

# 女性のチャレンジ・応援します❖❖

チャレンジ事例集 **vol.5**



宇都宮市男女共同参画推進センター

## 目次

### 《輝く女性にインタビュー》

☆株式会社クルール・プロジェ代表取締役

阿久津 智子さん・・・・・・・・・・ 2

### 《女性のチャレンジ事例》

◇バーテンダー（パイプのけむり武井）

田代 晴美さん・・・・・・・・・・ 6

◇ヴィーナスナイト実行委員会代表

飯野 恵理さん・・・・・・・・・・ 7

◇NPO 法人パパママおうえん隊理事長

武田 純子さん・・・・・・・・・・ 8

### 《チャレンジお役立ち情報》

☆仕事と子育ての両立術

～「割り切る，巻き込む，信頼する」の意識で負担は大きく変わる～

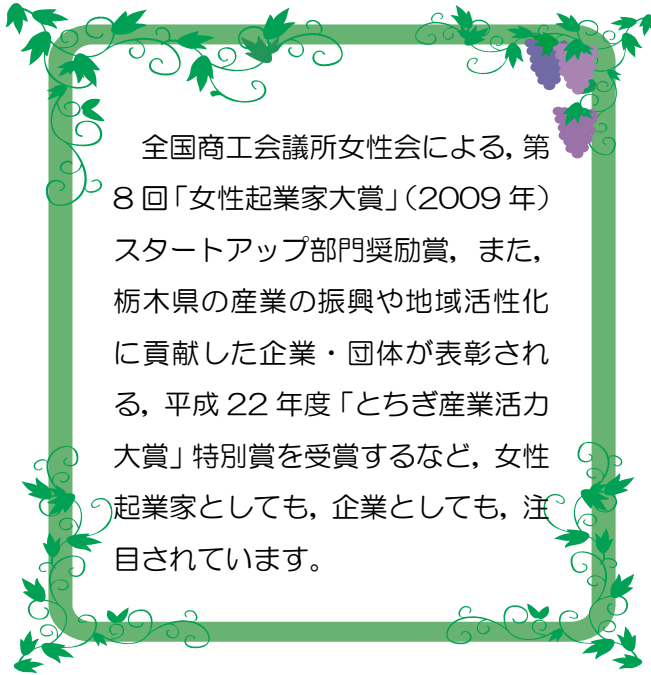
キャリアカウンセラー 伊澤 英子さん・・・・・・・・・・ 10

# 輝く女性にインタビュー

## 「株式会社 クルール・プロジェ」

2005年に栃木県で創刊された、子育てママ向けフリーペーパー「クルール」。現在は、全国15エリアに発行地域が広がっています。

クルールを発行している「株式会社 クルール・プロジェ」代表取締役の阿久津さんに、起業したその思いを聞いてみました。



全国商工会議所女性会による、第8回「女性起業家大賞」(2009年)スタートアップ部門奨励賞、また、栃木県の産業の振興や地域活性化に貢献した企業・団体が表彰される、平成22年度「とちぎ産業活力大賞」特別賞を受賞するなど、女性起業家としても、企業としても、注目されています。

代表取締役 阿久津 智子 さん



**Q. ㈱クルール・プロジェのプロフィールを教えてください。**

A. 2005年に栃木県で情報誌「クルール」を創刊。現在、静岡や茨城など栃木県以外にも14エリアにてクルールを発行しています。子育て支援だけでなく、ママライフの支援のため、夢をかなえたいママ向けの『ドリカム塾』や託児つきの講座『ママ'sカレッジ』を運営しています。

**Q. 会社や情報誌の名前でもある「クルール」の由来は何ですか？**

A. 「Couleur (クルール)」とは、フランス語で「色」という意味です。色は、人の個性によく例えられます。子育てについても、人それぞれのスタイルがありますが、例えばほかの人の話を聞くことで、ちょっと自分の色を変えてみる。そうすることでちょっと成長する。読者にスタイルを押し付けるのではなく、十人十色のママライフを紹介して、共感を持ってもらいたい。そして、母親であり、妻であり、女性である読者を色々な意味で支えていきたい。との思いが入っています。

**Q. ㈱クルール・プロジェを起業したきっかけは？**

A. 読む人にちゃんと伝わるものを作りたい。という思いがきっかけでした。そのためには、読む人を特定しないと届きません。そんなときに、スタッフとの会話の中で、幼稚園からの情報は必ず親に届くと知り、子育てママに必要な情報を届けようと情報誌「クルール」を発行しました。

