

# キャリアと暮らしの充実講座

第1回報告 開催日：令和6年6月28日(金) 18:00～19:30

## 【テーマ】 パラレルキャリア<sup>※</sup>の相乗効果

※本業と並行して自分の好きな分野で第2の活動をする

ZOO法人ピアリンクえひめ  
田中 菜さん



仕事、家庭に加えて自分の「好きなこと」に全力で取り組んでいるお二人をお招きし、前半はお話とトークセッション、後半は参加者からの質問にご回答いただきました。

臨床検査技師として働く傍ら、仲間同士で支え合う"ピアカウンセリング"を使ったNPO活動をしている田中さん。本業と副業の両立からバランスが変わる転換期を経て感じたことを語りました。「やりたいことが多すぎて、時間が足りない。睡眠時間を削ろうとしたら体調を崩してしまった。」ことも。「課題はたくさんですが、誰のためでもなく『自分で決めて行動する』の繰り返しで今があります。まずは小さな一歩からと、今も自分に言い聞かせています。」とおっしゃっていました。

サイボウズ株式会社  
伊藤 佑介さん



「多様性の実現」を理念としている企業サイボウズ(株)を本業としている伊藤さん。勤務7年目を迎えた時に「この先、『自分にしかない強み』をつくっていきたい。」と、人前で喋るスキルを身につけようとオーディションを受け、テレビレポーターにチャレンジしました。それがきっかけでご自身の世界が広がり、本業でもイベントの企画を任せられる機会が増えていきました。心がけているのは「本業の仲間に、『自分のしていること』を丁寧に説明し、コミュニケーションを怠らないこと。」です。

お二人とも、応援してくれている家族や仲間への感謝は常にあるとおっしゃっていました。後半は、参加者からたくさんの質問をいただき、副業をしているしていないに関わらず、自身との向き合い方を深掘りする有意義な時間となりました。



アンケートでは、8割の方から「また参加したい」と声をいただきました。

## 参加者の声

- ・私自身もパラレルキャリアを楽しんでいるので少し先行くお2人のお話しにエネルギーをいただきました。(40代女性)
- ・お二人のお話や考え方、また参加者のご質問からもたくさんのヒントを頂き、良い学びの時間になりました。(50代女性)
- ・多様な体験談や考えを聞くことができた(30代男性)
- ・実践している方の生の声を聞けるのは刺激になりました。お二人とも人生を楽しんでいると素直に理解できた。(50代男性)

# キャリアと暮らしの充実講座

第2回報告 開催日：令和6年7月19日（金） 18:00～19:30

【テーマ】「ことば」で未来をつくる～これが、わたしの働き方～



株式会社せいかつ編集室  
大木 春菜さん

夫と二人でせいかつ編集室を運営している大木さん。テーマにある「ことば」で未来をつくる働き方は、自分の中の「違和感」に耳を傾け続けていくことで作り上げていきました。過去に感じたモヤモヤを書き出して、俯瞰で見つめる。その次に「何にモヤモヤしているの?」、「じゃあ、自分はどう在りたい?」と自分に聞き続ける中で「編集の力でファンをつくる」というコンセプトが出来上がったそうです。「モヤモヤすることを書き出した後は、『どういう未来なら解決できるのか』にフォーカスすると『ことば』が決まっていきます。不思議なことに『ことば』が決まると、これでいいのかなと感じていたことが薄くなり、堂々としてできるようになりました。」と、大木さん。働き方に視点を置いた講座ですが、「ことば」の力でコンセプトが決まるとライフスタイルも決まりやすくなる。とおっしゃっていました。

後半は、実際にモヤモヤを書き出すワークショップを行いました。参加者からの質問もあり、充実した1時間半となりました。



参加者全員の方から「また参加したい」と声をいただきました。



## 参加者の声

- お話を聞いて、考えがとてもしっくりしました。特にモヤモヤを書き出すというのはとてもおもしろく、今後やってみたいです。(10代女性)
- 自分と対話することで、自分らしい言葉が見つかってくるということに納得がいきました。書いて書いてアウトプットしていきたいと思います。(20代女性)
- 普段なかなか聞けないテーマでいろいろな企画を考えてくださるのでとても参考になりました。(30代女性)
- 1時間半があつという間の、とってもおもしろい内容でした！自分の中の違和感を大切にして、どんどん言葉にしていきたいなと思いました。(40代女性)
- 新しいアイデアを手に入れられました。(30代男性)
- 参考になることが多かった。(60代男性)