観の違いを知ること」を目的に対話の演習を行いました。「愛情・思いやり・お金・自己実現・正義・楽しみ・健康」を大切にしている順に並べ、グループで共有し全員が納得いくように順位を決めました。重要なのはどんな結果が出たかではなく、どのように話し合ったかということ。話し合いに納得できたかについて振り返りました。後半は「チームで協議すること」を目的に情報を提供し合って問題解決するグループワークに挑戦。二つのワークを通してチームで取り組む良さと難しさを体験しながら、合意形成の心得を知り、考えや立場の違う他者との協働に必要なスキルを学びました。

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。

ここまで対話について実践的に学んできましたが、実際に話し合いをする場では、「話が長くなる・発言する人が偏る・意見を出すことに遠慮がある」など、有意義な時間にすることが難しいことも多々あります。今回は限られた時間で偏ることなく多くのアイデアを集め、問題解決を目指す、ポストイット®を使った話し合いに挑戦しました。「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し、解決のアイデアを出し合っ見える化し整理しました。効率的な話し合い方を学びながら、再就職に向けての悩みや心配事の解決方法を仲間と共に考えることができました。





ステージに立ち、新しい自分を宣言。

企業の方々や特別審査員を前にステージに立ち、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、就労への意欲や希望をスピーチする「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。この日のために、自分と向き合い、自分を磨き、新しい自分を見つけ出した受講生たち。堂々と発表

する姿に、企業の方々や特別審査員の皆さんから「いいね!」のプラカードを通じて「応援したい」「共に働きたい」という気持ちが伝えられました。

スピーチ後は、参加企業の方々と直接対話する交流会を実施しました。様々な企業の方々との面談は、インターンシップや再就職に向けての具体的な希望や自分の可能性を考える機会になりました。



来賓代表挨拶

清重 隆信 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・
安全課男女共同参画学習室長

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ますことに心よりお慶び申し上げます。文部科学省では、女性に豊かな人生を送り、社会に参画していただくことを目的に、多様なチャレンジをする女性のためのリカレント教育を推進しております。様々な女性の学びの支援が、この福岡の地域の活性化、そして日本全体の活性化に繋がると考えています。

この後スピーチを控えている皆さんは大変緊張されているでしょうが、思うようにいかなかったとしても、何よりもこのプログラムに参加して、これまで学びやこの日のための準備を重ねてきたことが、皆さんの自信や誇りとなることと思いますのでどうか頑張ってください。この機会がここに集まった関係者の皆さんにとって実りあるものになることを願っています。

特別審査員

- | | |
|--------|--|
| 柳瀬 留美 | 福岡県人づくり・県民生活部男女共同参画推進課 課長 |
| 古賀 みのり | 福岡市市民局男女共同参画部女性活躍推進課 課長 |
| 田中 彩 | ママワーク研究所 理事長 Work Step 株式会社 代表取締役 |
| 豊貞 佳奈子 | 福岡女子大学 国際文理学部 環境科学科 准教授
女性リーダーシップセンター準備室 室長 |
| 野依 智子 | 福岡女子大学 国際文理学部 教授 |
| 櫻木 理江 | 福岡女子大学 国際文理学部 国際教養学科 講師 |



審査委員長総評

向井 剛

福岡女子大学 理事長・学長

皆さんの素晴らしいスピーチに圧倒されました。もし教員の面接でしたらすぐ採用したいくらいです。開講式で、このプログラムには「自分を再発見」「自己を磨く」「新しい自分への再挑戦」という3つのステップがあることをお伝えしましたが、今日は新しい自分に挑戦するという意志表明をこれまでの経験を交えて明瞭な言葉でしていただきました。「言葉が自分を創り上げる」言語論的転回の考えていうと、この宣言を通して新しい自分ができあがったのだと思っております。おそらくご家庭ではお子さんがこの日に向けて頑張る姿を見ていたことと思います。そういう姿こそ、お子さんの成長する力になるのではないのでしょうか。

福岡女子大学は国の教育政策ではなく、「高等教育の機会を」という女性の声、市民の声が届き、草の根運動によってできました。また、福岡は野村望東尼や伊藤野枝など、信念ある女性のスピリットが流れる地です。そのような場で学べたことを誇りに、歴史的な存在として活躍していただきたいと思います。

残念なことに日本はジェンダーギャップ指数のランクがまだ低いですが、今日のみなさんの姿を見て活躍する場が提供されていないだけだと感じました。企業の方にはこの才能を生かし、女性の活躍をご支援いただきたいと思います。皆さんお疲れさまでした。

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。8名の受講生は堂々とステージに立ち、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成長、そして、これからの自分にできることや挑戦したいことをスピーチしました。フリップなどの小道具を使ってアピールする受講生も登場し、それぞれの魅力が伝わるステージに、参加企業の方や特別審査員からは応援の気持ちを込めた「いいね!」のプラカードが掲げられ、大いに盛り上がりました。