子育てママを幼稚園・保育園・企業・行政も応援しています。でも、みんなのそれぞれの思いをそれぞれの形で発信しているので、子育てママたちに伝わっていない印象があります。社会で子育てを支援しているんだよ。という思いを結びつけ、ママたちの目線、言葉に変換し、読者に共感を持ってもらえるかたちで届けようと誌面を作っています。

クルールは、企業から協賛をいただいて、広告を掲載しているフリーペーパーです。実際に取材をしたうえで、例えば軽自動車の広告なら、車内が広く着替えやすいなど、子育てママにとってのメリットを具体的に紹介する広告を作っています。

**Q. クルールが全国に広がっているのはこの理由でしょうか・・・？**

A. 正確にはわからないんです。ただ、スタッフと創刊当時から「いつか全国で発行できるといいね。」と話していました。声に出していると、実現する、実現に向け進んでいくということを実感しています。

ロコミは、必要な人に情報が届くと拡大していきます。クルールはどういう考えを持っていて、読者にも企業にもどのようなメリットがあるのか、全国の広告代理店に情報を発信しています。

クルールは、多くの読者、企業、幼稚園・保育園、子育てにかかわっている行政、様々な人たちに支えてもらっています。

**Q. 企業・会社を運営していく上でのご苦労やうれしかったことは？**

A. 苦労したことは、起業＝社長になる、会社を経営する。ということです。経営について何の知識もなかったので、多くの本を読み、多くのセミナーに参加しました。やりたいことをやるだけでは、経営は成り立たないので、続けていくことの大変さを感じています。

うれしかったことは、幅広い方々に認めてもらったことです。先日、清原中央小学校に「おもてなしの出前講座」で講師として行きました。対象の4年生に「『クルール』を知っていますか？」と聞いたところ、1/3くらいの子どもたちが手を挙げてくれました。

クルールを創刊した時に、年中だった子どもたちが幼稚園・保育園から持ち帰って、ママたちが読んでいたのを覚えていてくれたのかな。そう思うと、創刊からの歴史がここに集約されているようで、とてもうれしくなりました。

**Q. 会社として、また阿久津さんご本人として、今後の活動について抱負はありますか？**

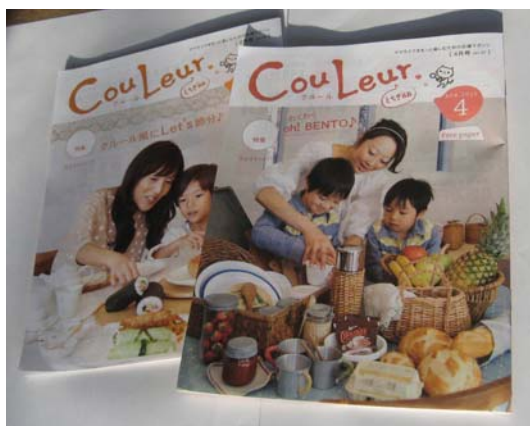
A. 昨年12月から5回のシリーズで始めた『ママのためのドリカム塾』第一期生が3月に終了しました。6月から活動する第二期生を募集中です。夢を持っているママたちがその夢に一步近づけるために、そして生き生きと楽しく子育てをするために何が必要か、今後も応援して行きたいと考えています。

私個人としては、起業してからずっと仕事だったので、料理教室に行きたいなと思っています。仕事以外にも目を向けて、私も今までの色だけではなく、他の色も入れて行きたいと思っています。

**Q. 最後に起業を目指す女性へ一言**

A. 始める前に迷われて立ち止まってしまう方が多いと思います。でも、始めてしまうとそれまでに考えていたことと違って、より実践的な問題に直面していく。始めることより、続けていくことが大変です。「えいっ！ヤー！」って始めてしまってから、色々学んでいった方がいいのではないのでしょうか。

そして、口（声）に出していると、夢は実現に向かっていきます。声に出していくと、自分の行動も変わります。そして、それが夢に近づいていくために大切なことだと思います。



