

# ふくい女性ネット REPORT

ふくい女性ネットとは…

県内の企業、事業所、団体等で活躍中の女性が、相互交流、自己研鑽、企業等における女性の活躍促進を目的として、講演会や交流事業、情報発信事業に取り組んでいます。

<http://pref.fukui.lg.jp/doc/joseikatuyaku/ladygp/f-net.html>

4月から始まった第9期の活動。新メンバーの緊張も徐々にほぐれ、コミュニケーションも活発化！活動にも熱が入ってきました！

今回は、「未来きらりプログラム」第3・4回講義の様子をレポートします。

6月8日(水)

＊ 第3回講義 ビジネススキル講座②-1 ＊

## 「チームコミュニケーション」

講師 (株)office・CanDo 宮永満祐美 氏

コミュニケーションの特徴を知り、スムーズなコミュニケーションをとるためのポイントについて実習を通して学ぶことができました。チームに分かれて行ったゲームでは、言葉だけのコミュニケーションだけでどれだけ伝えられるかを実践し、人間の思い込みが情報伝達の邪魔することがあるとわかりました。

後半は、言いにくいことを伝えるための「アサーティブ・トレーニング」を行いました。自分の要求や意見を、相手を尊重しながら、

誠実に、率直に、対等に表現するというトレーニングです。アサーティブな表現を用いれば、自分も相手も気持ちよく仕事ができるようになるのでしっかり身に付けたいスキルだと思いました。(担当：柳原/為沢)



6月15日(水)

＊ 第3回講義 ビジネススキル講座②-2 ＊

## 「リーダーとしてのコミュニケーション」

講師 (株)office・CanDo 宮永満祐美 氏

まず、「リーダーシップ(=影響力)発揮のためのコミュニケーション」として、「支持的行動(ティーチング)」と、「支援的行動(コーチング)」を相手によって、量を変えることが必要であることを学びました。

次に、「コーチング(=相手が目指す姿と手段を自己決定するためのサポート)」では、有効な場面、「傾聴」「質問」等のスキル、相手の得意な「感覚」に合わせることなど、輪実践も交えてわかりやすくお話いただき、最後に「相手の力、自分の力を信じて、もっともっと引き出して高めて欲しい！」と背中を押していただきました。(担当：土田)



コーチングの際『視覚』『聴覚』『体感覚』の3つの感覚が特に大切。それぞれ得意・不得意があるが、それを相手に合わせ上手に使い分けながら聞き出すことや、肯定質問することで相手のモチベーションもずいぶん変わると感じました。

相手の話す速さに合わせたり、ミラーリングしたりと講義内容は理解できても訓練することが重要。「肯定質問」、「チャンクアップ」、「チャンクダウン」を心掛け身につけたいです。(担当：幸谷)

## 「ワークライフバランスの実践へ向けて」

講師 お茶の水女子大学 教授 石井クンツ昌子氏

今まで、「ワークライフバランス」女性活躍についてよく耳にはするけど、自分と関連づけてイメージする、また実践するというものではありませんでした。講義を受け、教授や受講生のお話を聞くことで、自分にとっての働き方やライフワークバランスを考えるととてもいい機会になりました。また、石井教授の言葉のひとつひとつが自身もモチベーションアップにもつながったと思います。さまざまな意見を聞きとても参考になりました。(担当：片山)



国際結婚をされて、日本とアメリカを行き来しながら子育てと仕事を両立されてこられたクンツ先生の言葉には説得力がありました。仕事を犠牲にしてそれ以外の生活(出産、育児、介護、趣味など)を充実させるのではなく、仕事だけの人生を送るのでもない。人生のターニングポイントにおいて、自分だけでなくパートナーであり同僚であり場合によっては上司とともに考えていくこと。女性の活躍を期待される今、人生をハッピーに生きるための極意だと思いました。(担当：吉田)

「伝える技術 — 相手を納得させる論理的説明 —」 講師 株式会社 Woomax 取締役 佐野愛子 氏

はじめに、女性が論理的ではないと言われる理由として、男女で、脳の構造や価値観に違いがあることが挙げられ、両者の歩み寄りが必要であると教わりました。論理的に相手を納得させる話しの構成ポイントとしては、「事実と意見を切り分けること」「結論と根拠の結びつきを明確にすること」「抜け、漏れ、ダブりのない状態にすること」だと学びました。話しを伝えるポイントについても理解を深めた上で、具体的な場面を設定し上司や部下への表現を考え、発表しました。無意識に伝えていた内容が、伝え方を代えることでさらに簡潔でありながら説得力が増す事を実感しました。



女性もトレーニングをすれば論理的な説明を習得できると自信を付けて頂きましたので、今後もポイントを頭に置いて伝えるようにしていきたいです。(担当：梶原/田村)

## 編集後記

多くの女性が抱える問題『仕事と家庭(自分の時間)をいかに両立するか』解決策は人それぞれですが、この講座に参加する事できっかけを掴めたらと思いました。自分一人での解決はとても難しい事ですので、家族や会社の仲間の協力を得る為にもコミュニケーションを取り、教わったポイントを活かして納得してもらえ伝える方を実践していきたいと思います。(担当：田村)

## ふくい女性ネット(第9期)参加企業 — ふくい女性ネットの趣旨にご賛同いただいた企業 —

株式会社アイル	株式会社岩崎機型	株式会社ウオンツ	株式会社ウオンツ・ジャパン
株式会社ウララ・コミュニケーションズ	株式会社エイチアンドエフ	小浜製網株式会社	社会福祉法人敬仁会
株式会社米五	坂井市	鯖江市	株式会社三栄商会
株式会社ジャルダン	株式会社信越マグネット	社会福祉法人新清会	株式会社 SHINDO
有限会社すのうどろっぷ	株式会社西友	日華化学株式会社	株式会社日本エー・エム・シー
株式会社日本オカダエンタープライズ	日本商運株式会社	福井キャノン事務機株式会社	株式会社福井銀行
福井県国民健康保険団体連合会	福井県庁	福井県民生活協同組合	福井商工会議所
公益財団法人ふくい女性財団	学校法人福井仁愛学園	国立大学法人福井大学	福井経編興業株式会社
福井鋳螺株式会社	フクビ化学工業株式会社	株式会社ふじや食品	株式会社 PLANT
北陸電力株式会社福井支店	マイラン EPD 合同会社勝山事業所	社会福祉法人町屋福祉会	株式会社ヤサスキ