

私の魅力を磨いて、新たなステージへ。



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

第4期事業報告書  
(2022年9月～2023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



文部科学省職業実践力  
育成プログラム (BP) 認定講座

女性のためのウェルカムバック支援プログラム 第4期事業報告書  
2022年9月～2023年2月開講



「2022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：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 女性リーダーシップセンター  
TEL 092-692-3198 FAX 092-692-3220  
Mail...wlc-info@fwu.ac.jp URL...http://wb2.fwu.ac.jp/leadership/  
発行日 —— 2023年3月9日  
制作・編集 — 公立大学法人 福岡女子大学 女性リーダーシップセンター

本誌内容の無断転載・複写はご遠慮ください。

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

2022年9月～2023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



### 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 教授

女性リーダーシップセンター  
センター長

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4回目となり、7名の第4期生が本プログラムを修了されました。本プログラムを通して各々がご自身の強みや魅力を再発見し、ドラフト会議ではその成果を存分に発揮されました。同じ志をもつ仲間と互いに励ましあってきた様子が伝わりました。その後インターンシップを経て、再就職に向けた歩みを進めています。

本学は2023年に創立100周年を迎えるにあたり、女性リーダーシップセンターを設立し、女性の一生涯を通じたキャリア支援を目的に、本プログラムを含む社会人女性向けリカレント教育を引き続き推進します。次年度はプログラムを刷新予定ですので、皆様のご理解とご支援をいただきたく、引き続きよろしくお願いいたします。



### 品川 啓介

しながわ けいすけ

福岡女子大学  
女性リーダーシップセンター  
副センター長・教授

皆さんの熱心な取り組みに触れ、とても勉強になりました。私も同じなのですが、いくつになっても悩みは尽きないものと思います。今の生きづらさをばねに一步前に進むには、自分の置かれた現状を見て見ぬふりしないこと、そして自分自身を動機付けする、つまり「自分で人生の舵を取る」というスイッチを入れることが欠かせないのだと気づきました。これはヨガに似ていますよね。語源をさかのぼると「くびき(馬と馬車をつなぐ道具で舵を取るもの)」でした。今の私達に置き換えると「自分の心の舵を自分で取る」ということではないのでしょうか。まわりに惑わされず自分らしく生きようとする、そのような女性が少しでも増えることが今の日本にとって大切なのだと思います。修了おめでとうございます。



### 野依 智子

のより ともこ

福岡女子大学 国際文理学部  
国際教養学科 教授

9月の開講式以来、5か月間のプログラムはいかがでしたか。毎年、面接の際には控えめな話しぶりです。再就職に対する不安を述べられるみなさんですが、ドラフト会議の時には、自信に満ち溢れていて感心させられます。今年度も同様でした。

自分と向き合い、自分の強みを知り、今後の自分の姿を思い描くという本プログラムが、みなさんが自信を取り戻すきっかけになったのなら幸いです。

本学での学びが、今後のみなさんの糧となりますことを祈念して、修了のことばとします。



### 櫻木 理江

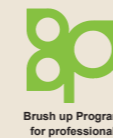
さくらきりえ

福岡女子大学 国際文理学部  
国際教養学科 准教授

4期目を迎えたウェルカムバック支援プログラム、今年度は7名の受講生をお迎えしました。受講前はキャリアに関する不安や悩みを抱えていらっしやっただ方も、ドラフト会議では堂々たる姿で魅力あふれるスピーチを聞かせてくださいました。講座が終盤に進むにつれ、例年以上に今後の働き方に関して希望するビジョンは各々の受講生で多様なものとなりました。これも、皆さんが講座の中でじっくりと自分自身を見つめ直し、活躍したいフィールドや今の自分に合った働き方が明確になったからだと思います。既に大きな一歩を踏み出している皆さんですが、プログラムを修了してからが本当の再スタートです。これから先皆さんが歩むキャリアが、自らの思い描くものに近いものになることを心からお祈り申し上げます。

## 目次

プログラムの概要・特徴・開講スケジュール	3
開講式・STEP1 自分を再発見	5
STEP2 自己を磨く	9
STEP3 新しい自分への再挑戦 福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議	11
インターンシップレポート	15
修了式	17
学生から見た「再就職支援プログラム」の意義	18
受講生の感想	19
講師からのメッセージ	21
実績データ集計&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

女性の社会進出が進む中、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悩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・仕事両立への踏み出す一歩を、大学がサポート。

### 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、スマートフォン、タブレットで行います。

#### 欠席時のサポート

欠席時でも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じて、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、不安を解消し、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。同じ目標を持った仲間と出会い、学び合うことでお互いを高め、勇気を持って一歩踏み出すことができます。

## 9/13 [火] 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	Day2	Day3	Day4	Day5	Day6	実践
対面授業	9/20 [火] 一歩を踏み出すための仲間づくり	9/22 [木] チーム力を磨く	9/27 [火] ボランチ育成講座	9/30 [金] 「就活モード」にスイッチを入れよう	10/4 [火] 「過去の私」をたどってみよう	10/6 [木] 「未来の私」を見える化しよう	10/12 [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	Day2	Day3	Day4	Day5	Day6
対面授業	10/14 [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	10/17 [月] あなたの笑顔が見てみたい	10/21 [金] 「働く」に向けて前に進もう	10/25 [火] 魅力120%アップ研修② -話し方講座	10/28 [金] 魅力120%アップ研修③ -立ち居振る舞い講座	10/31 [月] 汗を流しても焦ってはいけない
			10/18 [火] 個別キャリアコーチング ①	10/25 [火] 企業派遣講師による特別講義	11/16 [水] 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
対面授業	11/17 [木] 福岡女子大学ドラフト会議	11/25 [金] “他者と働く”ための対話のこころえ ①	11/29 [火] 働く自分の姿を想像する	12/2 [金] “他者と働く”ための対話のこころえ ②	2023.1/10 [火] インターバル講座 ①	2023.1/31 [火] インターバル講座 ②
	11/22 [火] 個別キャリアコーチング ② オンライン実施					
			2022.12/5 [月]~ 2023.2/22 [水] インターンシップ期間			2023.2/14 [火] インターンシップ後のフォローアップセッション

## 2023.2/28 [火] 修了式

開講式 9/13[火]

## 開講式 &amp; 特別講義 「男女共同参画社会の現状と課題」

講師 野依 智子 | 福岡女子大学 国際文理学部 国際教養学科 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。

「自分を再発見し、自己を磨き、<新しい私>となって働き直す力を蓄えてください」という本学学長のエールから始まった開講式。これから6ヶ月間、再就職に向けて共に歩む講師より、勇気を出して一歩を踏み出した受講生へ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に参加し、インターンシップ先に再就職している修了生がオンラインにて祝福のメッセージを届けてくれました。不安を乗り越え、家庭と仕事を両立して輝く修了生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。早速それぞれ気づいたことの共有もおこなった受講生たち。この日の出会いと学びが次回からの講座へつながっていきます。