ありがとうございました。

### 代表取締役 阿久津さんからPR

(株)クルール・プロジェは十人十色のママライフを応援します。

**株式会社クルール・プロジェ** 宇都宮市築瀬町1784-2 Yanaze BLDG4F

電話 028-614-2558

http://www.couleur-mama.net

# 女性のチャレンジ事例

さまざまなステージで  
輝いて活躍されている女性たちを紹介いたします。

田代 晴美 さん



## 私、バーテンダーになりたい

私の目の前で、カッコ良くシェーカーをリズムカルに振りとても綺麗な色の液体を次々とカクテルグラスに注ぐ姿にあこがれたのは、21歳の時でした。

その後、都内にある日本バーテンダースクールを知り、すぐに通い始めました。バーテンダーとして基本的な事を学び、ますますバーテンダーになろうという思いが強くなりました。スクールを卒業し、縁あって『パイプのけむり武井』に入社しました。

スクールを卒業はしましたが、お店の現場とスクールとは違いすぎます。カウンターに立たせてもらいましたが、右も左も分からない状態。何も出来ない。会話もできない。そんな日々が続き私には向いていない仕事ではないかと悩んだりもしました。しかし、いい先輩に恵まれ何とか乗り越えられました。私はつくづく思います、私がこれまで続けてこられたのは、ご指導してくださった先輩方、ずっと温かく見守り応援しつづけてくれたお客様、友人、仲間達、そして家族がいつもそばで支えてくれていた事。いつも「ありがとう」という気持ちを忘れず毎日を過ごしています。

カクテルの魅力は、つくる誰もがそのカクテル一つひとつに気持ちや思いを込めた夢を与えるものであり、ワクワクさせたり、感動させたり、心を癒すものでもあること。夢や希望や思い、人間らしい心情がいっぱい詰まっているのがカクテルです。

そして私達は何かを求めてくる人達に、優雅な時間を与え、ゆっくりと流れていく時間の中で、心を癒し、幸せな時間を少しでも多く過ごしていただくお手伝いをさせていただきたいと思っています。

バーテンダーとは正解のない世界。毎日が挑戦との連続。奥の深さ、果ての無さこそが仕事の魅力でもあります。

そしてお酒というアイテムを通して人と人をつなぐ喜びを大切に、これからも沢山の人達に愛されるバーテンダーを目指して行こうと思います。「見ている人はちゃんと見てるから」という言葉を信じて沢山の事に挑戦し頑張りたいと思います。その言葉を頑張っている人達にも伝えていきたい。

物の大切さ、人の優しさ大切さを、今まで以上に知らされている今日です。必死に生きて行こうという人たちの姿を見て私にも何か出来ないかといつも思っています。いつか私がつくるカクテルで心を癒しに来てくれたらいいなと願っています。



## 飯野 恵理 さん

※「ヴィーナスナイト」では、美と健康と癒しをテーマに、得意分野を活かした主婦たちの1日限定SHOPを開きました。

### 社会を元気にするのは女性から

2010年10月29日に「ヴィーナスナイト vol.1」を開催しました。この企画を実行するにあたり、女性の感性により、女性が楽しめて、女性の力を試せる場所を創ろう!という思いが一番にありました。

私は、長女を出産し子供を保育園に預けながら仕事を続けた仕事&家庭の両立生活と、その生活パターンに疑問を感じ仕事を辞め、専業主婦として次女を出産した、二つの立場から感じ得たことが沢山ありました。

女性には、主婦・母でありながらも、多趣味である方や活かしきれていない得意分野を持っている方が多くいます。その力をもっと広く一歩外に踏み出し、皆に披露してもらえる場を創りたい。そして、来場される方には、主婦・育児中、仕事を持ちながらの日常から少し離れて、自分へのご褒美としての時間を感じてもらいたい。雑多な日常で、どうしても自分の事を後回しにしがちな中、自分の時間を持ち、ふと自分の気持ちのまま楽しめれば、また日常で前向きに生活できる…そんな気づきのきっかけになることを願っていました。

その結果、皆様のご協力の中、イベント当日は沢山の方にご来場いただき、ゆっくりと自分と向き合う時間を持ち、一方で女性同士の会話も弾む和やかな雰囲気の中、お茶を飲む時間を大切にもらえる空間になったと実感しています。

そうして家庭に戻った女性は、自分の内面から元気になり、子供そして夫を、家族皆を自分らしく笑顔で支える活力になっていく。そうして、一つ一つの家庭が明るく元気になって行けば、この地域、日本、そして世界が元気になって行くのだと思います。まさにワークライフバランスの大切さを認識し、心身ともに充実した生活を送ることができていくのでしょうか。

