

秋田市文化創造館 Marche & Workshop  
 2022秋田市 × a.woman  
**マルシェ**  
 10/16 SUN 10:30~15:30

**秋田市女性活躍推進  
ロールモデル写真展** 10/15 SAT・16 SUN 同時開催

秋田市で活躍する女性ロールモデル(行動や考え方など、キャリア形成の上でお手本となる方)21名を紹介しました。



秋田の働く女性たちの情報サイト「a.woman」との共催。女性起業家などが手がける商品の紹介・販売。



**屋外**



**ワークショップコーナー**

<p>ポタニカルキャンドル作り</p> <p>講師:ノアキャンドル</p>	<p>チョークアート体験</p> <p>講師:チョークサイン</p>
<p>ダリアを使ったブーケ作り</p> <p>講師:グリーンピース</p>	<p>足と爪のケアレッスン</p> <p>講師:坂井 梨絵氏 (足育アドバイザー)</p>

**マルシェコーナー**

<p>ホタルビ堂</p>	<p>め・へさけ</p>	<p>よし成</p>	<p>横森菓子店</p>
<p>種と実</p>	<p>いもみこ</p>	<p>中通chillout</p>	<p>あいば商店</p>
<p>まめあじ</p>	<p>クリップクランモノ</p>	<p>花と風の村 to·ko·to·ko</p>	<p>ピース&amp;ギャラリーEstrella</p>

# 誰もが活躍推進フェスタ 2022

## 開催報告書



日時 2022年10月15日(土)・16日(日)  
 会場 秋田市文化創造館

## Stage1 10:30~12:00 『心と身体を大切にするヨガ』

講師 藝 Uel AKITA 代表 瀧 聖子さん

自殺率低下を目的にヨガを広める瀧先生による心と身体のための講座。「先生の明るさですごく元気に」「体がスッパリ。心がおだやかになりました」「日々の疲れや悩みが吹き飛びました」と、たくさん笑顔が生まれました。



## Stage2 13:00~14:30 『アキタ』×『発信力』～私らしく働くヒント～

ゲスト



日経WOMAN元編集長・作家  
麓 幸子さん

1984年～2019年まで日経WOMANの編集長を務め、本を多数出版。2019年57歳で大館市へUターンし、地元比内町に「比内ヒルズ」という共生社会を拠点に活動。その他デザイナーサービスや訪問看護の会社の取締役など13個の肩書きを持つ。

コーディネーター フリーアナウンサー 武藤 綾子さん

ー最近のさまざまな働き方についてどう思いますか

麓さん：一つ目は「パラレルキャリア」です。本業を持ちながら第二のキャリアを築くことですが、自分のやりたいことや強みを生かして多方面で仕事をすることが、今の人生100年時代だと思います。これからは女性も健康寿命の75歳まで社会に貢献するイメージでキャリアを考えた方がいいと思います。二つ目は「デジタルトランスフォーメーション(DX)」。AI、IoT、ビッグデータ等で暮らしが大きく変わり、今の職業の49%がなくなってしまうとも言われています。その時に重要なのが「キャリア自律」です。「うちの会社は大きいから大丈夫」などと考えるのが一番危険で、自身でキャリアを開発していくことが重要です。今は社会が女性の活躍を求めていますし、女性が活躍した方がイノベーションは起きます。

鈴木さん：シンガポールの会社は、社長の私が秋田、営業と会計とライターはシンガポール、営業アシスタントは埼玉県で育児中の為1日5時間の時短勤務です。会議やスケジュール管理はアプリを使いすべてオンラインで行っています。今はさまざまな働き方ができる時代ですし、環境が許す方は

ぜひ副業してみてください。もちろん学校で学ぶこともいいですが、認定されたからといって希望の職業が見つかる保証はありません。副業には、お金をもらってスキルを磨いて実践を積めるというメリットがあります。