これまでの講座で自分自身と向き合って磨いてきた成果が伝わる素晴らしい宣言。共に学び、お互いの努力を知る受講生たちが、精一杯に頑張る仲間の姿に涙する場面も見られ、強い絆が感じられました。特別審査員からはその成長ぶりや素晴らしいスピーチ、美しい姿に驚きの声や心からのエールが伝えられました。緊張のステージを乗り越えて確かな成長を見せたこと、自分らしさを表現したことは、これから再スタートをする受講生を支える自信と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)」



インターンシップ先の候補を含む、ウェルカムバックドラフト会議参加企業の担当者と受講生が1対1で向かい合い、双方の知りたいことを話す交流会を行いました。自分らしさを伝えるために準備を重ねたスピーチが届いたようで、受講生からは「企業の方にこれまでの経験に興味を持っていただけて嬉しかった」「将来のことまで考えてくださる言葉にあたたかい気持ちになった」などの声が聞かれ

ました。また、「会社の雰囲気や仕事内容などを聞くことができて興味深く楽しかった」という就職に向けて情報を得られたことが伝わる感想や「質問に対して明確に答えることができなかった」という次に繋げるための反省の声もありました。限られた時間ではありましたが、受講生と企業がお互いを知り合い、良いマッチングを生み出すための有意義な会となったようです。

インターバル講座①②

12/20[月] 10:00-12:00 1/21[金] 10:00-12:00 オンライン実施

講師 田中 彩 NPO 法人ママワーク研究所 理事長

インターンシップ期間中の報告と悩みの共有、学びの振り返りを行い、再就職に向けてそれぞれの今後の方向性を考えました。

再就職へ向けたプログラムは、いよいよ最後のステップであるインターンとしての実務体験が始まりました。これまでの学びは、講師のもと仲間と一緒に乗り越えてきましたが、ここからはそれぞれが自分の条件や希望に合った企業で歩み始めることになります。インターンシップが始まっている人、これからの人も中、12月20日に1回目のインターバル講座を行いました。インターン先を探す中での迷いや決め手、仕事内容や所感、これから始まる人は今の心境などを共有し、新しい仕事について、子どもについて、家事やパートナーとの協力体制についての不安や困りごとを分かち合い、アドバイスを受けながら対応策を考えていきました。1月21日に実施した2回目のインターバル講座では、近況報告の他、このプログラムを経て再就職した修了生に

インタビューを行い、家庭と仕事との両立のための工夫や実際の様子を聞かせてもらいました。自分たちと同じ道を辿り、乗り越えて頑張っている先輩は、受講生にとっていちばん話を聞きたい人たち。具体的な質問に答えてもらい、アドバイスや励ましの言葉をもらう時間は、受講生の不安を軽くし、勇気を与えてくれたようです。インターンシップでの学びや課題を確かめ、仕事でも家庭でも輝くための自分に合った働き方を明確にして、このプログラムの修了、そして就労へと向かいます。



特別講義

「グッデイの女性活躍について」

11/12[金] 11:00-12:00

講師 渡辺 晶 氏 嘉穂無線ホールディングス株式会社 管理本部 人事総務部長

時代に合わせた進化を目指し、チャレンジを続ける企業での女性の活躍、働きやすい職場づくりや学びの支援についてお話を伺いました。



北部九州・山口で暮らしに寄り添うホームセンターとして親しまれるグッデイは「家族でつくるいい一日」を事業理念に、「DIYが趣味のお父さんが訪れる店」から「女性も訪れたい家族みんなが楽しめる店」への進化を目指し、女性目線も意識した品揃えをした店づくり、様々な人がものづくりを楽しめる工房開設やライフスタイルを提案するイベントの実施、テレビCMなどでの広報活動を行い、マーケットの拡大を実現してきました。女性客の増加により、さらに女性

視点での店舗運営が重要となり、女性社員は増加。多くの女性社員が転職経験や子育て経験、趣味を含めたこれまでのキャリアを生かした活躍をするようになりました。それに伴い、女性も働きやすい職場となるための環境づくりや学びへの支援も積極的に行われています。進化し続ける企業での女性の活躍は、再就職へ向けて歩む受講生にとって心強いエールとなりました。

インターンシップ
レポート

インターンシップ期間

2021.12/1[水]~2022.2/10[木]

「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のもと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」への気持ちの切り替えも働きながら学んでいきます。インターン期間終了後は、両者へ意向確認を行い、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か月となりました。