また今回、企画実行していく中、実行委員同士が意見交換しながら、とても理解しあえる仲間であったこと。絆の大切さを感じることができました。それぞれが出来る事をこなし、自然と一つの形になる素晴らしさ。そのチームワークがあって出来たものだと思います。そして私を理解し支えてくれる家族がいました。

出展をまとめる難しさなどありましたが、苦労した感覚はありません。苦労さえも楽しみに変えられる仲間と一緒にいたからです。

何かをやりたくても一歩が踏み出せない…心のスイッチの入れ方がわからない方、沢山いらっしゃると思います。そんな時は、理解しあえる仲間と一緒に始めるのも一つの選択肢なのかな。と思います。恐れずに仲間と楽しく挑戦していけば出来ないことはない!と、わたくし勝手に思いこんでおります(笑)。

「自分が楽しく、自分にできる事。そして、皆が喜ぶ事。」そんな事であれば、続けていける。そんな風に感じています。

武田 純子 さん



## 出会いを大切に

「子育てって楽しいよ」ということを子育て中のお父さん、お母さんに伝えたいと願い、子育て支援活動を行っています。とは言っても、子育ては大変です。1人で子育てを頑張ろうと思うと、とても辛くなる時があります。でも、そのとき子育てを助けてくれる方や応援して下さる方がいたらどうでしょう。

私は第2子を出産するまで、幼稚園教諭として働いていました。出産後、夫の転勤で宇都宮を離れ、新しい土地での生活が始まりました。最初は不安だらけの毎日でしたが、村の方々が優しく声をかけてくださり、私たち家族を受け入れてくださいました。この村で第3子を出産すると、息子の名前をみんなで考えて命名してくださいました。また、夫が出張中、夜中に子どもの具合が悪くなったときは、近所の方が診療所まで連れて行ってくださいました。このような温かい方々と自然に囲まれたおかげで、5年間子育てを楽しむことができました。子どもの成長を心から嬉しく思い、「子育てってこんなに楽しいものなのだ」と実感することができたのです。

宇都宮に戻り、子連れで保育園に勤務することになりました。のんびりゆったりとした村での子育てと違って、機械的で余裕がなくせかせかしたものだだったので、今までの私の子育てが否定されたようなショックを受けました。もっと子どもの心に寄り添った温かい保育はできないものかと考え、保育園を退職し、心理学を学ぶために大学に編入学しました。そこでパパママおうえん隊の前身となったボランティアサークルを学生たちと立ち上げました。この活動を息子の学校のPTA役員のお母さん方に手伝ってもらうようになり、地域のお母さん方と「子育て支援サークルパパママおうえん隊」を設立しました。子育て経験のあるお母さんたちは、学生とは違ったパワーがありました。この子育て支援活動が、今では私の本業となりました。主な活動は、子育て中のお母さん方が講座等に参加中、お子さんをお預かりする託児、それと子育てサロンやイベントなどで親子ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなどのステージ発表を行っています。3年目を迎えた2010年秋、サークルをNPO法人へと発展させました。

1つの出会いが、次への出会いにつながり、出会いを大切にするによって活動が広がっていきました。出会いは人と人をつなげ、自分では想像もしていなかった世界へと導いてくれるものです。出会いを宝物として、これからも新しい出会いを次へのステップとし活動を続けていきたいと思っています。

# チャレンジお役立ち情報

再就職を目指している方へ  
役立つ情報を紹介いたします。

執筆者：キャリアカウンセラー 伊澤 英子さん



# 仕事と子育ての両立術

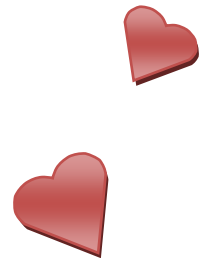
～「割り切る、巻き込む、信頼する」の意識で負担は大きく変わる～

「家計を助けるため」「キャリアを磨くため」「社会とのつながりを得るため」など働く理由はさまざまですが、今日では子どもを産んでも働き続ける女性がたくさんいます。また、妊娠や出産で一旦は専業主婦になっても、早期の再就職を希望する女性も増えています。

そのような働くママ、働きたいママにとって「仕事と子育ての両立」は大きな課題です。

## ○働くママの不安や悩みあれこれ

- ・ 家に帰っても食事の準備に掃除、洗濯と家事の山、どうこなせばいいの？
- ・ 急な残業、子どもの迎えの時間に間に合わない、どうすればいいの？
- ・ 子どもが病気になっても何日も休めない、どうすればいいの？
- ・ 子どものことで時間がとられてしまう…職場での評価やキャリアに響かない？
- ・ 仕事で子どもにさみしい思いをさせて悪い母親なのではないかしら？
- ・ 仕事と子育てに追われて余裕がない、どうしたら自分の時間が作れるの？



