

ささえあって 輝いて あなたもわたしも未来へ向かって

るうぷ

金沢市
男女共同参画広報誌

2013
VOL. 30

「金沢なでしこ

プロジェクト」

始動

報告

活躍している女性たち@金沢 おしゃべり座談会

男女共同参画アドバイザー 養成

女性と子ども支援ネットワーク金沢 設立

るうぷ（ループ）は「輪」という意味で、市民が手をつなぎ、男女共同参画社会づくりをめざし、交流の輪を広げてほしいという思いを込めて命名したものです。

活躍している女性たち@金沢 おしゃべり座談会

自分のやりたいことを実現させた女性ってどんな人だろう？
そこに至ったきっかけは？プライベートとの両立は？
そんな素朴な疑問をテーマに、5人の女性が語り合いました。

—自分で始めようと思ったきっかけ

中村 起業する前の私は、独立系コンサルティング会社に勤めていました。その時、当時の社長から「過去の秘書業務の実績をもとに接遇部門を立ち上げたらどうか」と打診されました。私の中では、普段の仕事の延長線上にある業務だったので、特に抵抗や違和感はなく自然にスタートを切り、お客様が徐々に増えていきました。

特に独立したいという思いはなかったのですが、そのころ夫が単身赴任することになり、家族との時間をどう捻出するかが課題となりました。そんな状況の中、社長ともじっくり話し合い、「君にしかできない仕事だから」と自然な流れの中での起業でした。

中村 清美 Kiyomi Nakamura

株式会社ハートデザイン代表取締役。
公開セミナーの開催と個別の継続的な
接遇トレーニングを年間 200 回以上
行っている。



成田 結婚前は金融関係の営業をしていました。結婚してからは専業主婦を6年。当時は子どもと二人きりの毎日が辛くて、早くこの生活から抜け出したいとそればかり（笑）。転勤族の妻として、大阪や広島で暮らしたのですが、いずれも保育園の待機児童数が多く、働きたくても働けない主婦がたくさんいました。そんなとき広島で、主婦が立ち上げた会社に出会ったのです。その会社では、在宅主婦の力を活かして仕事を回していました。「何でもやります」と訪ねていったところ、在宅スタッフへの仕事の段取りを行うディレクター的な役割を任せられました。その後、石川に戻ってきたのですが、同じことが石川でもできないかと考え、起業するに至りました。

長谷川 私も成田さん同様、子どもを産んで専業主婦をしていたときの悶々とした負のエネルギーが結果的に起業につながっています。米国の大学を卒業して、キャリアウーマンを目指していたはずが、いつの間にか専業主婦に。何かを始めないと気がおかしくなるとして、悩めるママの視点で地域情報を集めて、同じように悩めるママに提供するという活動を始めました。結果、その活動はNPOとなり、スタッフも増え、行政からの委託なども受けるようになりました。

NPOを10年近く続けながら、デザイン事務所で仕事をしていたのですが、もっと自分の裁量で自由に時間を動かさ

るようになりたいと思い、会社を作ることに決めました。

金田 あるお店の店長として働いていたのですが、精神的な面から体調を崩したんですね。やむを得ず仕事を辞めて、花のレッスンに通い始めました。花を触っていると元気になれたんです。もっと花と関わりたくて、神戸の花屋でアルバイトを始めました。その後震災をきっかけに東京に移り、タラソセラピーやアロマセラピーを学びました。当初は東京で独立しようと思っていたのですが、なかなかよい場所が見つからず、金沢に戻って開業することを決めました。自分自身のことは、起業家というより、セラピスト、カウンセラーだと認識しています。

中田 私も、正直なところ、起業したという感覚はないんです。

幼いころから音楽が大好きで、ヤマハの教室に通っていました。本当はプレイヤーになりたいかったのですが、周囲の反対もあって講師の道に。望んで講師になったわけじゃないので、最初はいいやや教えていましたが、途中で子どもたちへの影響の大きさに気づき、改心。次第に生きがいになりました。当時は器楽中心に教えていたのですが、ある出会いから、突如歌の世界に。言葉を伝えることの素晴らしさを知ってしまったんです。