中村 由実さん

【インターン先業種】 給与計算代行事業

【インターン期間】 2021.12.16 ~ 2022.1.15



勇気を出して踏み出した一歩

結婚退職してから16年ぶりの社会復帰だったので、本当に働けるのだろうか、最初はとても不安でした。しかし2か月間の講座とドラフト会議登壇の経験が、私に少しずつ自信を付け、背中を押してくれました。インターンシップ先は、自宅からも近く、週3日・5時間/日の勤務で、無理なく働き始めることが出来ました。子育て中のパート勤務の方も多く、子どもの病気や学校行事などでの休みにも柔軟に対応してくださり、有り難い環境です。今は

社会保険労務士の補助として郵送業務をメインに、電話や来客対応、その他庶務業務に携わっています。インターンシップ終了後も引き続き採用して頂けるという事で、嬉しく思っています。一人で就職活動をしていたら、きっと巡り合うことはできなかった職場。勇気を出して一歩踏み出して本当によかったです。ありがとうございました。

樋口 真里さん

【インターン先業種】 情報通信/インターネット映像情報制作

【インターン期間】 2021.12.22 ~ 2022.1.27



講義・インターンを通してUpdateした自分

コロナ感染拡大防止の就業規則によりインターンの大半はテレワークとなりました。Google カレンダーなどのGoogle ソフト・Zoom 面談・Workplace・WEB 勤怠管理ソフトといった、リモートワークの軸になるツールをたくさん経験することが出来ました。自身が興味関心を持った業務の同席を依頼し、応募していくスタイルでした。主体的に動いた結果、多方面の仕事に関わり、また社員さんともスムーズにコミュニケーションを取ることが出来ました。ママクルーと

して社内から絶大な信頼を得ている、必要とされている先輩ママさんの生き生きとした姿はとても励みになりました。仕事としてもそうですが人としての学びも多く、勇気を持って一歩踏み出すと想像以上の素敵な世界が待っているという事を実感しました。今後はこの経験を活かし自分を大切に、そして可能性に自らふたをしないように、自分を信じて更なるUpdateを目指します。

受講生の感想



山勝 茜
インターンシップ先
株式会社カウテレビジョン

出産を機に仕事を辞め、働いていない今だからこそ、自分を見つめ直すいい機会なのではないかと思い、このプログラムに参加しました。講座の中で、過去を振り返ったり、受講生同士で対話を繰り返したりすることで、改めて自分の価値観を再認識することができました。また、コミュニケーションについてなど、仕事以外でも大切なスキルを学ぶことができました。約5か月に渡るプログラムでしたが、毎週の講座に始まり、ドラフト会議、インターンシップとステップを踏むごとに自信も付き、とても楽しく講座を修了することができました。また、一緒に頑張る仲間ができたことも、このプログラムを受講して良かったことの一つです。このようなプログラムに参加でき、大学をはじめ関わってくださった全ての皆さまに感謝しています。本当にありがとうございました。

講座を受講したきっかけは社会復帰をしたいという気持ちよりも復帰しなければいけないという使命感からでした。家庭内保育の小さい子供がいても安心して受講でき仲間との交流が何よりも楽しかったです。専門の先生方が色んな角度から自分を見つめる方法を教えてくれて、今までの経験も全て無駄じゃない。立派な経験だと肯定されて受講を増すごとにモチベーションも上がっていききました。一方で、社会へ出るためには事前準備の重要性も実感しました。今回、諸事情でインターンへの参加はできませんでしたが、履歴書の書き方から上手なコミュニケーションの取り方など自分自身のステップアップにも繋がる講座を受けたので、いつでも社会進出ができるという安心感が生まれました。いつでも親身になってくれる仲間がいて、私個人の問題にも向き合ってくれた事務局の皆様初め関係者の皆様には感謝しかありません。本当にありがとうございました。



岩本 知佐江
インターンシップ先
Gcom ホールディングス
株式会社

第一子出産から6年が経ち、仕事を通じ社会と繋がりたいという強い気持ちはあったものの、不安で一歩が踏み出せずにいました。自身で就職活動をするという選択肢もありますが、あえて大学でのプログラムを受講して復帰したいと思った理由として3つの目的がありました。①家庭と仕事の両立が可能か試すステップを踏みたい ②キャリアの棚卸しをしたい ③苦手なデジタルツールに慣れておきたい 受講し様々な不安は解消され目的を達成しました。それだけでなく、温かく見守って下さった事務局の皆様、熱意ある講師の先生方、同じ再就職を目指すメンバーと一緒にだったからこそ、深い学びを得ることができ、不安を自信に変えることができました。さらに未経験の仕事に挑戦したいという気持ちを受けてくださった企業の方と出会い、将来への可能性も広げることが出来ました。不安を自信に。そして可能性を広げることでできるプログラムが、今後もっと広がっていくことを願っています。本当に有難う御座いました