## ○そんな自分をちょっと引いてみてみよう

働くママはとかく生真面目で責任感が強い頑張り屋さんが多く、仕事も子育ても家事も全てに100点満点を目指す傾向があります。そして限界を超えるまでひとりで我慢して、仕事も子育ても中途半端になってしまうことに自己嫌悪に陥っていきます。

しかし「子どもがいて仕事もする」という状況を、次の3つの方向から客観的に捉えてみることで、背負った荷物を一時降ろし、両立できるヒントが見えてくるのではないのでしょうか。

## 1. 「すべてに100点満点はそもそも無理」

誰しも1日は24時間と限られています。子育てにはこまごまと想像以上に時間が取られ、出産前のようなペースで仕事や家事をこなそうとしても難しいのは明らかです。まずはそのことを認めて多少開き直って割り切ることも必要です。

その上で、大切にすべきこと・優先すべきこと・自分にしかできないことを見極めて、人に頼れることは頼り、手を抜けることは手を抜いてもいいのではないのでしょうか？

そう覚悟を決めれば、パートナーも含めた家族の手を借りることも場合によっては外部のサービスを利用することも受け入れられるようになります。



## 2. 「一人で抱える必要はない」



「子育ても仕事も自分が選んだことだから」と「自分でやりきらなきゃ」「人に迷惑はかけられない」と一人で抱え込んではいませんか？

「仕事と子育ての両立」はあなた一人が背負うべき課題ではありません。

家庭においては、「仕事をしている」という同じ土俵にたっている夫婦にとって、「子育て」も「家事」も両者が担うことであり、お互いに補い合い支えあっていくものです。

また職場においても、少子高齢化で労働力確保に女性の活躍が不可欠になる中で、子育て世代の従業員への理解や協力はもちろん働きやすい職場環境づくりは企業の責任でもあります。

「誰も私の大変さを理解してくれない、助けてくれない」と悶々としながらも苦しい状況を口に出さないことで、周りが気付いていない場合や、手助けするきっかけをつかめないでいることも考えられます。

「仕事と子育ての両立」をあきらめたくないなら、ひとりで悩まずに相手を信頼し「SOS」を発して周りを巻き込みましょう。コミュニケーションがポイントです。

それにより「話ただけで気持ちが楽になった」「解決方法が見つかった」「それまでより関係が良くなった」とおっしゃる方がたくさんいます。

## 3. 「子どもにとっての幸せの条件はひとつじゃない」

働く母親に対して、「子どもがかわいそう」とか「そこまでして働かなくてもいいのに」などという周囲の無理解に悲しい思いをすることもあります。

それに自分自身も「仕事しているせいで子どもに十分に接することができない」と罪悪感で働き続ける意思がぐらつく時もあります。

しかし子どもの気持ちになって想像してみてください。

「子どものために…と働きたい気持ちを抑えてストレスでいつもイライラしているママ」

「朝から晩まで休みなく働き、確かに食事も掃除も完璧だけれどいつも張り詰めて笑顔がないママ」を子どもは望んでいるでしょうか？

違いますよね。子どもははつらつと生き生きとしたママが好きです。日中は離れていても笑顔で迎えて来て短い時間でも愛情をもって接してくれれば満足です。

大人が思う以上に適応能力に優れ、身体も心も自立に向かって日々成長していく子どもの「生きる力」を信じましょう。

## 最後に…自信を持つ。喜びと捉えよう

- ☆ 子育て、家事と家庭のことをやりながら仕事もこなせている自分にもっと自信を持ちましょう。経験を通して、家庭人としても職業人としても幅が広がり「魅力的な人」に成長しているはずです。
- ☆ 子どもがいて仕事ができるというチャンスは誰もが手に入れられるものではありません。その境遇を「喜び」と捉え、「大変だけど楽しい」ものとしていきましょう。



## 平成22年度 チャレンジ事例集

平成23年3月

発行・編集 宇都宮市 市民生活部 男女共同参画推進センター

〒320-0845 栃木県宇都宮市明保野町7番1号

Tel: 028-636-4075 Fax: 028-636-4079

E・mail: [u18100201@city.utsunomiya.tochigi.jp](mailto:u18100201@city.utsunomiya.tochigi.jp)