Day1 9/20[火] 10:30-14:30

## 一歩を踏み出すための仲間づくり

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  
2022年度京都芸術大学大学院学際デザイン領域修了(芸術学修士)

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。

本プログラムでは、再就職のために必要なスキルやマインドを仲間と共に学ぶことを大切にしています。そのためには対話を重ね、仲間との関係性を構築することが欠かせません。単に仲良くなるだけではなく、言いにくいこともきちんとフィードバックし合える、そんな関係性を築くためにはまずお互いを知ること。職業や肩書きからはわからない一人ひとりの背景や価値観を知ること、自分自身のこともまた深く知ることができます。Day1では、学ぶ環境づくりのために、自分たち自身で教室のレイアウトを変更し、環境が身体や思考に影響を与えることを知りました。対話とは「自分と相手は違う」という前提に立ち、違いを受け止めることでもあります。いろいろなパターンの自己

紹介を繰り返しながら、自分とは違う他者を知り、受け止めることの大切さを体感したDay1。人前で話すことは苦手と言うみなさんが最後には自分自身の言葉で、自分のことを語っていたのがとても印象的な講座スタートとなりました。



Day2 9/22[木] 10:30-14:30

## チーム力を磨く

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  
2022年度京都芸術大学大学院学際デザイン領域修了(芸術学修士)

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。

Day2のテーマは「チーム力」。家庭でも職場でもチームで力を合わせることで、さまざまな課題や困難を乗り越えていくことができます。チーム力と言っても、みんなで一致団結して困難に立ち向かうものもあれば、お互いの強みを活かし、時に支え合い助け合いながら進んでいくものもあります。Day2では、チームメンバーそれぞれが持つ知識や価値観、前提を活かしてゲームに取り組みました。お互いの考えを尊重し過ぎるがあまり結論が出ないチームもありましたが、違いを知った上で全員が納得できる答えを探していくこともまたチーム力なのです。また、それぞれが持つ強みや特徴は他者からのフィードバックによって磨かれていきます。自分では気づかないことを引き出してくれる

他者の存在、これこそがチームの力であり、チームで学ぶ醍醐味です。「自分を飾らずに素直な気持ちで取り組めた」「人の力を借りることの大切さを知った」「自分自身について深く考えることができた」などたくさん気づきと発見があった1日となったようです。



Day3 9/27[火] 10:30-14:30

## ボランチ育成講座

講師 田中 彩 | 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 | 講師 森脇 淳子 | ウィズキャリア 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、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となることを学びました。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、自分のすることに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。



Day4 9/30 [金] 10:30-14:30

## 「就活モード」にスイッチを入れよう

講師 木村 千歳 | C'son 代表 研修講師・コーチ

「就活は、企業と私のマッチング」「働くとはどういうことか」、  
「企業に就職するとはどういうことか」、就活の基礎から考え、学びました。

Day4-6の目標は「やれば、できそう!」という確かな手応えを得ること。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。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。



Day5 10/4 [火] 10:30-14:30

## 「過去の私」をたどってみよう

講師 木村 千歳 | C'son 代表 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分間スピーチをしました。スピーチに慣れることは再就職に向けてとても大切。講師の木村さんから「良かった点と、それが仕事や職場でどのように活かせるのか」個別にフィードバックをもらうことで、視点や意識が職場や仕事へと変化していきます。後半はこれまでの自分の経験を振り返りました。ライフラインチャートで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を洗い出します。つい他者と比較して不足していることばかり気になってしまいがちですが、これまでの軌跡を振り返ることで、かけがえの

ない経験や信頼があることに気づききっかけになりました。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教わり、次の講座に続きます。



Day6 10/6 [木] 10:30-14:30

## 「未来の私」を見える化しよう

講師 木村 千歳 | C'son 代表 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力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「未来はどうかを予測するの

ではなく、未来をどうしたいのか自ら構想し、歩みを進めていきましょう」と、VUCAの時代を生きていく上で必要な考え方が伝えられました。



実践 10/12 [水] 10:30-12:00

## グループワーク

講師 田中 彩 | 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

サポーター | Work Step 株式会社 スタッフ 2 名

インターンシップ・再就職に向けて、今年度のドラフト会議の参加企業の求人票、企業から  
提供いただいた情報(動画やパンフレットなど)を基に、企業研究の方法を学びました。

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、実際に自分が「働く」ための企業を選ぶ際に必要な情報をどうやって集めるのか、どの点をポイントに調べたらよいか、また、参加企業から提供いただいた情報を実際に企業を訪問したWork Step株式会社のスタッフが紹介しました。

「自分に合った働き方ができるかどうか」、「会社の雰囲気はどんな感じか」など求人票からでは分からない情報をどうやって見つけていくかを知ることで、よりその企業で働くイメージ作りができるということ

学びました。後半の質問の時間には、気になっている企業に関することやテレワークでの働き方に関することを質問し、情報を取りに行く積極的な姿勢が見られました。



Day1 10/14 [金] 10:30-12:00

## 魅力120%アップ研修① - わたしブランディング講座

オンライン実施

講師 三好 真代 | atWill 代表 キャリアコンサルタント

## 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」や「人との違い」を考えました。

一般的にブランディングとは類似するサービスや商品など他の財との差別化をすることですが、この講座でのブランディングとは他の人(求職者)との差別化を意味します。自分の「強み」と「人との違い」をしっかりと整理して、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明確に伝える準備に取り掛かります。STEP2 を終えると、ステージに立って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、相手に伝えたい自分の強みを、相手に伝わる表現で伝えること。本プログラムを終了した先輩たちの例も参考に、企業に伝わる言葉選びのポイントを押さえ、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。

Day2 10/17 [月] 10:30-14:30

## あなたの笑顔が見てみたい

講師 西島 昇子 | キャリアコンサルタント 人材育成 接遇マナー講師

## 好感をもたれる自分らしい表情と人間関係で活かせる言葉のスキルを身に付けます。

第一印象は3~5秒で決まると言われています。決め手は「表情・動作・話し方」です。いつでもどこでも誰にでも笑顔ができれば良いのですが、ウェルカムバックドラフト会議や就職活動での面接、再就職後の現場は緊張の連続です。この講座では緊張を払拭するために笑顔のキャッチフレーズを作り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していきます。明るい表情の挨拶は周囲に笑顔をもたらす、協力し易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を持っています。また、職場や家庭で良い関係を築いていくために、マイナス言葉をプラス言葉に変えたり、依頼をする時はクッションになる柔らかい言葉を添えたり、相手に伝わるお詫びの言葉を選ぶなど印象の良い言葉遣いをすることが大切です。日頃から使える具体的な言葉を学びます。笑顔や言葉遣いに自信をつけて、不安をポジティブに今日より明日へ一歩前進です。