受講して本当に良かった!!素直な感想です。結婚退職してから早 16 年、いつか仕事をしたいと思いつつも、度重なる転勤や 3 人の子育てに追われ、自分のことは後回しの 16 年でした。講座で行われた『自分の過去の洗い直し、深掘り』は大変でしたが、自分のことをこんなに見つめ直したのは久しぶりで、新鮮でした。主婦である 16 年間はブランクではなく、職場とは違う場所（家庭や子ども達と関わる場所）でパワーアップしていたということを教えて頂いたのは、私にとってとても大きな自信に繋がりました。同じ社会復帰を目指す 3 期生の仲間に出会えたことも、幸せでした。一緒に悩んだり、相談したり、笑い合えた 5 か月間はとても良い思い出です。素晴らしい講師の皆様、いつも温かく見守ってくださった事務局の皆様、沢山の方々に支えて頂き、再就職が出来ました。感謝の気持ちでいっぱいです。



江頭 まり子



中村 由実
インターンシップ先
株式会社 HOnPro



大庭 小登子
インターンシップ先
株式会社
カウテレビジョン

出産で仕事から離れ、落ち着いたら仕事を始めたいという気持ちもあり、偶然見つけた本講座に魅力を感じ、応募しました。開講式からの数回、オンラインでも初めて出会う先生や同期の方々と、楽しくコミュニケーションしながら自分のことを再発見できることに感動しました。キャリアの棚卸し、職務経歴書の書き方、インターン希望先への応募、インターン等、一般企業への就職活動をしたことがなかった私にとって難しいけれど貴重な経験でした。笑顔の大切さ、コミュニケーションについてなど、日常生活でも実践していきたいこともたくさん学べました。そして、壁にぶつかる度に、励ましてくださり将来こんなふうになりたいと思う先生方や大学関係者の方々、悩みも喜びも共有し合える同期の方々に出会えたことが一番の幸せでした。本当にありがとうございました。

一歩踏み出す勇氣。自分を信じて前に進む。何かを始めるのに遅い事はない。育児に没頭した時代を終え、ふと自分のこれからの人生を考えた時、社会復帰の文字がよぎりました。10 年以上も社会から離れていた自分、コロナ禍での変化した働き方。重すぎる一歩が踏み出せず、こちらの講座を受講しました。豊富なラインナップ。受講回数を重ねるたび、成長と学びの喜びを噛みしめた日々。子育て経験は「人材育成力」「忍耐力」「段取り力」に匹敵する。魔法のコトバの数々にみなぎる勇氣。ママボランチというスキルの在り方に共感を覚え、明確なビジョンを持つことが出来ました。信頼し合える仲間、忘れる事のない講師陣。講座開催に携わった全ての方々との出会い。一歩踏み出した自分への最大のご褒美だと思っています。ありがとうございました。



樋口 真里
インターンシップ先
株式会社
カウテレビジョン



黒田 恵美
インターンシップ先
株式会社
シーノ・オフィス

「受講して本当に良かった。」これが 1 番の気持ちです。前職を辞めてから時間が経ち、資格も強みもなく自信をなくしていた私ですが、このプログラムに参加し、キャリアの棚卸し、履歴書や職務経歴書の作成、面接対策など受講を重ねる度に自信に繋がっていくのを感じました。また、職場だけでなく家族や友人との間でも大切なコミュニケーション力についても学ぶ事ができました。授業で毎回発言の機会があった事も私には大きく、段々と抵抗なく発言できるようになっている自分の変化は発見でした。受講前には想像できなかったチャレンジができた事は、本当に嬉しく忘れられない貴重な経験となりました。ここで学び経験した事、一緒に学んだ仲間との出会いは私の宝物です。これからもチャレンジ精神を持ち続けながら前に進んでいきたいと思ひます。

「悩む一年より、一歩踏み出した一年にしたい。」受講を決意した時の気持ちです。そしていざ講座がスタートすると、想像以上に日々ワクワク、生きいきとしている自分がいました。地元で最新の学びが出来る事は本当に有難かったですし、何より社会人としての学びへの意欲は学生時代とは熱量が違いました。再就職するにあたり、最初は自分のスキルの無さにばかり目が行きがちでしたが「家庭で培われたもの」も一つの立派なスキルだという事を講座の中で再認識でき、同時に「ブランクで足りないもの」も具体的に自覚することができました。自分自身の強みも弱みも再発見・発信できたことが、再就職というゴールへ一直線で進めたのだと思います。同じ志を持つ仲間に出会えたこと、毎回素晴らしい講義を受講できたこと。福岡女子大学の皆様と講師の先生方へは感謝の気持ちで一杯です。ありがとうございました。



山路 麻里子
インターンシップ先
株式会社 HOnPro

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

プログラム修了おめでとうございます。
緊急事態宣言発令中での講座スタート。本来ならキャンパスに集まって女子大生気分を味わいながらの学びになるはずが、慣れないオンライン会議システムを使つての授業。不安と戸惑いを持たれた方も少なくなかったと思いますが、対面での授業と遜色なく活発に意見交換し、クラスメイトとの対話を楽しめたみなさんなら、どんなことも乗り越えていける！と確信しました。大人になって「初めてのこと」に直面すると、失敗を恐れて一歩が踏み出せなくなってしまうがちですが、「初めてのこと」にチャレンジしたみなさんなら、きっとだいじょうぶ。これから飛び出す世界でも、どうぞ周りの人との対話を大切に、みなさんらしく軽やかにしなやかに。Enjoy!