ーデジタル人材の必要性についてどうお考えですか

鈴木さん：デジタル人材という定義は二通りあって、政府が提唱するデジタル人材はIT技術を磨く人達を指すパターン。もう一つのデジタル人材は実は皆さん既におこなっていて、要はLINEなどの既存のアプリを使いこなせる人という意味です。今はスラックやチャットワークなどのアプリを活用している企業も増えていて、タイムカードや日報などの業務管理をすべてオンライン上で行っています。もしきちんと習いたいのであれば、ハローワークで開催している講座などを活用するのも一つの方法だと思います。

ー仕事と生活の両立は、どのように乗り越えてきましたか

麓さん：私も夫もハードワーカーで実家が遠く、子育ては22時



和テンション(株) 代表取締役  
鈴木 康子さん

1992年シンガポールの日系広告制作会社に転職後シンガポールで起業し、在住日本人向けの情報誌を発行。2011年東京に新会社を設立。2020年秋田に移住し、シンガポールと東京の会社経営を行う。来春、美郷町に新施設をオープン予定。

まで預かってくれるシッターさんをお願いしていました。でも私は家事も育児もして一週間の睡眠時間が二桁なのに、夫は独身の頃と同じ働き方をしている。そこである日、夜中に帰宅した夫に「お前も家事をやれ!」と訴えたんです。夫はその時初めて私の苦しみを知って、家事や育児をするようになりました。夫にとって育児をシェアしたことは時間のロスではなく、育児という経験をしたことで人生も豊かになっていると思います。さらに「自分を大切にしましょう」ということ。一日15分でも自分をケアする時間を持つことがとても重要です。私の場合、公園で15分間だけ散歩をすると頭が空っぽになりました。あとは3年日記を書いています。これは自分の小さな成長が分かり、書くことによって頭の整理にもなります。

ー企業が今求める人材とは

鈴木さん：私が採用する時にどこを見るかと言うと、「全体を見る力がある」または「全体を見る努力ができる」ということです。それは会社の利益を最大化する工夫ができるかどうかということです。全体を見ることが出来る人は自分の立ち位置が見えますから、独立起業することもできますし、フリーランスとして生きていくこともできます。

ー自分自身の引き出しを増やすためには

麓さん：今「リスクリング」という学び直しが注目されています。私は日経WOMAN編集長の頃から生涯女性を応援したいと思い、そのキャリア学を学ぶため50歳で大学院に通いました。そして54歳で通信教育で社会福祉士の資格を取り、56歳には「成年後見制度」の講座を受けました。このように意欲がおもむくままに勉強するのがいいと思います。でも時間を作るのが難しいという方には、「アイゼンハワーマトリックス」という手法があり、これは「緊急」と「重要」で4象限を作ってやることを振り分けるもので、最も重要なのは後回しにされがちな「重要だけど緊急ではないもの」です。それを書き出すことによって意識化することです。



ーみなさんへのメッセージ

麓さん：自分をリスペクトして、チャンスは無駄にせず追いかけて欲しいと思います。成功した女性たち取材してきて分かったことは、失敗から何を学ぶかです。失敗を冷静に分析して、自分の行動を変えることが重要だと思います。それから年齢への不安もよく聞きますが、私は120歳まで生きるつもりなので、あと60年は健康でいたいと思っています。大学院で学んだ「死ぬその日まで脳は発達するということ」を皆様にお伝えしたいです。

## Stage3 15:00~16:30 起業家ワークショップ「好きなこと」を仕事にするチカラ

ゲスト



(株)hinata 代表取締役  
須崎 裕さん

国際教養大学卒業後、インバウンドの観光業を起業するがコロナ禍となり軌道修正。2021年スムージーのお店「ひなたエクス」をオープン。大阪府出身。

コーディネーター ファシリテーター 平元 美沙緒さん

ー今の事業を始めたきっかけは

須崎さん：起業してすぐにコロナ禍となった時、創業メンバー3人で「僕らの好きなことは何だ?」と考えた結果「秋田の自然だね」という結論に。農家レストランの「ゆう菜家」さんを参考にしようとしたのですが、自分たちにできることを突き詰めていったら、果物を凍らせてスムージーにするという答えが出ました。テーマは「地域の食材を濃厚にお届けする」ことで、「きれい、かわいい、美味しい」を大事にしています。