Day3 10/21 [金] 10:30-14:30

## 「働く」に向けて前に進もう

講師 西島 昇子 | キャリアコンサルタント 人材育成 接遇マナー講師

## 相手も自分も大切にしたい気持ちの良い自己表現法と、お互いの信頼関係を築く積極的傾聴力を身に付けます。

コミュニケーションについて、日ごろ大切にしていることや問題を感じた体験などを発表していきます。これまで以上に仲間のことを知り、お互いに理解が深まる時間となりました。この講座では2つのコミュニケーションスキルを学びます。一つ目は「アサーティブコミュニケーション」です。仕事と家庭を両立するときや物事を断るときなど、相手の立場を尊重して、お互いがWin-Winになるように自分の言いたいことを伝える方法です。二つ目は、

Win-Winになるために、相手に関心を持ち、理解しようとする「アクティブラスニング(積極傾聴)」です。苦手な話は「ながら聞き」また、「アイコンタクトなしで話を聞く」と相手はどんな気持ちになるでしょうか。これでは信頼関係は築けませんね。ここで2つの「聴く・訊く」を意識して体験しながら取り組みます。再就職後は、人間関係も広がるので、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。



Day4 10/25 [火] 10:30-12:00

## 魅力120%アップ研修② - 話し方講座

講師 藤重 知子 | 合同会社ふじこカンパニー 代表

## 声・話し方を磨くことで自信が付き、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、惹きつけるはつ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、どうすればもっと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てていきます。

Day5 10/28 [金] 10:30-12:00

## 魅力120%アップ研修③ - 立ち居振る舞い講座

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げるステージに向かいます。

Day6 10/31 [月] 10:30-14:30

## 汗を流しても焦ってはいけない

講師 西島 昇子 | キャリアコンサルタント 人材育成 接遇マナー講師

## 一期一会の瞬間に、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、笑顔で自分の強みをアピールし、質疑応答の練習です。

この講座では、ウェルカムバックドラフト会議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や就職活動の面接練習となる模擬面接を行います。役割は2つです。面接を受ける人と評価する人です。これまで「過去・現在・未来について」考え、希望条件をまとめ、笑顔や話し方、立ち居振る舞いを磨くなど、スピーチのために準備を重ねてきました。しかし、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。これまでの修了生から

も「交流会で聞かれる質問の受け答えが難しかった」という声が聞かれました。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、咄嗟の質問に答える難しさを感じた様子でした。「準備をして、勇気を持って場数(バカズ)を踏む練習」や「仲間たちからのアドバイス」が実際の再就職に向けた大切な場面できっと助けになることと思います。

Day1 ドラフト会議 11/17[木]

福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議



ステージに立ち、新しい自分を宣言。

企業の方々や審査員を前にステージに立ち、これ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、参加企業の方々や直接対話する「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

**浦田 智子 様**  
福岡県人づくり・県民生活部  
男女共同参画推進課  
課長

みなさんこんにちは。福岡女子大学ウェルカムバックドラフト会議のご盛會を心よりお祝い申し上げます。福岡県は女性が元気な県と言われております。他の県が50代から女性の比率が多くなるのに比べ福岡県は20代から女性が多く、女性の社長や管理職が他の県に比べても多いです。一方で出産や子育てにより仕事を辞めざるを得ず、再就職へなかなか一歩が踏み出せない女性も多くいらっしゃいます。福岡女子大学の再就職支援の取り組みに福岡県もしっかり連携をさせていただければと思っております。本日ご自身の可能性を広げる大きな一歩を踏み出される受講生の皆さん、9月の開講式から様々なプログラムをこなされる中、ご自身を見つめ直し、これからの生き方に思いを馳せ、難しいことや自信を無くされることもあったかもしれませんが、そこを乗り越えた皆さんのご努力に敬意を表します。お集りの皆様のご健勝と受講生の皆様の今後の活躍に期待をいたしましてお祝いの言葉とさせていただきます。



審査委員長総評

**渡辺 浩志**  
福岡女子大学 副理事長

皆さんご苦労様でした。しっかりと自己を主張され、最高の発表でした。緊張の瞬間が過ぎ去りましたが、これから本番です。本日は多くの企業にご参加いただき、ありがとうございます。以前、ある企業様よりインターシップを経て受け入れた修了生をパートから正社員に登用したと聞き、本事業がお役に立っていることを知り、非常に嬉しく思いました。日本は少子高齢化が急速に進んでおります。女性の活躍なくしては、日本の未来がありえない中、経験が豊富で様々な特徴をお持ちの女性が社会経済活動に復帰される際の支援は非常に価値のある社会貢献活動と考え、2019年から再就職支援プログラムをスタートさせました。ドラフト会議と有給のインターシップというユニークな試みが全国的にも注目され、高い評価をいただいております。福岡女子大学はまもなく100周年を迎えます。福岡の女性が高等教育を受けたいと声を上げ、運動や募金活動をして、有名な歌人の柳原白蓮さんにも応援していただき、本学は誕生したという経緯があり、それから一貫して女性の活躍を支援してまいりました。100周年記念事業として、女性リーダーシップセンターを2022年4月に立ち上げ、今まで以上に女性の皆様を支援していこうと考えており、皆様方のカムバックをより強力に進めてまいります。ありがとうございました。頑張ってください。

審査員

- 猪野 猛** 福岡商工会議所 理事・事務局長
- 浦田 智子** 福岡県人づくり・県民生活部男女共同参画推進課 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 教授  
女性リーダーシップセンター センター長
- 品川 啓介** 福岡女子大学  
女性リーダーシップセンター 副センター長・教授
- 櫻木 理江** 福岡女子大学 国際文理学部 国際教養学科 准教授



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。7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、プライベート・ライフ、子育て経験で得た力や人間的な成長、そして、これからの自分のできることや挑戦したいことをスピーチしました。会場の皆さんに印象に残るポーズを決めたり、パワーポイントを使ってアピールしたり、それぞれの魅力が伝わるステージに、参加企業の方や審査員の皆さんから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をたたえ合う姿も見られ、強い絆が感じられました。審査員からは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。緊張のステージを乗り越えて、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、これから新たな一歩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)」

インター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、双方の知りたい情報を交わ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「皆さんが興味を持って話を聞いてくださったのが印象的」「感想やオファーをいただき、私自身を見ていただいたことをとても嬉しく感じた」「今の企業の業務のあり方にカルチャーショックを受けた」等の

声が聞かれました。また、「色々な業種の中にも私のこれまでのスキルが活かせる点があると感じた」という自身のスキルへの自信の声の一方で「質問に対してもう少し違った応え方をしたかった」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。

Day2 11/25 [金] 10:30-14:30

“他者と働く”ための対話のころえ① | 講師 平山 猛 | 株式会社トライローク 代表取締役

インターンシップから再就職に向けて、他者と協働するために必要な対話のスキルについて学びました。

この日はまずはウェルカムバックドラフト会議の振り返りからスタートし、ドラフト会議を終えての達成感や、インターンシップに向けての不安や課題を受講生同士で共有しました。