キャリアコンサルタント
西島 昇子
にしじま しょうこ

皆さんの笑顔は最高です。講義中の難しいことでも仲間と話し合っているうちに自然と笑顔になっていましたね。STEP2で笑顔標語を作り、傾聴とアサーティブコミュニケーションを学び、就職のための面接対策にチャレンジしていただきました。その学びを活かしながら仕事をする現場は甘くはないでしょう。苦しいことも多いかもしれませんが、しかし、「皆さんはどこに行っても笑顔で挨拶して、自分からひと手間かけながら相手のために動く人になっています」それは、仲間と苦楽を共有し分かち合うコミュニケーションを現在も心がけているからです。これからの皆さんが、更に周りを明るく楽しく照らす存在になっていかれることを確信しています。



研修講師、コーチ
木村 千歳
きむら ちとせ

約半年間、お疲れ様でした。全てのプログラムを終了されて、今、どのようなお気持ちでしょうか。入学当初の皆さんは、他者と比較し不足している部分ばかりが気になり、自信が無いように見えました。そんな皆さんが、学びや交流を通して、「してきたこと、できること」に気づかれていきました。その気づきが表情や行動の変化につながり、短期間で著しい成長を遂げられました。自信を取り戻した一方で、実際に職場体験をしてみて、新たな課題に直面されたのではないかと思います。成長するから壁に当たるし、壁を乗り越えることでまた成長します。そうやって次のステージに進まれた皆さんと、近いうちに再会できますよう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

プログラムの修了、おめでとうございます。
コロナウィルスの感染拡大によって、企業においては事業の在り方や、仕事のやり方の見直しが求められ、私たちの働き方にも大きな変化が生じています。環境が変化する中では、葛藤や対立はつきものです。
これから皆さんが仕事に復帰される際には、様々な変化の中で多くの人と関わっていかなければいけません。人と人との関係性の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。
今後の皆さんのご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
Work Step 株式会社 代表取締役
田中 彩
たなか あや

このプログラムの中で、ドラフト会議への登壇サポート講座やインターンシップのご縁つなぎを担当させていただきました。今年は、コロナ禍での開講でしたから、不安も大きかったと思うのですが、お会いしてみると意欲の高さ、お人柄の素晴らしい皆さんで驚きました。志の高い同期との密な交流も相まって、各位の目覚ましい学びと行動力に感銘の連続でした。緊張したことと思いますが、ドラフト会議で皆さん一人ひとりがスピーチにした、強み・経験は、この先もずっとキャリアを支えてくれる基盤です。インターンシップの第3ステップを経ての修了、本当にお疲れ様でした。
このプログラム受講を経て、ご自身の希望するキャリアが益々花開くことを心より願っています。



ボイスエアー 代表
藤重 知子
ふじしげ ともこ

プログラム修了おめでとうございます！話し方講座の時、皆さんの「自分を客観的に捉えて磨いていく力」に驚きました。「声と話し方」のスキルアップをするためには、自分をよく知ることが大切。私が「声と話し方の3つのスイッチ」をお伝えすると、皆さんはすぐにやってみて、動画でチェックしてさらに良くなるためにどうしたらよいかを即意識して質問して修正していく。なんとパワフルで素晴らしい集中力！ドラフト会議当日のスピーチも堂々と豊かな表現ができて立派でした。プログラムを通して高めてきた力を自信に、刺激し合える仲間との繋がりも大切にして、次なるフィールドでも自分らしく輝いてください。これからも応援しています。



ウイズキャリア 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。
「ボランチ育成講座」を担当させていただきました。講座ではプロとして仕事に取り組む心構えや目指してほしい姿、仕事をスムーズに進めるコツをお伝えしました。実際に仕事に就かれて、就業前の不安が杞憂であったことに気づかれた方も多いのではないのでしょうか。時にはできない自分に落ち込むこともあるかもしれません。そんな時は「できない」ではなく、「まだできないだけ」と考えてみませんか。新しいことや人との出会いを楽しみながら、できることを一つずつ増やしていきましょう。
勇気をもって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

