

# ビジネスウーマン 交流会通信



山形で働く女性たちが幸せな未来を描き、  
新たな一歩を踏み出せるよう、  
様々な立場のビジネスウーマンが気軽に意見交換し、  
これからの交流にもつなげる場を提供するための  
交流会を開催し、県内各地から70名が参加しました。

## ごあいさつ

山形県しあわせ子育て応援部長  
松田 明子

長期間に及ぶ新型コロナウイルスの感染拡大により多くの人が業務のDX化を図るなど働き方を工夫されていると思います。一方で、休校や休園のために仕事を休んだり、子育てと家事の負担が女性に大きいのしかかり、働き方に制限が出ているのも事実です。そうすると、キャリアアップの意欲と機会をなくしてしまうだけでなく、企業においては人材不足を招き、事業の継続を妨げてしまうことにもなりかねません。

県では、令和3年度から新たな「男女共同参画計画」を策定し、働き方の見直しに向けた意識改革や管理職等への女性の登用促進などの取組みを進めています。

コロナ禍での意識や環境の変化を、より豊かで有意義な人生を考える、絶好の機会と捉え、普段から働き方や暮らし方を考えていくことが大切です。

県内で生き活きと働く女性ゲスト3名による「**パネルディスカッション**」、女性のスキルアップやキャリアアップに役立つ情報が得られる「**まなびフェスタ(分科会)**」、少人数のグループで悩みや本音を共有できる「**交流カフェ(交流会)**」の3部構成で実施しました。

## パネルディスカッション



株式会社寒河江商店  
(COZAB GELATO)  
代表取締役

石田 真澄氏

### どうにかなる 人生無駄なことはない

「将来は医療系の仕事に」という漠然とした思いから山形大学医学部看護学科に進み、その後大学院へ。卒業後は看護師として県内の総合病院に従事していました。が、2年経って東京にある新築開発の専門企業に転職しました。そこで9年間、臨床開発モニターとして治験に関わりました。

この会社の男女比は1対1。社員は薬剤師、臨床検査技師、MR(医薬情報担当者)の仕事をしてきた人、理学系・生物系の大学を卒業した人など。役員を除いた女性管理職の割合も50%と高く、多くの女性が活躍していた印象があります。ただ、そのほとんどが未婚だったり、子どもがいても両親が傍に住んでいてサポートを受けられる環境にあり、男性と同じように働ける人たちがいました。

私自身は治験の進捗の管理のため、北海道から九州まで担当病院を飛び回り、週間会社にはないことも。忙しい日々の中で、2015年に管理職登用試験に挑戦しました。管理職となつてからは、20人のチームマネジメントを担当することに。その間に結婚して第子を出産したのですが、東京で子育てをしながら仕事を続けることに不安を感じようになりました。そんな時、埼玉県出身の夫が「山形で生活したい」と、積んできたキャリアを手放すことへの迷いもありましたが、「どうにかなる、人生無駄なことはない、失敗したとしてもそれが何かの糧になる」という母の教えもあり、山形に戻って暮らす道を決断。上の子が2歳になるタイミングでUターンしました。

### 起業したのは山形で 生きていく手段だったから

山形に戻った翌年に、夫の経歴を生かしてジェラート専門店を立ち上げました。起業の準備を始めた頃に第二子が生まれ、子育てでも忙しくなりましたが、両親の協力のもと夫と二人三脚で事業計画の立案、資金調達、店舗改装など、開店のための準備を進めていきました。子どもが生まれたばかりの時は自分の時間が取れないと思いましたが、逆にと子どもが寝ている時間が長い時期は作業がはかどります。こうして2018年4月、山形市山寺に「COZAB GELATO」をオープンすることができました。現在は店舗での販売、卸し、OEM、オンラインショップ、ふるさと返礼品の商品開発といった5事業の運営と管理を行っています。家庭では6歳、4歳、2歳の母として、

「どうにかなる」というポジティブな性格を武器に日々頑張っています。

山形の豊かな自然の中で自分の協力を得ながら子育てと仕事ができ、山形に戻ってきて本当によかったと思っています。

### エール★自分らしく働くために

**仕事も生活も一人で頑張らず、理想を高く持ち過ぎず、周りの協力を得ながら気持ちをリンクに、楽しんでいくことが大切だと思います。**



株式会社OLIVE  
取締役

工藤 佐規子氏

### 正しいことよりも 楽しいことを優先する

安定していた前職を辞めて現在の仕事を始める時に、当社の代表から言われたのが「正しいことよりも楽しいことを優先する」とまっくいく」ということ。今は毎日が楽しすぎて、あつという間に時間が過ぎていきます。寝る時間があったりないくらいです(笑)。現在、社員は9人。CMや企業のプロモーション用の動画制作をメインに事業を展開しています。私が担当しているのは営業とディレクションの仕事。自分の考えを形にしていくプロセスが楽しくてしかたありません。人と出合い、人と話をして、人を幸せにする。楽しいことも辛い経験も自分の宝になると思っています。