後半は「対話」についての講義があり、立場や価値観の違いを越えて、対立を恐れずに互いの考えを伝え合い、受け止めることの重要性を学びました。また、その後の演習では、「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るコンセンサスワークを行いました。



Day3 11/29 [火] 10:00-12:00

働く自分の姿を想像する | 講師 田中 彩 | 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

修了生によるキャリアトークから、仕事選びで重視したポイントや子育てと仕事の両立方法まで、受講生が抱えていた不安を解決するヒントを得ることができました。

いよいよインターン先への面接を目前に控える受講生。今回の講義では、修了生を招いてインターンシップ中の様子や終了後の働き方を伺い、これから実際に働くイメージを膨らませました。現在様々な職種で、フリーランスやパート、正社員など多様なスタイルで働く修了生より、ご自身が仕事選びで重視したこと、インターン中の体験談、現在のお仕事の状況や姿勢、人間関係のコツ、更に仕事と家庭を両立するための心構えなど、実際に経験して

みないとわからない貴重なアドバイスを沢山いただきました。「わからないことを聞けるのは新人の特権」「一番大事なことは何？自分と家族がごきげんしていること！」といったメッセージに、みなさん深く感銘を受け、これからチャレンジする勇気を貰った様子でした。最後まで受講生からも質問が挙がり、活発に意見が交わされた時間となりました。身近なロールモデルである修了生の生の声を聞いて、不安の解消に繋がったのではないのでしょうか。

Day4 12/2 [金] 10:30-14:30

“他者と働く”ための対話のころえ② | 講師 平山 猛 | 株式会社トライローク 代表取締役

対話を通して相手とわかり合うこと、またチームで協働することを演習を通して学びました。

前半は、職場の中で起こりうる対人関係トラブルのケーススタディを通して、同じ状況を違う立場の視点で考えることによって問題の捉え方や行動や感情が変わることを体感しました。また、共感的理解のポイントについて、相手と同じレベルで物事を見つめることを学びました。

後半は、「チームで協力して目標達成すること」を目的に情報を提供し合っ問題解決するグループワークに挑戦。二つの演習を通して、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。



Day5 2023.1/10 [火] 10:30-14:30

インターバル講座 ① | 講師 平山 猛 | 株式会社トライローク 代表取締役

インターンシップ開始前の不安や悩みを仲間との対話を通して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、実際の話し合いの場では「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、上手くいかな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。



Day6 2023.1/31 [金] 10:00-12:00

インターバル講座 ② | 講師 田中 彩 | 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

チャレンジを進めたそれぞれの現況報告とアクションする中で見えてきた具体的な不安や対処法の整理や対応策をシェア。そして今後へ向けての目標表明など、互いのアクションや気づきに学び合う時間となりました。

それぞれの現況報告でスタート。異なる職場、職種でのインターンシップにトライしている中で最初の不安や課題対応策をシェア。子育てなど家族についての両立軸や、長期視野でのありたい働き方など、STEP 3だからこそ見えてきた「今」の共有が、新たな気づき・学びをもたらす機会となりました。また、プログラム全体で伴走してきたキャリアコーチ(秦さん、入間川さん、藤野さん)からのおひとりずつコメントを代表して三好

コーチから贈って頂きました。ドラフト会議後も常に寄り添う中で感じる、それぞれの強みの再確認やエールが、受講生の皆さんを大きく包み込みました。最後は、インターンシップを通じて頑張りたいこと・目標を発表。初の職種を楽しみたい、家庭との両立バランスを実現したい、インターン先の期待に応えるチャレンジがしたい、等それぞれの意欲が表明されました。

2023.2/14 [火] 10:30-12:00

インターンシップ後のフォローアップセッション

講師 田中 彩 | 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

受講生それぞれの近況報告や、当初の不安や課題を実際にどう対応できたのか、また就労する中で見えてきた得意や関心を深掘りするグループワーク。時間が足りないほどの発言が溢れ、得られた学びや今後に向けての意欲を共有しました。

前回のインターバル講座で整理した、インターンシップスタート時の不安や課題対応がどうだったか、実際にどう対処したのかをシェア。実際に就労する中で、習得したスキルや家庭との両立のための改善方法など、行動する中で生まれる自信や気づきを互いに伝える機会となりました。後半はインターンシップ期間を通じて見えてきた、好き・得意・関心について、また上手く行かなかった

ことにこれからどう取り組むか、を整理するグループワーク。「これからのキャリア」に向けた積極的な発言が続きました。最後は、OGのキャリアトークについての振り返り。インターンシップを経た今だからこそ、先輩達の経験談やエールを今一度噛みしめて、次へ進む原動力が生まれるようなセッションとなりました。



## インターンシップレポート

「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した企業の中からインターン希望先を選択、企業側の意向も確認した後インターンシップ先を決定し、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。こ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。今年度は希望する働き方に合う企業をご自身で見つけた受講生もいらっしゃいました。いずれも再就職や将来への自信に繋がる約1か月となりました。受講生と企業担当者の皆様の声をご紹介します。

### ≫インターンシップを体験した受講生の声

#### 北野 真知子 さん

【インターン先業種】官公庁・自治体向けシステム開発  
【職種】事務  
【インターン期間】2023年1月6日~2月6日



#### これからも私らしくチャレンジしていきたい

企業経験が1社しかない私がちゃんと働けるの  
だろうかと不安でしたが、インターンシップ先  
では、前年の修了生をはじめ、皆さんに温かく接  
していただき、安心して働くことができました。  
週3日・1日5時間の勤務で、主に健康経営室の事  
務作業に携わりました。また今まで使ったこと  
のなかったツールをたくさん経験し、新たに学ぶ  
チャンスがいただけたのは、このインターンシップの

おかげだと思います。イン  
ターンシップの最後には、プレゼンテーションの  
機会をいただき、短い期間の中で学んだことや気  
づきを発表し、皆さんと共有できたことは私の自信  
にもつながる貴重な経験でした。インターンシップ  
終了後も引き続き採用いただけるとのことで、大変  
うれしく思います。これからも私らしく、さまざま  
なことにチャレンジしていこうと思います。

#### 田中 梓 さん

【インターン先業種】バックオフィス業務コンサルティング  
【職種】コンサルタント補助・広報  
【インターン期間】2023年1月11日~2月10日



#### リモートワークで無理なく働き始めることができた

久しぶりの就業ですが、リモートワークで週4日、  
1日5時間での勤務で無理なく働き始めること  
ができました。当初はオンラインでコミュニケー  
ションをどのようにとればいいのかかわからずいま  
しましたが、日々ミーティングやチャットで声掛け  
頂き、何でも聞いてくださる環境で安心しました。  
会社を知ってほしい、幅広く経験してほしいと、  
業務はコンサルタントの補助から広報まで携わら