仕事を辞めて歌の勉強するためにニューヨークへ。そこでは、他の文化が

自然の流れの中での起業でした

—中村

何かを始めるのに、遅い早いはない 一金田

ら来た私を、温かく受け入れてくれました。感動のまま帰国し、自分のグループを作り、スタジオを持って、ゴスペルを教え始めた、というのが事業開始までの経緯です。ちなみにニューヨークへ行ったのは35歳だったので、婚期を逃してしまって（笑）。

金田 私が東京へ行ったのも32歳です。「その年で東京に行って勉強するの？遅くない？」という外野の声もありました（笑）。でも行くしかない。始めるのに、遅い早いはないんですよ、きっと。

—実際に始めてみて、嬉しかった場面、大変だった局面は？

中田 コンサートに来てくださった方から「元気をもらった」、「自分も頑張ろうと思う」などの声を掛けてもらえたときが一番うれしいです。音楽を通して何かを受け取ってもらえることが、自分自身の音楽の原動力になっています。大変だと感じているのは広報。演奏活動、音楽教室の存在を広く知っていただくためにどうしたらよいのか、現在も模索中です。

長谷川 大変なことは、山のようにあるとも言えるし、全くないとも言えます。ゼロからのスタートなので、新規の営業、広報、経理など、すべての部分で当然つまづくわけですよ。でも、自分がやりたくて始めたことって、苦勞が苦勞じゃない。

無理をしない。良い意味で「適当で」一成田



成田 由里 Yuri Narita

株式会社ウーマンスタイル代表取締役。900名以上の主婦会員を持ち、女性と企業の橋渡しを行う。業務内容は、マーケティング、プロモーション、調査、グループインタビューなど。

い。壁が出現しても、「そうきたか」という感じで楽しめるというか（笑）。ひとつひとつ問題を攻略していくのって、案外面白いものです。

金田 アロマやカウンセリング、ヒーリングを学んだ生徒さんたちが、病気が見つかった方に代替療法を実践して、治療に向かっていることを聞くと、本当にうれしいです。「セラピーやヒーリングを学んでおいてよかった」と言われ、この仕事をしていてよかったと思いました。

—家事、子育て、介護との両立は？

成田 起業するしないに関わらず、女性は家事・子育て・介護・仕事など複数のことをせざるを得ない状況にあります。

大事なのは無理をしないこと。完璧主義にならずに、よい意味で「適当」でいること。今は家事の心強い味方になってくれる家電やサービスもあります。ルンバや食洗機、乾燥機付き洗濯機は我が家ではフル活動（笑）。ネットスーパーや食品宅配も活用して、時間のやりくりをしながら仕事と家事を両立しています。子どもとの時間を持っていないことに罪の意識を感じている女性は多いかもしれませんが、でも、ワーキングマザーはみんな罪悪感と戦っているはず。自分だけじゃないと思うと気が楽になりますよ。たまには同じ環境の人と「心のデトックスタイム」を共有するのもおすすめ！



金田 陸美 Mutsumi Kaneda

アロマテラピー、フェイシャル、セラピー、カウンセリングなどを扱うサロンおよびスクール「サンクチュアリ スパ セレネ」を展開中。女性がいいつもハッピーでいられるような生活スタイルを提案する。

長谷川 賛成！完璧な女性を目指しても無理ですもん。仕事でもプライベートでも、どうしても自分がしなくてはいけない部分と、そうじゃない部分とを切り分けると、最低限やるべきことが見えてきます。それぞれができることをする。誰かに負担を押し付けない。みんなの自由も尊重する。使えるサービスは遠慮なく使う。女性は真面目な人が多いので、ひとりで抱え込みがちですが、適当に諦めると楽になれますよ。

—事業を進める上で、大切にしていること

中村 まずは、お客様のニーズを聴くことですね。研修や講演内容について、「お任せします」と言われても、必ず打ち合わせを経て、ニーズの確認をします。当たり前のことかもしれないけれど、お客様の満足は、お客様が決めるからです。

成田 おっしゃる通り！自分一人で仕事はできません。お客様がいて初めて仕事が成立します。なので、お客様に対してはおせっかい精神フル発揮で、満足度120%を目指して全力で対応しています。そうするとお客様がまたお客様を紹介してくれたり、応援者が現れたりするんです。すべては人のつながりで成り立っていると実感しています。