魅力120%アップ研修にて「立ち居振る舞い講座」を担当させていただきました。皆さんのドラフト会議のステージでの姿、とても堂々として輝いていました！
今回、プログラムに参加された事で、これまでの学びや経験を自信に変えることが出来たのではないのでしょうか。
立ち居振る舞い講座でお伝えした姿勢・表情は、見た目の「印象の良さ」だけでなく、やる気や思い、人柄といった内面の自分らしさを外見から伝えることができるツールです。これからの社会活動の中で、対人コミュニケーションスキルのひとつとして印象力を活用していただけると嬉しいです！これからの益々のご活躍、応援しております。

自分と向き合い、自分を磨き、挑戦してきた受講生たちが迎えた修了式。
出会えた喜びや学びを通して得たもの確かめ、
これからの歩みへの力になるエールを受け取りました。

新型コロナウイルスの感染拡大状況により、修了式はオンラインでの実施となりましたが、これまで受講生たちを導き、支えてくださった講師、キャリアコーチ、企業開発担当のみなさん、本プログラムを創り上げ運営してきた本学職員など、多くの関係者参加のもと執り行いました。

まずはこの5ヶ月間の受講生の記録を綴ったムービーを鑑賞しました。受講生がいかに学んで成長してきたのか、講師や同期の仲間との出会いがどれほど素晴らしいものであったのかが伝わる笑顔とひたむきな姿はとても感動的なものでした。続いて、8名の受講生一人ひとりが今の思いと今後に向けた宣言を発表しました。自分一人ではできなかった大きなチャレンジができたこと、プログラムへの参加という一歩踏み出す勇気が、学ぶ中で自信に変わったこと、悩みも喜びも分かち合える友と出会えたこと、自分次第で人生が豊かになることを実感できたことなど、それぞれ得たものが

伝えられました。すべての関係者が心打たれるほど真摯に取り組んできた受講生たちが、自信を得て輝く姿は本プログラムの確かな成果となりました。その証である修了証を式の中で一人ひとりに手渡すことは叶いませんでしたが、輝く受講生の代表に授与されました。

学長の式辞では、祝福とエールと共に、仲間や講師の方たちとの絆である横の繋がり、すでに再就職をして活躍している先輩たちとの縦の繋がりを大切に、そしてまず自分の居場所をつくり、続いていく女性たちの道に繋げていって欲しいとのメッセージが伝えられました。講師、キャリアコーチ、企業開発担当、本学職員の代表からも思い出と共に、自分を大切に、自分を信じて、変化を怖れず、チームで乗り越え、これからも歩み続けて欲しいという言葉が贈られ、心を通わせて大きなチャレンジを乗り越えてきた充実のプログラムを象徴するような素晴らしい式になりました。



Report 学生から見た「再就職支援プログラム」の意義

野依 智子 福岡女子大学 国際文理学部 教授

2021年度は、再就職支援プログラムの一部に学生が参加して受講生と学生の学びあいの場を設定して2年目である。学びあいの場を設定した目的は、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にある。

今年度は、以下のプログラムに学生が参加した。

1)ステップ1〈自分を再発見〉の3講座(オンデマンドにて参加)
「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」「未来の私を見える化しよう」

2)ドラフト会議

プログラム参加後は、感想を書いたりしたが、今年度は、再就職支援プログラムの意義を考えることとした。以下、学生の回答である。

今の社会では、家庭を持ちながらキャリアを築いていくことが困難ですが、もう一度がんばろうと思った時に同じ志を持つ仲間に出会い、意見を交換することは参加者の皆さんにとってかなり心の支えになるのではないかと考えました。

また、一度キャリアを中断した女性が再就職することはまだ困難なことが多いと思います。再就職をする上で必要なことを、段階を追って学べるような場や相談できる場は少ないと思いますが、もっと広がることで再就職にハードルを感じる女性を減らしてゆくことにつながるのではないかと思います。

再就職に向かって準備をしていく中で、普段忙しく自分自身を見つめ直したり、過去を振り返ったりする時間がない方にとってじっくりと考える時間をとることができる機会にもなると思いました。

同じような境遇、同じ目的、同性の仲間を得ることができるのだと思います。働いていない友人、働いている友人はいると思うし、これから先見つけることは容易だと思います。見た目や会話の中から分かることだからです。しかし就職活動中の同世代の人を見つけるのは容易なことではないと思います。今私は就職活動を行っていますが、周りの大勢の人がやっているので不安なことをすぐに聞くことができる環境です。今この環境がなく、自分一人で就職活動をする考えると不安でたまりません。長くキャリアを描ける就職先を探せることもこのプログラムの大きな意味だと思いますが、私はそれよりも仲間を得ることが意味として大きいと思います。