せていただきました。  
会社を深く知ることができ、  
学びの連続で充実しています。また私から業務の  
進め方を提案した際も、意見を取り入れて頂き、  
メンバーの一員として受け入れてくださっている  
ことに感謝しています。インターンシップ終了後も  
継続して雇用していただけることになり、有難く、  
そして評価して頂いたことを嬉しく思っています。

#### 内山 律香 さん

【インターン先業種】カフェ  
【職種】接客  
【インターン期間】2023年1月16日~2月22日



#### 人生目標に向けて必要なスキルを身につけたい

「人生100年時代、自分に合ったやりがいがある  
職業を見つけ、いつまでも働き続けたい」この  
思いで講座に参加しました。2か月間の講座で  
知識構築が出来、自分の強み・キャリア観・仕事観  
が明確にわかり、新たな人生目標が出来ました。  
インターンシップ先は、新たな人生目標である  
カフェ経営に必要なスキルが身につく企業を選択  
しました。自宅から徒歩10分ほどのカフェで

週3日5時間勤務の  
接客サービス業務を担当  
しております。家事も問題なく両立出来て、自分の  
得意分野である接客サービス業務を日々充実して  
楽しく携わっております。今後は「目配り」「気  
配り」「心配り」のココロこもった接客スキルを  
更に磨き、人生の目標達成に向けて尽力したい  
です。

### ≫企業担当者の声

#### Gcomホールディングス(株) / Acrocityクオリス(株)

【業務内容】官公庁・自治体向けシステム開発



#### 実際の業務を経験いただくことでお互いを知る良い機会となった

体制強化のため、弊社の取組に共感しメンバーに  
なってくださる方を求めているところ、ご縁があり  
インターンシップを体験いただきました。インター  
ンシップ期間中は、弊社の方針や取組の理解を進め、  
実際に業務を経験いただきました。最終日には気  
づきや意気込みを纏めたプレゼン発表も！素晴らしい

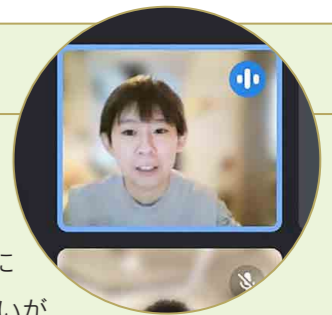
かったです。この期間を  
通して、仕事に対する丁寧な  
姿勢や、理解を進めたい・挑戦していきたいという  
前向きな意欲を感じました。お互いを知る良い  
機会になったと思います。今後もぜひ弊社の一員  
として一緒に働いていただきたいと思います。

#### 株式会社ワクフリ 【業務内容】バックオフィス業務コンサルティング

#### 面接だけでは見えない部分をインターンシップで双方確認できた

コンサルタント補助として、1ヶ月のインター  
ンシップへご参加いただきました。この業務には  
①依頼内容を正しく理解する ②自身で調べ答えを  
見つけるという点が必要になるのですが、本人の  
強みを活かした視点から意見をお出しいただき  
顧客への提案資料作成を行っていただきました。  
業界未経験でも臆する事なく主体的に業務に取り

組む姿勢をお見せいた  
だき、是非今後も一緒に  
仕事がしたいという想いが  
社内で一致し採用に至りました。面接だけでは  
見えない部分をインターンシップで双方確認する  
事ができ、納得の採用につながったと実感して  
おります。



## 「企業戦略としての女性活躍～女性活躍がもたらしたものと未来ビジョン～」

講師 隈 扶三郎 | 株式会社西部技研 代表取締役社長

### 社員が力を発揮できる職場環境作りとチャレンジする際の視点についてお話を伺いました。

結婚・出産等のライフイベントで退職することが多い女性社員にも、自社で継続して働いてほしいと、社内に保育園を作る等安心して働きやすい職場環境やキャリアアップ制度の整備を企業戦略として行った結果、女性の取締役が誕生。社内で様々な視点の意見が出るようになったと、成果を感じていらっしゃるそうです。また「会社の強みを決めるのは社風であり、良い社風・企業文化は、

競争力となる」「リスクテイクしないことは最大のリスク」「チャレンジするには“自分はそこで何ができるか”という視点を持つことが重要」等、企業のトップの視点からお話されました。最後に職業選びにおいてもご自身の置かれている状況を前向きに捉え、引き続き自己研鑽を続けていただきたいと、受講生への力強いエールをいただきました。

## 修了式

### 自分と向き合い、自分を磨き、挑戦してきた7名の受講生が迎えた修了式。 仲間と出会えた喜びやこれまでの学びを振り返りながら、 果敢にチャレンジし続けた受講生に、出席者からあたたかいエールが送られました。

春の訪れを感じさせる暖かな陽気のもと、講師やキャリアコーチ、本学教職員など多くの関係者が見守る中で修了式が執り行われました。

この5ヶ月間の受講の記録を綴ったムービー鑑賞では、同じ目標を持った仲間と出会い、学び合う中で自信をつけ、輝きを増していく受講生たちの姿がとても感動的でした。続いて受講生による今後に向けた宣言では、「人生の後半戦に向け、ライフプランを整理できた」、「目標が明確になった」、「自分らしく社会に貢献していきたい」、「自分と相手は違うことを知り、意見することの苦手意識を克服できた」、「年齢や環境が違っても、否定することなく意見を出し合える講座だった」、「学びを通して、今どう動くかによって未来が決まるとの思いに至った」、「今の自分に合う働き方を見つけることができた」など、講座への振り返りと

併せ、今後の目標が述べられました。

そして、副理事長から修了証が授与され、「ドラフト会議では皆さんの発表の素晴らしさに驚いた。修了後も大学が催すシンポジウム等に参加いただき、同窓の場として、またネットワーク形成の場として本学を活用してほしい。これからは皆さんのチャレンジを支援していきたい」との式辞に続き、講師や学内関係者からも、「ここでの学びを糧として自信を持って今後もステップアップしてほしい」「それぞれ多様な目標に向かって、しっかりと力を蓄えた皆さん、それぞれの花をしっかりと咲かせていただきたい」などのエールが送られました。

大きなチャレンジを仲間と共に乗り越えた受講生は、自身が掲げた目標を胸に、しっかりと一歩ずつ、次のステップへと歩み始めました。



## 学生から見た「再就職支援プログラム」の意義 ～学生が学んだこと～

野依 智子 | 福岡女子大学 国際文理学部 国際教養学科 教授

今年度「学生との学びあい」は、「人的資源管理論」（櫻木准教授担当）と「キャリア形成論」（野依担当）の履修生にドラフト会議の録画を視聴させ、感想を提出するという形式で行った。視聴前には、本プログラムの内容と背景を学習することを目的に、「人的資源管理論」においては女性の年齢階級別労働力率の推移、就業率と正規雇用率、産前産後の有職率の変化などのデータを見せながら、M字カーブは解消されつつあるものの30代以上になると非正規雇用率が高まること、その理由の一つとして、出産というライフイベントがあることを説明した。「キャリア形成論」においても同様の説明を行った。

