



実施報告書

参加人数 122人（女性111人・男性11人）

プログラム

- 13:00~13:10 オープニング
主催者挨拶 高木 利夫(県くらし・環境部長)
- 13:15~14:30 講演会
「組織で自分らしくしなやかに働き続ける」
堂蘭 稚子さん(株式会社ACT3 代表取締役)
- 14:40~16:30 分科会
- 16:40~17:00 エンディング
分科会報告
決意撮影 *参加者全員で写真撮影



平成28年11月12日(土) 13:00~17:00
静岡県男女共同参画センター あざれあ 大会議室他

講演会 演題：「組織で自分らしくしなやかに働き続ける」
講師：堂どうぞの蘭わかこ 稚子さん（株式会社ACT3 代表取締役）



講師紹介

1992年株式会社リクルート入社。1999年より商品企画、営業部門で管理職を務め、2007年当時組織で最年少・女性唯一のカンパニーオフィサーとなる。2013年退職後、女性活躍推進テーマでの講演・執筆、コンサルティング業務などを行う。著書に『元・リクルート最強の母』の仕事も家庭も100%の働き方（KADOKAWA）、東洋経済オンライン、日経カレッジカフェなどでコラム連載。2児の母。

株式会社リクルートで管理職を務めた堂蘭さんから、自身の経験と「働くオンナを取り巻く環境」などの社会的背景をもとに、「オトコ社会でのオンナの弱点」、「女性がリーダーになるためのTIPS（コツ）」について分かりやすく講演して頂きました。

オトコ社会は、「事実と数字で成り立つオトコ語」で会話されているが、それに対して「オンナはストーリーで語る」といった違いを明らかにした上で、その「違い」を楽しむ事も大切であり、共生の第一歩であるということや、さらに、違いを自覚する事で強みに変わっていくというヒントをもらいました。

〈堂蘭さんからのTIPS〉

- ① セルフマネジメントで、自分らしく
→ 自分ブランドをつくる・コーチをつくる・見た目です差をつける
- ② リーダーとしての視点と力をつける
→ 無理やりつくるWillはいらない・「価値は金」合理的に決断する
- ③ 部下を持ってから得た教訓
→ 「愛されたい」「ロールモデルになる」は捨てる、アシスタントこそ組織の宝
- ④ タイムマネジメント…
→ すぐやる、MUST項目は90%の時間に配分する

まとめは、ワークライフは「バランス」ではなく「インテグレーション（高次な統合）」の時代に入っている。働くオンナの価値観が超多様化する中で、「働きやすさ以上に、働きがいと成長を求めている姿勢も大切である」との内容で、管理職として活躍することの楽しさや成長を感じさせる力強い講演でした。



分科会

分科会No.	テーマ	参加人数	うち作業部会員
第1分科会	私のワーク・ライフ・バランス～家庭との両立～	25	3
第2分科会	私のワーク・ライフ・バランス～介護との両立～	15	2
第3分科会	先輩たちに訊こう！私が管理職になったワケ	19	2
第4分科会	3年後の私を描いてみよう～なりたい自分になる～	24	3
第5分科会	“伝える力”を身につけよう ～職場でのコミュニケーション課題に向き合う～	23	2
合計		106	12

第1分科会「私のワーク・ライフ・バランス～家庭との両立～」

☆「仕事と家庭との両立における悩み・課題」をグループで共有した後、課題に対する解決方法やヒントを意見交換しました。グループワーク後、話した内容について発表を行い、分科会全体で共有しました。主な意見は、下記の表のとおりです。



悩み・課題	課題に対する意見
労働時間が長い	<ul style="list-style-type: none"> ・ 帰社時間を決め、効率的に業務を行う ・ 「割り切る」 勇気をもつ ・ 他人に任せられるものは任せる
自分の時間（自己啓発、資格取得、読書等）がとれない	<ul style="list-style-type: none"> ・ ファミリーサポートセンターの利用 ・ 今はがんばり時。短い間なので、こどもとの時間を楽しむ。
子どもとの時間が取れない	<ul style="list-style-type: none"> ・ 時間より質 ・ 日頃から話を聞く ・ 短時間でも向きあう時間を作る
家事の時間	<ul style="list-style-type: none"> ・ まとめ買い。朝、夕飯の準備をする。・ 外部委託、家電製品の活用 ・ 完璧でなくても大丈夫
夫婦の家事負担	<ul style="list-style-type: none"> ・ 男性の考え方で女性の活躍の幅が変わる・ 男性の意識改革・ 教育が必要
制度（時短勤務）があるが実際は利用できない	<ul style="list-style-type: none"> ・ 上司のマネジメント力 ・ 制度を利用する者は自覚を持った中で権利を主張するべき。時短でもやることはやる
保育時間、学童保育の時間が短い	行政・制度への改善希望

第2分科会「私のワーク・ライフ・バランス～介護との両立～」



☆育児介護休業法や、介護サービスの上手な活用方法を情報提供した後、グループワークで、参加者の現状の悩みや課題を共有し、両立のための工夫・コツ・ヒントなどを情報交換し共有しました。そして「職場に求めること」「自分が行うこと」をグループでまとめ、これからの前向きな気持ちを宣言として発表しました。最後に「温情判決」の動画を全員で視聴し、一人で抱え込まないこと、介護と仕事を両立させる大切さを共有しました。