地元石川だからこそやれることを 一中田



中田 理恵 Rie Nakata

金沢を中心に活動するヴォーカルユニット『Vox of Joy』を主宰。喜びと感謝をテーマに、聴く人の心に届く音楽を贈り続ける。

中村 目的を明確にすることが第一歩ですね。誰かのせいや、誰かのためではなく自分のために。自分の心に誠実になって行動を起こしましょう。

成田 明確にした目標や目的を人に聞いてもらうといいですよ。そうすると、いろんな質問や批判が返ってきます。それに一つ一つ答えようとするので見えてくるものがあります。また、人に話すことで必ず応援者も現れます。そんな貴重な仲間の存在に感謝しながら、夢を現実にしていってください。私もまだ道半ばなのでアドバイスできる立場にはありません。一緒に頑張りたいと思います。

長谷川 失敗を怖がらずに動いてみたらいいと思います。私自身失敗だらけですが、確実にそこから何かを学べますので。

今日ここに集まったみなさんは、みな失敗を恐れずに一歩を踏み出した人たちですよ。今日は語られなかった失敗談も、きっと山のようにあるのでは(笑)。でも、それを全部引き受ける覚悟さえあれば、確実に前に進めるはず。今日のつながりも大事にしていきたいです！

中村 このつながりで、何か面白いことができそうですね。

一同 ほんとほんと！ぜひつながっていきましょう！

長谷川 同感です。私は、NPOを長くやってきて現在も継続中ですが、長年NPOで培ったつながりが、会社の経営に大きな力となりました。仕事で、あるいはプライベートで、関わった人、関わった仕事、どれをとっても無駄なものはありません。これは強く言い切れます。

中田 人のつながり、一番大切ですよ！私は、一緒に音楽を創る一人ひとりの想いも大切にしたいと思っていますが、これもまぎれもなくつながりの中から生まれるものです。音楽に愛と感謝を込めて、より多くの人に生きた言葉、メッセージを伝えていけたらいいですね。

—今後の目標

金田 ボディ、マインド、スピリットの3つの観点から統合的にみていくことのできるセラピストをたくさん育てることですね。欧米のように医療現場で、心理

カウンセリング、ヒーリング、代替療法がもっと取り入れられるよう、自分なりに実践していきたいと思います。

中田 ポピュラー音楽において、地元石川だからこそやれること、地方だから諦めてしまっていたことを、現実に行きたいと思っています。ここにいてこそできることを念頭に置きながら、曲作り、ステージ、後進の育成に力を入れて活動していきたいと思っています。

中村 実は高校3年生の娘は、陸上でのオリンピック出場を目標にしています。そんな娘が「お母さんの跡つぎにもなりたい」と言ってくれているんです(笑)。常に、娘から目指してもらえような母であり、働く女性でありたいと考えています。

—女性たちへのメッセージ

金田 どんな困難があっても、困難こそが大きく成長する糧になったと思えるときがきます。自身の身体と心を大事に慈しんで、あきらめない強さと柔軟性を養っていきましょう。

中田 まずは、自分がワクワクすることをやってみる。未来のビジョンを明確に思い続け、アンテナを張り巡らせていたら、助けてくれる人やモノにきっと出逢えるはずですよ。

失敗を怖がらずに、動いてみる 一長谷川



長谷川 由香 Yuka Hasegawa

株式会社アスタリスク代表取締役。ウェブ制作、編集、DTP、翻訳などの業務を行う。また、NPO子育て向上委員会の代表として、地域の子育て情報発信に携わる。

市の担当者より

女性たちのトークは尽きることがなく、必ずまた集まろう！と盛り上がり、お開きになりました。何か新しいことが始まる予感がします。(K.M)



金沢市では、女性の能力を活かし
女性の活躍を促進することにより地域経済の活性化が図られる
「女性が活躍できるまち金沢」の実現をめざし、
「金沢なでしこプロジェクト事業」をスタートしました

公開講座

女性活躍促進会議「トップセミナー」

これからの人材活用 ～多様な人材活用に向けた人事制度の考え方と効果～

講師 サイボウズ（株）代表取締役 青野 慶久 氏
日時 平成 25 年 8 月 30 日（金） 15:30 ~ 17:00
会場 ITビジネスプラザ武蔵 6 階交流室