現代の社会情勢の中で生きている学生たちは、出産や育児による中断再就職や非正規雇用など女性労働の現状を知り、将来への不安を抱えながらも、ドラフト会議ではつらつとアピールする受講生たちを見て、今後のキャリアに希望を見出してもいるようである。

まず、ドラフト会議についての感想である。

大勢の前で舞台上に立つて話すことは緊張するはずのことであるのに、背筋がピンと伸びていて、はきはきと話している様子がとても印象に残った。話している様子がとても自信に満ち溢れていて、どの女性も輝いていた。（中略）プログラムを通して、自分と向き合い、自分の能力を再発見できたからであると考えている。そして、そのことが参加者の自信に繋がっていったのであることが分かった。このプログラムによって、自分について知り、社会での自分の役割を見つけることが出来る貴重な機会だったのではないかと考えた。

受講生たちの自信に満ちた姿から、自分に向き合い、社会での役割を得ることが大切であることに気づいたようである。

こうした受講生の姿を見て、将来への不安もあるが、今後のキャリアへの希望も語っている。

先行き不透明な時代に生きている今、「自分は将来経済的に自立して食べていけるのか」、「きちんとキャリアを積んでいけるのか」と様々な不安を抱えて生活してきました。しかし、今回のドラフト会議の映像を通して、堂々とした皆さんの姿を見て、ロールモデルがいるという事実にも勇気をもらいましたし、自分の将来に少し希望を持てました。

また、具体的に就活の時の視点についても述べている。

今後のキャリアについて、今まで私はなるべく結婚もしないで、子どもも産まないで生きていきたいと思っていた。しかし、切り捨てて考えるには女性に対するキャリアの壁はあまりにも身近過ぎ、また今から出産した場合のことも考えておかないと、いざ直面した時に準備や知識が無いと到底立ち向かえないと感じた。まだ今後の人生についてどうなるかは予想もつかないけれど、就活という大きな局面では女性の比率、育休制度、働き方、ロールモデルがあるかどうかについても新たに注目して選んでいきたい。

本プログラムに学生の学びの場を設定している目的は、女性のキャリアを長期的視野でとらえ、キャリアは積み上げていくものであると気づくことにある。今回の学生の感想からも、その点を読み取ることができる。さらに、こうした個人のキャリア形成の視点だけでなく、社会のあり方への感想もあった。

そもそも再就職支援をしなくてもいいくらい女性のキャリアの選択肢が広がったり女性が働きやすい労働環境が整備されたりすることが理想だと感じた。

現在の女性労働を取り巻く様々な課題に対して、社会的視点を持つことも大切であろう。

## 受講生の感想

### 内山 律香

人生100年時代。女性の生き方・働き方も大きく変化する中で、子育ても少し落ち着き、「私はこの先何をしたいのだろう」と悩みプログラムに参加しました。熱意溢れる先生方の興味深い講義のお陰で知識構築が出来て、自分の強み・キャリア観・仕事観が明確にわかりました。インターンシップでは、人生の第2キャリアに必要なスキルが身につく職業を選択し、楽しく活動出来ました。このプログラムを通して私の人生観は大きく変わりました。このような素晴らしい機会を設けてくださった大学はじめ関係者の皆様に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

### 白山 稚子

末子が幼稚園に入り、そろそろ働きたいと考えていましたが、どのような働き方があっているのか、私自身の考えが定まらず、もやもやしていました。そんな時にこの講座を知り、ひとりで不安を感じながら就職活動をするのとはきっと違うはず！と考え参加しました。講座では就職の現状を学び、自分を改めて知る機会、自分らしく伝える力を磨く機会、様々な企業に出会う機会などが用意されていて、参加するのが楽しく、また自信が持てました。なにより、7名の仲間と共に学び、講師の皆様、事務局の皆様から応援されてとても心強く就職に向けて活動できました。ありがとうございました。

### 田平 愛子

これまでの私は再就職に対して、変化のリスクより無難な日常を選択していました。そんな中、本講座を受講できる有難い機会を頂きました。前半では、自身の強みや弱みを知る事から履歴書等を書き、企業様への発表や面談を行う事はドキドキの連続でした。後半では、就職後の会社の方々との関わり方の講座や、インターンシップの課題では深く多種多様な仕事がある事を知りました。本講座で私は、自分と社会への無知を知り、知を得た事で恐怖心が和らぎチャレンジを継続する筋力が付きました。素晴らしい講師の皆様とキャリアコーチ、心を尽くしていただいた事務局の皆様、大変ありがとうございました。

### 高崎 由美子

2022年8月の終わり、偶然新聞で見つけたこの講座にエントリーをしました。それから2ヶ月半後、想像も出来なかったドラフト会議でのスピーチを終え、駆け足で就職活動が始まりました。結局就職は決まらなかったものの、前に進むことの大切さを講師の先生方やスタッフや受講生みなさんに教えていただき、「未来はようになるか」ではなく「未来をどうしたいか」、そして、「その未来のために何をすればよいか考え行動することが大切である」ということを学びました。「一歩踏み出せば、未来は変わる」のだと思います。

### 北野 真知子

離職し、自分は何ができるのか、どんな仕事に向いているのかの答えを見つけられずにいましたが、このプログラムを知り、自分を知るために応募いたしました。目に見える形のスキルがないことをマイナスに捉えていた自分を、数々の楽しい講座やグループワークを通してしっかりと正面から受け入れプラスに捉えられたことで、自分の強みを見つけることができました。4期生の仲間と一緒に学び、励ましあいながら乗り越えられた5か月間は、毎日が新たな発見の連続でした。事務局の皆様、講師の方々、たくさんの方に支えられたこと、本当に感謝しております。プログラムで学んだことを活かしながら、これからも私らしく頑張っていきたいと思います。

### 田中 梓

出産後、なかなか思うような仕事に就くことができず悩んでいるときに知人に紹介していただいたのが本講座でした。再就職という同じ目標に進むかけがえのない同期生、その大きな目標に迷わずたどり着けるよう道標を立ててくださる講師の方々。どちらが欠けても現在の私はないと言える充実した日々でした。特に苦手としていたコミュニケーションにおいては、講義を受け、自身の考え方が変わるだけでこんなにも円滑に進むのかと驚きの連続でした。皆様に支えられ、自身で踏み出した一歩で掴み取った「今」、5年後10年後の未来に向かってさらに一歩ずつ前進していきます。

### 柳田 美和

受講前は、復職に対してネガティブな気持ちでした。子供がいる環境はこれまで仕事をしていた時と異なり両立が難しいと思っていたからです。ですが、受講を通して「私だからできること」「自分の強み」「今できること」などを深掘りしていき、精神的にとっても自信が持てました。また具体的な成果物としても、自信を持って出せる履歴書や文章のテクニックなどもとても勉強になりました。プログラムを受講し、生活環境を変える大きな一歩です。講義の先生方、サポートいただいた事務局の方々、支援いただいた企業の皆様に支えられて、大変ありがたい時間を頂き感謝の気持ちでいっぱいです。



## 講師からのメッセージ

**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  
2022年度京都芸術大学大学院学際デザイン領域修了(芸術学修士)



プログラム修了おめでとうございます。期待と不安とが入り混じった緊張感あふれる初日。帰る頃には皆さんがすっかり打ち解け、自信を持ってご自身のことを語っていらしたのがとても印象的でした。対話とは、「自分と相手は違う」を知ることでもあります。違う価値観や考えに触れると、時には違和感を覚えることもあるでしょう。その人の考えはその人の歩んできた経験や価値観から作られています。だからこそ、対話を尽くして考えの根底にあることを理解しようとするのが大事だと私は思っています。これからも「違う」を楽しんでいってください。Enjoy!