### やらずに後悔するのなら、 やって後悔するほうがいい

もともと目指した職種は看護師。視覚障がいのある姉が入院した時に、担当してくれた看護師の姿が格好良く、憧れを持ったことがきっかけでした。高校卒業後は地元の見学専門学校に進み、その後は県職員として県立病院に勤務し、公務員としての待遇のもと看護師になりました。夢にまで

見た看護師になり、配属されたのが救急の部署。ぱりぱり働くつもりでしたが、時間が経つにつれて「何かが違う...」違和感を覚えるようになったんです。次第に職場へ行くのも苦痛に。鬱々としていたある日、久しぶりに患者を担当することになりました。すると、救急看護にはなかった、これまでにないくらいの充実感を覚えました。そして感じたのが、自分は「人と話すことが好き」ということ。やりたかったこと、楽しいと思えることが違うことに気が付きました。そんな時、友人でもある今の会社の代表に「映像会社を一緒にやってみないか?」と誘われたんです。「安定していた仕事を辞めて、パソコンも使えないのに映像の仕事に転職するなんて」と、両親はもちろん大反対。いくら説得しても納得してもらえないはずはなく、「人生一度きり! やらずに後悔するのなら、やって後悔するほうがいい」と強行突破。今振り返ると、「戻ることも可能。駄目だったら戻ればいい」という思いも背中を押していたのかもしれない。

畑違いの業種に飛び込みましたが、「楽しい」と思えることを仕事にできていることに感謝しながら、今後も頑張っていきたいと思っています。

### エール★自分らしく働くために

**生きていれば辛いこともありますが、生きることは楽しいこと」と考え方を  
変えてみましょう。辛いことも時間が経てば解決します。その後の生きるパ  
ネとして、辛かったことを記憶しておく  
のも大切なことです。**



仙台ターミナル株式会社  
ホテル事業本部  
ホテルメトロポリタン山形  
営業統括グループ 次長

鈴木 陽子氏

### なりたい自分を思い描き続ける、 自分を整えながら

当ホテルはシティホテルとして総合的なサービスをを行っているほか、東日本大震災以

降、観光農業事業にも力を入れていきます。現在、私は法人営業を担当していますが、入社してから宴会のサービスマンやブライダルプランニング、レストランや客室の改装に至るまで、お客さまと接するすべての部署に携わってきました。ある時、チャペルの建設を進めることになり、「館の屋上にチャペルを造ることを提案しました。でも、なかなか受け入れてもらえず、そこで思ったのが「自分がやりたいことを行うには決定権を持つ立場にならなければいけない」ということ。その時のジェレンマがキャリアアップを目指すきっかけになりました。というところ、私はいつも「大丈夫、できる、できる！」と呪文のように言い聞かせながら行動に移しています。行動するのはとても不安だし、怖いですが、「本当に駄目なときは誰かが助けてくれるはず」「やれる」という期待や思いがあるから自分に声をかけてくれたんだ」と考えるようにしています。大切にしているのは、「自分を整える」こと。なりたいた自分を思い描き、妄想を繰り返している、でも最初はできなくて当たり前。自分のペースでなりたいた自分に近づいていく、それが案に自分自身を押し上げる力になると思っています。