森澤さん：娘も大きくなり仕事を探しましたが見つからず、自分らしくできることを仕事にしようと考えて起業しました。私がカトリック信者でろうそくに触れる機会が多かったのと、ろうそくを自分で作れることを知った時に秋田に教室がなかったので、キャンドル教室を開こうと思いました。コンセプトは「作るを楽しむ、暮らしを楽しむ」です。「楽しむこと」は人生のテーマでもあって、毎日過ごす時間が楽しい・嬉しい・幸せな気持ちの積み重ねだったらいいなと思っています。

ービジネスとして成功させるには何が必要ですか

須崎さん：絶対的に数字ですね。田沢湖店を作る前にあの場所の交通量を調べたのですが、その統計の通りの売上になっ



ていますし、あの場所でないで潰れていたと思います。あとは、お客様は誰かを考えることです。自分のやりたいことをビジネスにするにはそこ

が大きなステップで、それを決めて初めて商品の料金を決めることができます。

森澤さん：まずは前向きなことです。それから自分の提供するサービスが、お客様から対価を頂戴するに値するかということを重要視しています。サービスを提供することに誇りやプライドを持って、自分にしかできない仕事をするんだという思いで取り組んでいます。

ー起業するにあたって注意ポイントは

森澤さん：後発として少しでもリスクを減らせるように、同じ業種で競合がないかをリサーチすることだと思います。もう一つはスモールビジネスですね。私は、主婦が自分の力で始められる起業をイメージしていたので、どれくらいリスクを背負

鈴木さん：真面目な人ほど失敗を怖がりますが、私も失敗だらけです。でも失敗からしか学べないことがあるので、失敗を恐れないことが大事だと思います。秋田は食べ物が美味しくても人も優しく自然が豊かで、最高に楽しいですね。ただできれば自己投資のつもりで旅行もしてみたいし、色々なところにお友達を作って欲しい。場所が違えば価値観や考え方も違ってきます。そういう場面で相手を理解するという体験を増やすと、新しい視点が生まれると思います。

えるかを考えました。

ー自分の判断に迷った時の解消法は

須崎さん：自らつなっていくことも大事なと。ゆう菜家さんも最初はお客さんとして行き、会計の時に話しかけました。そこでの助言が今に生きていることも多々あります。お金に関しては月に一回、銀行に数字を全部送っています。怒られることもありますが、それで危機を回避できているのでどんどん聞きに行くのがいいと思います。

ワークショップ

わたしのテーマをイメージして「起業」へのステップを考えよう!

～参加者のコメント～

・起業仲間がたくさん集まる場所でいろいろな話を聞いて良かったです。・勇気が湧いてくるワークショップでした。

須崎さん：みなさんに共通していたのが、「自分が感じている課題は同じ様に感じている人がいるはずだから、ビジネスになるのでは」という話。その本当の課題は何なのかをさらに深掘りしていくと、より明確に計画を立てられるのではないのでしょうか。もう一つ伝えたいのは、起業に一步踏み出してから問題や不安な気持ちは、経験者に聞くことでほしいは解決するということです。僕らも飲食のプロに聞いて変更したことがありました。聞けば一瞬で解決することを聞かずにいたら失敗に終わっていたと思います。出てきた課題は、ぜひプロに聞きましょう。

森澤さん：起業したら簡単に稼げると思っている方に出会うことがあります。仕事となったら楽しい事ばかりではありません。私は主婦なので、仕事や家事、制作や雑務もすべて一人でやっていて、代わりがないので体調管理も仕事の一部です。逆に「起業なんてできない」という声もよく聞きますが、それは「できない」ではなく「しない」だけだと思います。今はありがたいことに、インターネットで検索すれば大概のことは教えてくれます。踏み出す一歩の大きさは人それぞれです。小さな一歩でもそれを踏み出すことによって夢が未来に変わるので、夢を語るのではなく未来を語れるようになったらいいなと思います。