**木村 千歳** C'son 代表 研修講師・コーチ



約半年間、お疲れ様でした。私は3日間、ご一緒しましたが、意欲と吸収力の高さが発揮されていたと思っています。自信が無くて恐れや不安もあったでしょうが、お教えたことを直ぐに取り入れ実践する素直さで、克服されていました。更に、途中で諦めることなく最善を尽くしてもおられました。一方、今回のプログラムに挑戦してみて、新たな課題も見つかったことでしょう。上手くいったりいかなかったりするでしょうが、全ての体験を糧にして前に進んで行かれることと確信しています。次のステージで再会できそうで、今から楽しみです。

**西島 昇子** キャリアコンサルタント 人材育成 接遇マナー講師



4期生の皆さん プログラムの修了おめでとうございます。この経験が更に「笑顔の花」を咲かせていかれることと応援しています。Step2のコミュニケーションの傾聴とアサーションを学んでいただきました。緊張感の中の面接練習は不安をポジティブ言葉に、心配を笑顔に変え、その取り組む姿勢は私自身が勇気をいただきました。皆さんの努力とその輝きが「周囲を笑顔にし、周囲の可能性まで引き出してくれています」今後、辛いときは頑張った自分を思い出し笑顔で突き進んでほしいです。皆に会えてハッピーです。この道選んでラッキーです。Smile !

**平山 猛** 株式会社トライローグ 代表取締役



プログラム修了、おめでとうございます。講義の中で、アドラー心理学の「人間の悩みの根源は、すべて人間関係だ」を紹介しました。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。是非その際に意識してほしいのは、最初から完璧を目指そうと頑張りすぎない事です。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て、相手と自分との違いを理解し、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。今後の皆さんの活躍を楽しみにしています。

**田中 彩** 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



9月に始まったこのプログラム。ご修了おめでとうございます！「働く」に向けた3ステップの学びとアクションの日々。皆さん本当に良く取り組んでいらっしゃいましたね。家庭との両立や、プランクで自信がなくなりがちな時期は「私なんて…」と言ってしまいたくなるものです。が、見事にドラフト会議のステージでは、それぞれの強み、経験、これからの希望をしっかりと表現頂きました。インターンシップ等学外にも出る経験を経て、皆さんのキャリアの展望が大きく広がっていく様はとても力強く、たびたび感銘を受けました。修了後の益々のご活躍を祈念しています。

**森脇 淳子** ウイズキャリア 代表



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仕事をスムーズに進めるコツをお伝えしました。「優先順位のつけ方が印象に残った」と講座後のレポートに書いた方が多くいらっしゃいました。その後、優先順位どおりに進められていますか。実践のコツは「やらないことを決める」ことです。一人で抱え込まずに家族や仲間頼ってみませんか。空いた時間で新しい知識やスキルの習得に挑戦し、自分の可能性を広げましょう。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。

**三好 真代** at Will 代表 キャリアコンサルタント



強い日差しに汗ばみながら学びをスタートされた皆さん。身を縮めて凍える季節を超え、桜のほころびに期待する季節のプログラム修了。誠にありがとうございます！STEP2「わたしブランディング講座」とキャリアコーチリーダーを担当いたしました。皆さんにいつも感じていたのは不透明な自分の未来に対する「期待」と「不安」。フワッと身が軽くなる瞬間もあれば、厳しい現実緊張する局面もありましたね。これからも相反する感情のどちらも大切に、等身大の自分との対話を重ね、一歩ずつ歩んでいって下さい。コーチ一同、応援しています！

**藤重 知子** 合同会社ふじこカンパニー 代表



話し方講座の時、皆さんが笑顔で声を掛け合う姿に、スピーチ力の伸び代を感じました。周りを気遣い、高め合う姿勢はスピーチに欠かせません。大切なのは相手にわかるように話すこと。その基礎マインドが皆さんにはありました。「声と話し方の3つのスイッチ」をすぐにやってみて、伝わるように工夫し、考えて修正。そして拍手で褒め、刺激し合うという、皆でスピーチ力を上げる過程も見事でした。ドラフト会議当日もそれぞれの良さが光ってましたね。学びを自信に、仲間との繋がりも大切に、これからも自分らしく輝いてください。応援しています！

**綾野 由紀美** with styling ayano 代表



プログラム修了おめでとうございます。魅力120%アップ研修、印象力を上げる「立ち居振る舞い講座」を担当させて頂きました。印象は言葉なくとも自分を相手に伝えるコミュニケーションツールの一つです。好印象であった場合、初めて会う人とのコミュニケーションもスムーズになり、人間関係を作る土台が出来ます。これからも様々な場所で印象力を活用して頂けたら嬉しいです。皆様はプログラムも修了され、さらなるステップアップを目指して、新たな活動に取り組んでいらっしゃると思います。今後のご活躍、応援しております。