サイボウズ（株）で採用しているユニークな人事制度についての紹介がありました。人生のイベントに合わせて働き方を変更できる人事制度や、最大6年間の育児休暇、在宅勤務制度、退職後の復帰制度など、独自のルールを導入したことで、離職率が格段に減ったそうです。

ご自身も育児休暇を取得した経験談を交えながら、「社員は多様なものだから、それぞれの個性を強みにしていくこと」や「制度を作っただけで満足せずに、実際に活用できる社内風土環境の重要性」をお話いただきました。



連続講座

なでしこプロジェクト「ブラッシュアップセミナー」

講師 （株）ライフキャリアデザイン・アソシエイツ 代表取締役 森野 和子 氏
日時 平成 25 年 8 月 29 日（木） 9:30 ~ 16:30
会場 金沢市女性センター 3 階研修室

企業が推薦した中堅女性社員と金沢市女性活躍推進庁内プロジェクトチームメンバーの合計 32 名を対象に行われる連続講座の 1 回目。

「話そう！仕事のことわたしのこと」をテーマに、仕事をする上での課題や悩みを出し合いました。同時に、自分の価値観や、強み・弱みを整理し、自分とは何かについて、グループで話し合いながら整理しました。



参加者の声



（株）計画情報研究所 馬場 恵子さん

まちづくりコンサルタントとして、交通計画、基礎調査などの仕事をしています。専業主婦期間を8年経た後で正社員に復帰したので、働く母親（女性）の悩みや苦労を共有できればと思い、セミナーへの参加を決めました。

まちづくりや交通計画の業界は、女性の比率が低いので、女性社員のロールモデルを見つけるのが難しい現状にあります。何でもこなせるスーパーウーマンではなく、等身大の自分が目指せるようなロールモデルを見つけれたらいいなと思っています。

このセミナーには多岐に渡る業種の方々が参加しているので、異業種間でさまざまな課題について話し合えたらと期待しています。

男女共同参画アドバイザーを養成します。

男性も女性も自分の意思で社会に参画し、みずからの個性を發揮しながら生き生きと充実した生活を送ることができる男女共同参画社会を実現するため、男女共同参画を推進するリーダー的人材を養成していきます。

男女共同参画アドバイザーは男女共同参画に関する啓発活動や、研修・講座等の講師を務めるなど、地域における男女共同参画を推進します。



第1回の講座では、金沢市のこれまでの取り組みや、金沢が目指す男女共同参画社会、今後の重点課題について話し合いました。

男女共同参画アドバイザー養成講座を実施しました

「平成25年度男女共同参画アドバイザー養成講座」を6月29日(土)～8月10日(土)の隔週土曜日、4回に渡って開催し、20名が受講しました。

受講者は、男女共同参画の基礎知識を学び、今後はフォローアップ研修等を経て、アドバイザーとして活動していただく予定です。

<講座内容>

第1回	「男女共同参画を学ぶ～新金沢市男女共同参画推進行動計画のポイント～」(講義)
第2回	「ワークライフバランスを正しく学ぼう～子育て・介護を考える～」(講義)
第3回	「変わる男性の生き方～子育て・介護・夫婦関係～」(ワークショップ)
第4回	「あらゆる暴力の根絶～DVを理解する～」(ワークショップ)



「女性と子ども支援ネットワーク金沢」が 設立されました。

設立について

このネットワークは、DV（ドメスティック・バイオレンス）等の暴力にさらされている女性と子どもが、本来持っている力を取り戻し、能力を発揮して、自分らしく心と体の調和の取れた生活ができるよう、団体等が連携し、女性と子どもに対する継続的な支援を行うことを目的として設立されました。

「母と子のこころの回復 サロン」を開設します

「女性と子ども支援ネットワーク金沢」が市と協働し、11月に暴力被害後のトラウマ等に悩む母親と子どもの居場所づくりを行います。今後、心理教育プログラム「びーらぶ」も提供していく予定です。

ネットワーク 構成団体



金沢市DV被害者支援 ネットワーク会議関係団体

- 石川おんなのスペース
- かなざわDVサポート皿
- こころとからだの
カウンセリングスペース「十人十色」
- 女性のためのセルフディフェンス
WEN-DO
- Pay it Forward

金沢市子ども見守り ネットワーク会議関係団体

- 子どものけんりCAPいしかわ
- 子ども夢フォーラム
- 自分を見つめるママの会 snigel m.

