

私らしく楽しむ おしごと交流会

福井県は、女性の就業率や共働き率が全国トップクラス。一方、女性管理職率は低い状況です。女性が、自分らしくイキイキと働くために、自分たちの働き方やライフ（生活・生き方）について意見交換する交流会を開催！

前半のゲストトークでは、鷲頭副知事にご自身のキャリアや仕事への向き合い方、家庭との両立などをお話いただきました。

後半のグループワークでは、「自分の強みを見つけよう」をテーマに、「もやもやしていること」「今取り組んでいることや目標」などを自分と向き合いながら書き出し、グループで共有。最後にはグループメンバー同士で強みと感じたことをカードに書いてプレゼントしました 📄

- 実施日 令和6年11月19日（火）
 場所 ハピリン4階 福井市ボランティアセンター
 参加企業数 17 社（25人）
 対象者 20～30代の働く女性
 ファシリテーター キャリアコンサルタント 宮下 麻衣子氏
 ゲスト 福井県副知事 鷲頭 美央 氏
 内容 ・県初の女性副知事として活躍中の鷲頭氏による
 ゲストトーク
 ・自分の強みや、自分らしさを見つけるグループワーク



鷲頭副知事ゲストトーク

＼あきらめなくていい 仕事もプライベートも楽しむ“両立の道”／

1. 子連れで地方転勤という選択

- ・東京で夫婦で家事・育児をシェアしていた状態から、小学生2人の子どもを連れての単身赴任を決断
- ・毎日学童のお迎えに行くため、「報告や簡易な相談はチャットを活用」「スケジュール共有や早めの相談を徹底！」
- ・子どもの体調不良時は在宅勤務・Web 会議も活用
- ・困ったときはお互い様。感謝の言葉と恩を忘れない！

2. メンタルケアの考え方

- ・「忙しいけど楽しい」「大変だけど支えあっている」「自分らしくできている」がメンタル安定ゾーン
- ・悩みは尽きないけれど、自分の幸福度を上げるものが何かを知り、自分の機嫌は自分でとる！

3. 管理職は責任が重い!?

- ・責任が重い＝裁量が大きい
- ・自分の裁量で予定を決められる、効率化・働き方改革を実施しやすい、やりたい仕事を実現しやすい、など管理職のメリットはたくさん！



これからは、仕事もプライベートも楽しい時代へ！

交流会で決めた「行動計画」をご紹介します！

- ◇ チャレンジする！楽しんで仕事をする！
- ◇ 自分の仕事にもっと誇りを持ち、辛いことがあっても同じように頑張っている人がある！と思って頑張る！
- ◇ やらなければいけない仕事とやらなくていい仕事を見極める！
- ◇ プラス思考で仕事に取り組む！
- ◇ 不安な時こそ一歩踏み出す！ 率先して動く！



参加者の声

- ◇ 副知事のお話から、管理職の魅力に気付くことができ、自分には無理と最初から思うのではなく、やってみたいという気持ちを大事にしようと思った
- ◇ 副知事のお話はもっと聞きたいと思うほど共感する部分や勉強になる部分があり、参加してよかった
- ◇ 仕事と家庭の両立に正解はないと思うが、コミュニケーションを取りながら、自分なりの両立方法を考えていきたい
- ◇ 今は独身だが、子どもを育てながら働いている人の話を聞き、将来の働き方を考えるヒントになって良かった
- ◇ 同じような悩みを持っていることを共有でき、一人じゃないんだと思えた
- ◇ 同じように頑張る同世代と交流し、とても楽しく、励みになった

心が軽くなるヒントが
きっと見つかる！

＼仕事もプライベートも充実させたい働く女性に！／

Instagramで 自分らしく働く女性を紹介！

仕事と家庭を両立して働く女性やリーダー・管理職として活躍している女性へのインタビューを随時お届けしています☆



@fukui_work_style_cafe
フクイワークスタイルカフェ



管理職ってどんな感じ!?



仕事と家庭の両立、どうしてる!?

後輩・部下への仕事の任せ方は?



どんなふうに 息抜きしてる?

ぜひこちらからご覧ください!→

フォロー大歓迎です☆



FUKUI_WORK_STYLE_CAFE