情報提供

- ・ 平成 29 年 1 月からの育児介護休業法改正内容の解説と介護休暇の活用方法等ポイントを確認
- ・ 介護サービスの上手な活用方法（冊子には載っていない実際に必要になる情報を提供）

グループワーク

- ・ 職場に求めること…全社や管理職研修にて介護制度の最新情報や活用法の周知、職場の理解深める
- ・ 自分に求めること…抱え込まないで周りにも頼る、適切な情報収集、家族の理解、仕事を辞めない

第3分科会「先輩たちに訊こう！私が管理職になったワケ」

☆グループで管理職に聞いてみたい事や悩みを共有化した後、講演講師の堂菌さんを含む3人の女性管理職がパネラーとなり、パネルディスカッションを実施しました。



- ・ 管理職になったきっかけとは？
- ・ 管理職になったメリット
- ・ 失敗談とそこからどのように乗り越えたか
- ・ 仕事と家庭の両立について
- ・ ブランディングを作るとは？
- ・ あなたにとって仕事とは？

それぞれの質問に対して、パネラーが自身の経験談を基に回答されました。

「自分の人生をどう生きたいのか」、「その上で、何のために仕事をするのか」。この自分としての基軸を管理職という立場の経験と積み重ねから、確立してきたこと、また、管理職になることにより、新たな世界があることに気付けたことが、パネラー3名の共通項でした。

第4分科会「3年後の私を描いてみよう～なりたい自分になる～」



☆3年後の自分の姿を描くことを目標とし、「自分を深く知る」、「自分の見方を変えてみる」、「なりたい自分（夢・目標）を描く」の3つのステップをグループワークを入れながら実施しました。ワークシートで記入し、形に残すことで、3年後に向けて、今からどのようなことをしていけばいいのか、参加者に考えてもらうきっかけづくりとなりました。

- 1 自分を深く知る
自分の宝物は何か、ワクワク感じる事、やり遂げたと思うこと等、自分自身で整理。
- 2 自分の見方を変えてみる
自分の性格を思いっただけ挙げ、それは自分にとってマイナスかプラスかを考える。
マイナスの部分、見方を変えて、プラスの言葉に置き換える。
- 3 なりたい自分（夢・目標）を描く
40歳や80歳の誕生日にどんな人に祝ってもらいたい、どんな仕事をしていきたいかをイメージ。
3年後の自分になりきり、プライベートや仕事に関する夢や目標をワークシート（ドリームマップ）に記入し、グループ内で発表。

第5分科会「“伝える力”を身につけよう～職場でのコミュニケーション課題に向き合う～」

☆日常のコミュニケーションの悩みを共有した後、悩みを意識しながら「聴く」「話す」のワークを実践・解説を重ねながら実施しました。ワーク後は、今日の学び（気づき）をグループで確認し、発表しました。



悩みを意識しながら、「聴く」「話す」ワークの実践

- ・ コミュニケーションは話し手だけでなく、聞き手がいて成立するもの。
- ・ 良い聞き手のコツを紹介
- ・ 聞き手にとってわかりやすい話し方を紹介
- ・ 伝える内容は、言葉より伝える人の感情がのらないと伝わらない。
- ・ 発声のコツ（演習実施）
- ・ 各自の声の領域の広さを確認
- ・ 人前で話すコツを紹介

決意写真



作業部会メンバー紹介

「ふじのくに さくや姫サミット 2016」の企画・運営に携わっていただいた作業部会のみなさまを紹介します。

○佐藤 真琴さん ジヤトコ株式会社
(座長)

○五十嵐英里香さん 株式会社昭和自動車学校

○石川 真理子さん 焼津水産化学工業株式会社

○加藤 久仁子さん 静清信用金庫

○鈴木 聖子さん 株式会社共立アイコム

○鈴木 通代さん 静岡放送株式会社

○須山 由佳子さん 静岡県女性管理職の会 Advance Club

有限会社キャリア・アップ

○橋本 恵子さん 株式会社静岡第一テレビ経営企画局付 出向
株式会社D I プロ

○谷野 富久恵さん 静岡県女性管理職の会 Advance Club
株式会社ヤマハビジネスサポート

○石川 麻友子さん 静岡ガス株式会社

○内田 美紀子さん 株式会社るるキャリア

○刈谷 美歩さん イトウシャディ株式会社

○鈴木 真由美さん 浜松信用金庫



主催 静岡県、ふじのくに女性活躍応援会議

共催 (一社) 静岡県商工会議所連合会／静岡県商工会連合会／静岡県中小企業団体中央会

(一社) 静岡県経営者協会／(一財) 静岡県銀行協会／(一社) 静岡県信用金庫協会

静岡県中小企業家同友会／静岡経済同友会／(一財) 静岡経済研究所

日本労働組合総連合会静岡県連合会／静岡県女性管理職の会 Advance Club

協賛 大塚製薬(株)／焼津水産化学工業(株)