2回目この授業を受けるので、1回目と比べ、もっと深く考えられると思いました。再就職は女性に対し、重要な意味を持つと思います。なぜなら、女性が妊娠して出産のためもとの職場から離れて、新しい生活に入り、国によって離れた時間が違っていますが、女性が帰職する時の不安な気持ちは同じだと思います。元の会社に戻ったら、自分がいなかった間の会社の情報をシェアしてほしく、今後の発展にも相談したいと思います。

再就職の場合、新卒と同じ支援をいただきたいです。だから、再就職支援プログラムは不可欠です。

特に、女性が働くことは出生率と関連しており、日本みたいな少子高齢化国に対し、女性が安定して長期で働ける環境を整備することは重要です。これも、再就職支援プログラムの責任です。

以上から、学生たちは次の点を意義として指摘している。

- ①再就職にチャレンジするに際して、同じ目的・同じを持つ仲間との出会いは、心の支えとなり重要である。本プログラムは、そうした関係をつくる機会と場になっている。
- ②再就職に向けた段階的な学びや相談できる場となっている。
- ③忙しい日常生活の中で、自分自身のこと考える時間を持つことができる。

④長期的なキャリアを描いて就職を考える場となっており、そうした長期で働ける環境を整備することは日本社会にとっても重要である。

学生たちは、再就職支援プログラムに参加して、キャリアが中断することがあっても、再度キャリアを積み上げることにチャレンジする女性たちの姿から、長期的視野でキャリアをとらえ、主体的にキャリアを積み上げることの大切さを学んだのではないかなと思う。

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歳	6名	2名	8名
第2期生（2020年度）	12名	16名	12名	40歳	10名	2名	12名
第3期生（2021年度）	16名	9名	8名	41歳	7名	1名	8名