行政機関

- 金沢市人権女性政策推進課
女性相談支援室

ネットワークに参加する団体、グループ、個人を募集しています。
【お問い合わせ】 金沢市人権女性政策推進課 TEL 076-220-2095

DV防止啓発
シンポジウム

暴力の女性と子どもへの影響

～被害女性と子どもに対する支援を考える～

2013年11月9日(土) 13:30～16:00

金沢市教育プラザ富樫 121・122 研修室

託児
あり

第1部 13:30～14:50

講演「DVの実態と子どもへの影響」
佐賀県DV総合対策センター所長 原 健一 さん

第2部 15:00～16:00

パネルディスカッション
「子どもたちを被害者にも加害者にもしないために」

- <パネラー> 原 健一 さん (佐賀県DV総合対策センター所長)
中村 明子 さん (弁護士)
広岡 立美 さん (女性と子ども支援ネットワーク金沢代表)
- <進行役> 坂井 美津江 (金沢市女性相談支援室長)

◆ 申込方法 ◆

氏名・電話番号・託児を希望の場合はお子様の名前、性別、年齢をお書きの上、FAX、郵便またはEメールで送付してください。

【申込先】 金沢市人権女性政策推進課
〒920-8577 金沢市広坂 1-1-1
TEL: 076-220-2095 FAX: 076-220-2030
Email: jinkenjyosei@city.kanazawa.lg.jp

【締切】平成25年11月5日(火)
※託児の申し込みは10月31日(木)まで

ひとりで悩まず相談してみませんか？

女性相談支援室

月～金 9:00～16:00

- 夫婦問題、離婚等などの不安や悩みの相談
- 配偶者や交際相手からの暴力などの不安や悩みの相談
- 子どもや親等との関係についての不安や悩みの相談
- セクハラ・パワハラ等職場の人間関係の悩みの相談
- 生活、その他女性の身上相談



DV相談窓口カード



女性相談専用電話

076-220-2554

秘密は堅く守られます。

特別相談（事前予約が必要）

女性弁護士による法律相談

毎月第1火曜日 午後 / 第3金曜日 午後

臨床心理士による心の相談

毎月第2木曜日 午前

カウンセリング

毎月第4木曜日 午後

傷つきからの回復ワーク

「私らしさをとりもどす」講座

ミーティングルーム・るうぷ

詳しくはお問い合わせください。

人権女性政策推進課 TEL 076-220-2095

2013年10月～2014年3月

金沢市女性センター 開講予定セミナー一覧

「コミュニケーション・ブラッシュアップⅠ～イラッ、カチッ、ムカッと向き合うコツ～」

日時 11月12日(火)・19日(火) 全2回 18:30～20:30

対象 対人スキルの向上を目指す女性 募集定員 40名

※「コミュニケーション・ブラッシュアップⅡ」と併せての受講を推奨

「コミュニケーション・ブラッシュアップⅡ～自分も相手も大切に作る表現法～」

日時 11月26日(火)・12月3日(火)・12日(木) 全3回 18:30～20:30

対象 対人スキルの向上を目指す女性 募集定員 40名

※「コミュニケーション・ブラッシュアップⅠ」と併せての受講を推奨

「男性の生活マネジメント講座Ⅱ ～セカンドライフを楽しむ～」

日時 1月下旬頃 全3回予定

対象 50代、60代の男性 募集定員 20名

「ビューティフルエイジング ～女性の元気は社会の元気～」

日時 2月下旬から3月上旬頃 全3回予定

対象 健康づくりに関心がある女性 募集定員 25名



問い合わせは、金沢市女性センター TEL 076-223-1265

この情報誌へのご意見や感想などございましたら、お気軽にお寄せください。

発行：金沢市人権女性政策推進課

〒920-8577 金沢市広坂1-1-1 TEL 076-220-2095 FAX 076-220-2030

Email: jinkenjyosei@city.kanazawa.lg.jp

URL <http://www4.city.kanazawa.lg.jp/22075/danjyo/index.html>

編集：子育て向上委員会



金沢市男女共同参画