## 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
第4期生(2022年度)	12名	7名	7名	43歳	7名	0名	7名

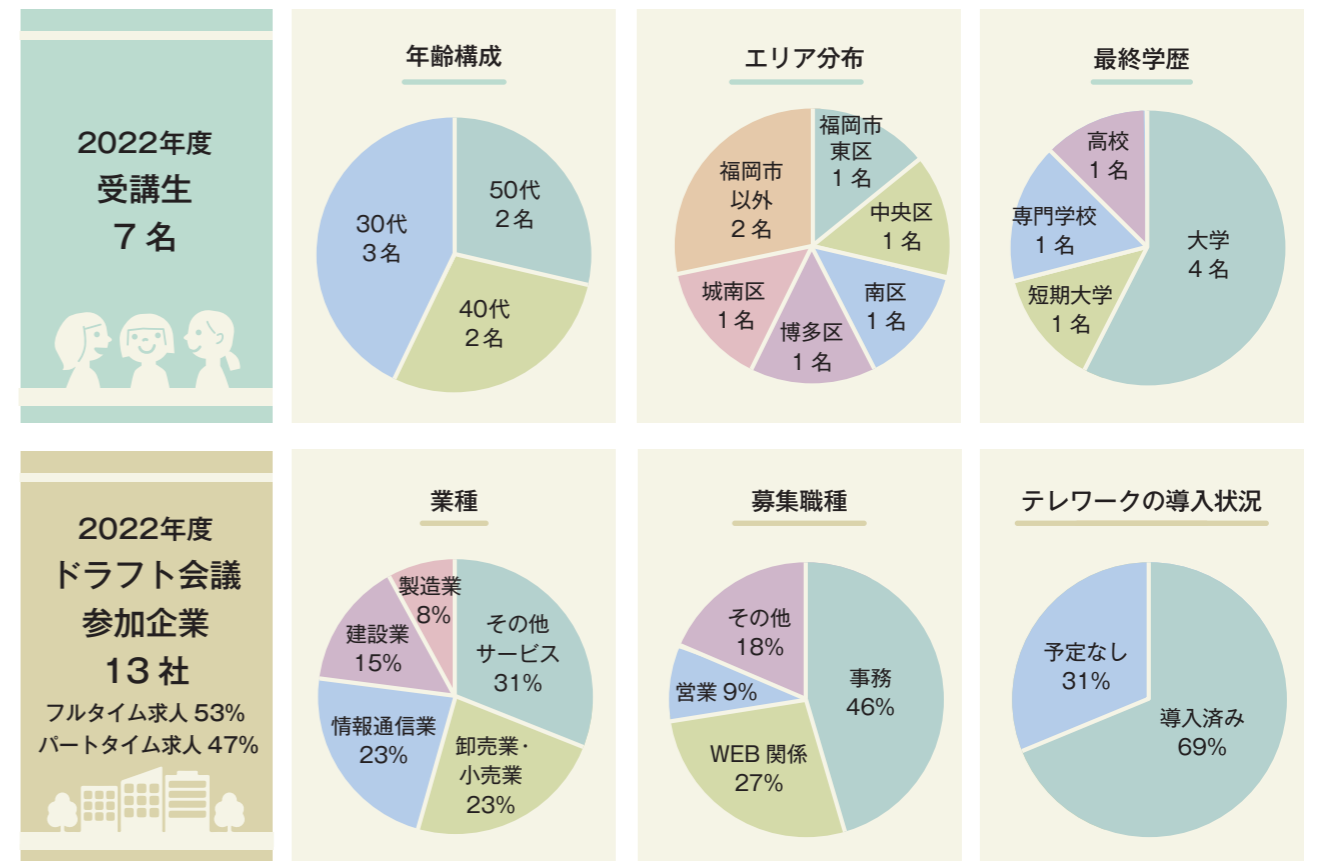
### 受講生アンケート結果 \*全体の満足度のみ10段階評価、そのほかは5段階評価

	2019年度			2020年度			2021年度			2022年度		
	STEP1	STEP2	STEP3	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	9.6	9.6	8.7
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	5.0	4.9	4.4
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	4.9	4.9	4.6
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	4.7	4.6	4.4
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	4.7	4.9	4.7
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	4.4	4.6	4.6
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	4.9	4.7	4.7
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	4.7	4.6	4.3
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	4.3	4.4	4.3
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	4.7	4.7	4.7
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	4.4	4.6	4.7

### 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	オングリットホールディングス(株)	(株) コムハウス	(株) ふくや
(株) アステックペイント	(株) カウテレビジョン	(株) 三立鑑定	FUTAEDA(株)(旧 KFT 株式会社)
麻生介護サービス(株)	鹿児島堀口製茶(有)	Gcom ホールディングス(株)*	(株) プレインアカデミー九州支社
(一社) あそびて*	(株) かねふく	(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) アンドストーリー	(株) カムラック	(株) シーノ・オフィス	mog(株)
(株) インソース	(株) 九州医事新報社	スリー・アールシステム(株)	(株) 山崎製パン
(株) エコ・フラワー	旭栄産業(株)	(株) 西部技研	山野石材(株)
(株) エミシス	(株) クックチャムプラスシー	(同) てのひらのゆりかご	(株) YOUTURN
(株) エル三和	(株) Green prop	(株) トライアルカンパニー	(株) ラック
(株) else if (&F)	Global Resource Management(株)	(株) 長崎材木店	(株) ラップ
(株) EnjoyLifeCompany	(株) グローバルワークス	西日本長瀬(株)	(株) リファレンス
(株) O・K・S	(株) ケアリング	(株) ピュール	ロイヤルコントラクトサービス(株)*
(株) オフィス at	(株) コミクリ	(株) 福島工務店	(株) ワクフリ*

[\*] 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。(五十音順)



### 修了後アンケート結果

#### 1 プログラム満足度

対象	満足度
1期生	96.8%
2期生	97.1%
3期生	100%

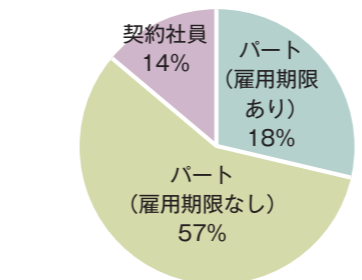
#### 3 自分のキャリアにとって、この講座は役に立ちましたか

(2022年2月実施、対象:3期生)

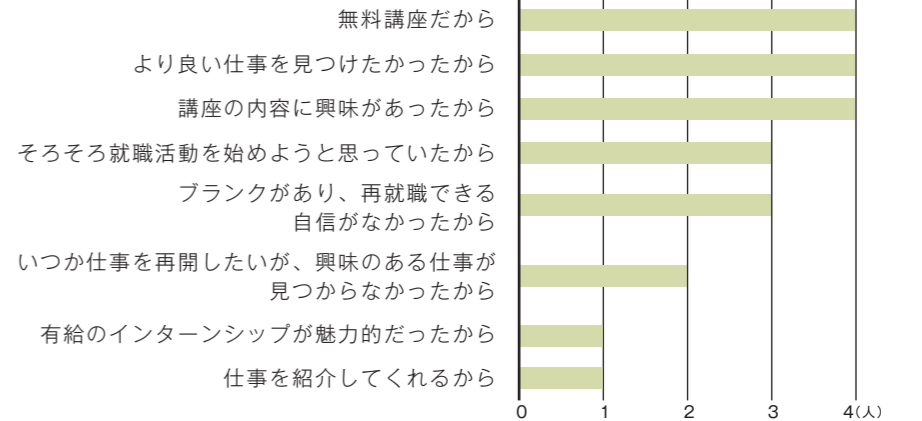
大変役に立った	7
まあまあ役に立った	1

#### 5 修了後の雇用形態

(2023年1月実施、対象:3期生)



#### 2 この講座を選んだ理由(2022年2月実施、対象:3期生)



#### 4 この講座を受講して良かったと思うものは何か(2022年2月実施、対象:3期生)