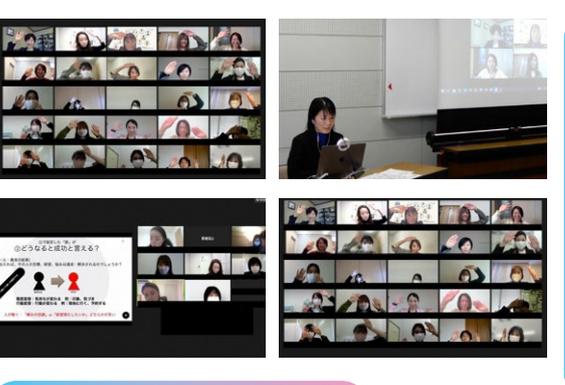
**誰かのために行動することが自分の幸せに**

東日本大震災も自分を見直すきっかけになりました。失うものや辛かったこともたくさんありましたが、見る角度を変えて人の立場に立つことの大切さを教えてくれた出来事でした。震災が起きたのは、仙台メトロポリタンに転勤して3年が経った年。その日は、ホテルの中で千人のお客さまと晩過ごしました。実はその2日前にも大きな地震がありました。あまりの驚きと不安に、お客さまを守る立場だったにも関わらず、私は自分の車で山形へ逃げようとして、「お客さまは？ 部下は？ 自分がやるべきことは違うのでは？」と、はたと気づき、すぐに職場に引き返しました。後悔が入り混じ

るその時の体験が「もし、天井が落ちてきたらどうするか」など、非常時に自分が取るべき行動をシミュレーションするきっかけにもなり、震災当日は落ちついて考え想定し、判断できました。そうした二つひとつの経験値を自分の引き出しにしまいながら、何かあった時は引き出しから取り出し、つなぎ合わせて対応していく。自然にそうした行動がとれるようになってきました。

私の原動力は「誰かのために行動することで自分が幸せになれる」という考え。3人きょうだいの末っ子として大事に育てられました。守ってくれていた父が幼い頃に他界しましたが、その時に感じた「母のために、自分ができることをやりきる」という思いが仕事をやるうえでの原点です。「新郎新婦の笑顔を見たい」「おいしいと食べてもらえる料理を開発したい」。ホテルの仕事は「誰かのために」という思いがあふれた、やりがいのある職業です。

エール★自分らしく働くために



**まなびフェスタ**

**Theme A** **メンタルヘルスとしてのアンガーマネジメント**

「私の怒りの正体」を探り、コントロールできるスキルを身に付け、「私のストレス対策」を学ぶワークを行いました。

■講師  
株式会社キャリアアクリエイト  
キャリアカウンセラー  
**浅野 えみ 氏**

**Theme B** **管理職になるってどう？**

女性が管理職になるにはどんな課題があるのか、どんなマネジメント思考方法をしたら良いかを学ぶ内容でした。

■講師  
歯科医師  
**池田 聡子 氏**

**Theme C** **カウンセリングマインドと傾聴スキル**

コミュニケーションの基本は相手を受け入れて、理解すること。傾聴の目的や効果について学び、上司部下の関係、同僚との関係を円滑にする基本スキルを身に付けるワークを行いました。

■講師  
株式会社キャリアアクリエイト  
代表取締役  
**原田 幸雄 氏**

**Theme D** **オンライン時代のコミュニケーション**

オンラインイベントの実践者として経験談から、オンラインでの会議、イベントのコツ等、明日から使えるオンラインコミュニケーションテクニックを学ぶワークを行いました。

■講師  
株式会社キャリアアクリエイト  
キャリアアドバイザー  
**須貝 未菜 氏**

**Theme E** **プレゼンテーションスキルアップ～伝える技術**

プレゼンテーションをする上で説得力がある、人を動かす、伝え方の基本を学ぶワークを行いました。

■講師  
株式会社キャリアアクリエイト  
ヤマガタ未来ラボ編集長  
**田中 麻衣子 氏**

**Theme F** **いま必要とされる社会人基礎力を高める**

人生100年時代に社会で活躍し続けるために必要な能力を高め、ありがたい自分の姿に活かせるような内容でした。

■講師  
合同会社work life shift代表  
**伊藤 麻衣子 氏**

**参加者の声**

ビジネスウーマン交流会  
オンライン開催

1人の価値基準に合わせず、違いがあることを強みとして自分をアピールしていくことの大切さを学びました。

自分のポテンシャルを磨くことや部下のポテンシャルを上げるなど、自分に今必要なことを知ることができました。

将来のキャリアアップのため、小さくても今すぐに行えることから一歩ずつ始めてみようという気ができました。

「自分を整える」なりたいた自分を妄想・イメージすることが大事であること、「人生楽しいことも辛いことも経験したことがネタである」という言葉を大切に失敗を恐れずに挑戦していきたいと思いました。

同じ女性としての生き方のヒントを貰えた。メンタル面でもすぐるためになった。

プレゼンスキルも、アンガーマネジメントも大変勉強になるお話ばかりでした。自分をどうコントロールしていくかによって、プレゼンの進め方も、自分を律することもうまくいくとお話を聞いて感じました。

「出来ないことに挑戦することで時間と命を有意義に使える」というお言葉に感銘を受けました。