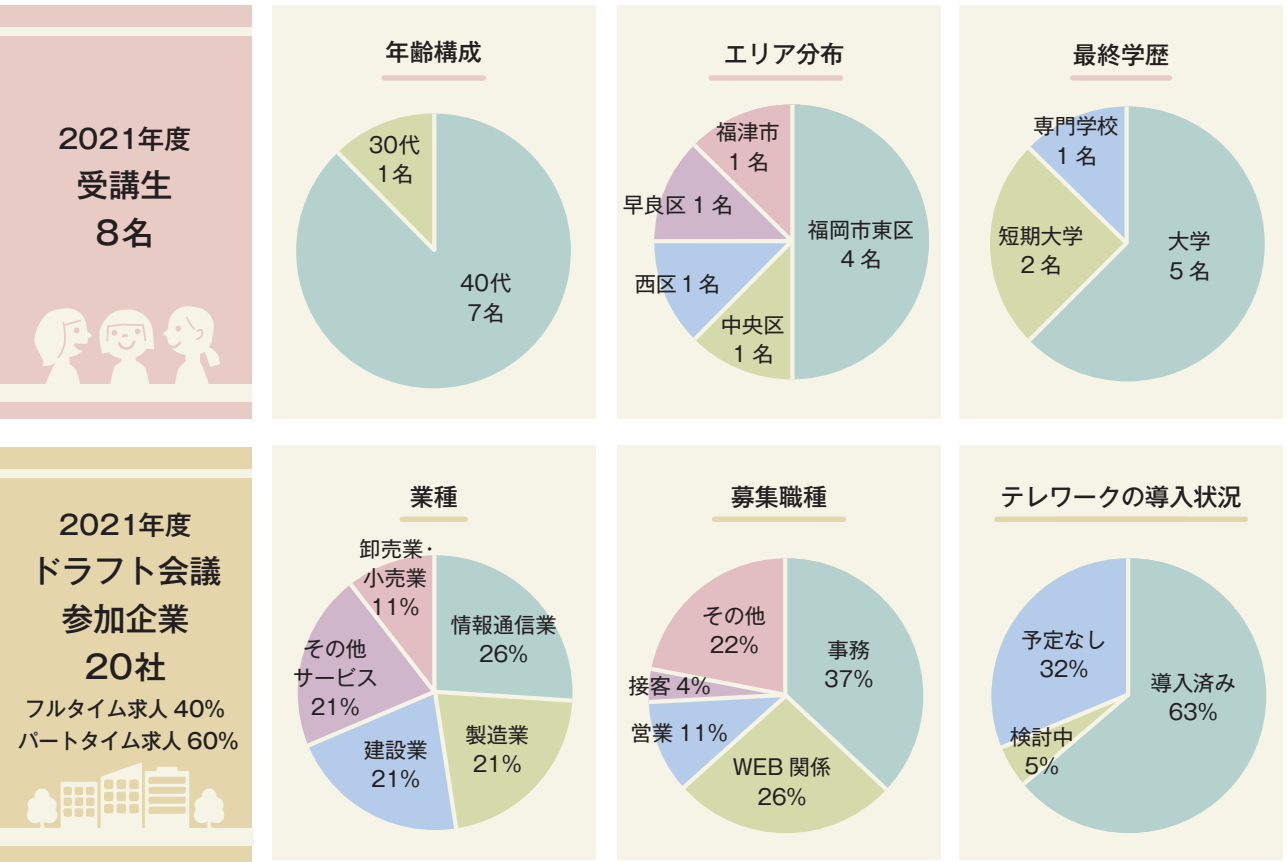
受講生アンケート結果 *全体の満足度のみ10段階評価、そのほかは5段階評価

	2019年度			2020年度			2021年度		
	STEP1	STEP2	STEP3	STEP1	STEP2	STEP3	STEP1	STEP2	STEP3
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	9.9	9.9	9.5
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	4.9	4.9	4.8
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	4.8	4.6	4.8
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	4.9	4.6	4.9
理解しやすい話し方、説明でしたか	4.8	4.6	4.4	4.5	4.8	4.3	5.0	5.0	4.9
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	4.9	4.9	5.0
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	4.6	4.9	4.8
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	4.6	4.8	4.6
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	4.6	4.9	4.5
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答えください）	4.6	4.6	4.0	5.0	4.8	4.1	4.8	4.8	4.9
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答えください）	4.5	4.6	3.9	4.7	4.5	4.2	4.8	4.9	5.0

本学プログラムへご協力いただきました企業の皆様

(有) 藍や	鹿児島堀口製茶(有)	(株) 三立鑑定	FUTAEDA(株) (旧 KFT 株式会社)
(株) アステックペイント	(株) かねふく	Gcom ホールディングス(株) *	(株) ブレインアカデミー九州支社
(株) アンドストーリー	(株) カムラック	(株) CTI グランドプランニング	(株) HOnPro (旧株式会社アドバンス) *
(株) インソース	(株) 九州医事新報社	(株) シーノ・オフィス *	mog(株)
(有) エコ・フレーザー	旭栄産業(株)	スリー・アールシステム(株)	(株) 山崎製パン
(株) エミシス	(株) クックチャムプラスシー	(株) 西部技研	山野石材(株)
(株) エル三和	(株) Green prop	(同) てのひらのゆりかご	(株) YOUTURN
(株) else if (&F)	Global Resource Management(株)	(株) トライアルカンパニー	(株) ラック
(株) EnjoyLifeCompany	(株) グローバルワークス	(株) 長崎材木店	(株) ラップ
(株) オフィス at	(株) ケアリング	(株) ビュール	(株) リファレンス
オングリットホールディングス(株)	(株) コミクリ	(株) 福島工務店	
(株) カウテレビジョン*	(株) コムハウス	(株) ふくや	

〔*〕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。（五十音順）

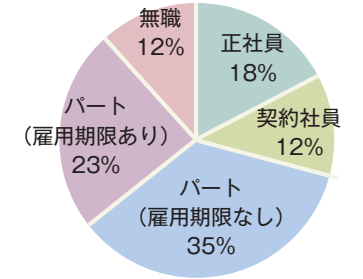


2019年・2020年度 修了生アンケート結果 (2021年度 6月実施)

1 プログラム満足度

年度	満足度
2019	96.8%
2020	97.1%

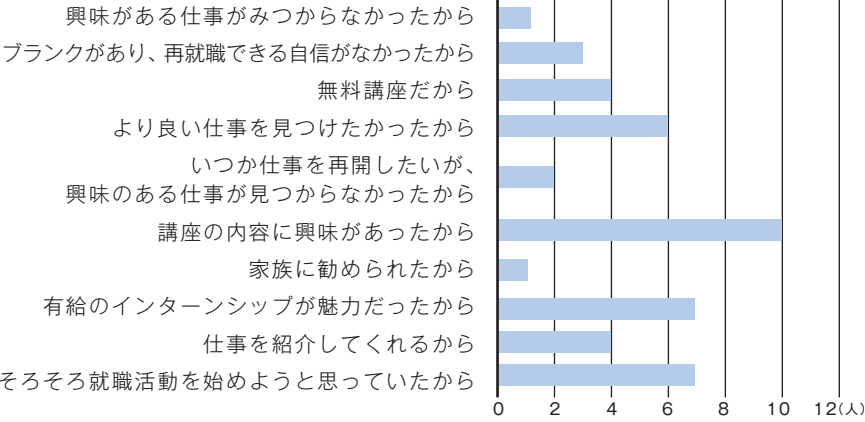
2 現在の雇用形態



3 自分のキャリアにとって、この講座は役に立ちましたか

大変役に立った	11
まあまあ役に立った	6

4 プログラム受講理由



5 この講座を受講して良かったと思うものは何か

