

My story



株式会社毎日新聞社

西部本社

社会部西部グループデスク

あおき

えみ

青木 絵美

茨城県出身。2003年毎日新聞社入社。奈良支局、大阪本社社会部おおさか支局、学芸部を経て、12年に西部本社報道部（福岡市）、21年から2年間は小倉報道部（北九州市）。23年5月から、報道部（福岡市）でデスク職。福祉、まちづくりが関心テーマ。26歳で長男、30歳で長女を出産。それぞれ育児休業を経て復帰し、子どもたちは現在、高校生と中学生に。仕事と家庭の両立、仕事を機に挑戦した社会福祉士の資格取得、管理職1年生が感じる戸惑いや自分なりに心がけていることなどをお話ししながら、私も今回の交流を通じて学びを得たいと思います。

#管理職へのチャレンジ

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立

#子育て期の離職（休職）を経て
のキャリア形成

My story

2018年より外資系中小企業の経理事務という名の何でも屋をしております。また、2019年からは会社員をしながら「稼ぐのは好きだけれど、事務作業は苦手」な中小企業様や個人事業主のお客様のバックオフィス業務の請負を始めました。会社員として雇われながら、個人事業主としても仕事をする上で押さえたほうが良いポイントや時間の使い方、考え方などのヒントをお伝えできるかな？と思います♪ 一昨年約10年同棲した彼と入籍し、昨年出産し、今年4月から0歳の長女(5か月)を保育園に預けて、会社員フルタイム仕事復帰しました。家事や子育てについては、夫と協力して試行錯誤しているところです☆



#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立

#子育て期の離職（休職）を経て
のキャリア形成

#起業・フリーランスの働き方

外資系企業 経理課長
コンフィスタント.C 代表

いえなか まさえ
家中 真栄

My story

28才で結婚し、それまでは、病棟勤務。子供が生まれ2年間は、専業主婦を経験。その後は、訪問看護師をして在宅医療に携わり、はや22年になりました。看護学生の受け入れもしており、御縁があり某看護学校の外来講師もさせていただいています。実践で働きながら、看護学生の育成に携わることで、新鮮な気持ちを思い出し初心を感じさせてもらえることに感謝しています。子供は2人。長女は看護師になり3年目です。息子は、作業療法士の学校に通っており、旦那以外は、医療従事者です。大変な時期も沢山ありました。仕事と子育ての両立は、周囲の方々に支えてもらいながら行ってきました。自分の経験を振り返りながら、仕事と子育ての両立の事などについてお話し出来たらと思います。

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立

#子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

#キャリアと健康の両立



訪問看護ステーションにしこう博多
主任

いのほら
猪原
みほ
美帆

My story

2000年に新卒で入社した企業で営業アシスタントとして5年間勤務。結婚を機に退職し夫の仕事で4度の転勤を経験。長男出産後から10年間を専業主婦として子育てに専念しました。2018年スリーアール㈱に中途時短社員として入社。段階的に勤務時間を増やし、現在はフルタイムで中学1年生と高校1年生の息子2人の子育てと仕事との両立で日々奮闘中です。10年のブランクがありスキルも自信もなく、働く事で家族に罪悪感を抱いてしまっていた私が笑顔で働けるようになった経験をお話しできればと思います。

#結婚・出産のライフプランとキャリア

#子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

#子育てとの両立



スリーアール株式会社

総務人事部 副主任

いまい かなこ
今井 香那子

My story



若波酒造合名会社
製造統括 役員

いまむら

ゆか

今村 友香

2000年父の体調不良をきっかけに家業である酒蔵に戻る。家族の犠牲になったとの思いで就いた仕事だが、日本酒製造や職人の世界、伝統産業を継承するということに魅力を感じ、現在は酒造りだけでなく、若手の育成や性別を問わない蔵創り、ワークライフバランスの確立等、社内改革に着手。また、地域の中で育まれてきた恩恵を還元すべく、地域色を出した商品づくりを行う。学生時代に取得した着付の免許を生かし、蔵で着付教室を開催。様々な日本文化を通し、日本酒の魅力を伝えていきたい。

男性社会・職人の世界におけるキャリア形成やプライベートの時間作り、自分が選んだ道を正解にしていくということ、そんな思いをお話しできればと思います。

#自分なりのキャリアの見つけ方

#管理職へのチャレンジ

#介護との両立

My story

2001年、久留米市役所に入庁し事務職23年。観光分野でまちづくり、税で窓口対応、環境分野で内部調整に従事。2021年には福祉分野で県内初の事業をスタート。現在は、2人の小学生を育てながら、広報分野のチームリーダーとして日々奮闘中。異動のたび一から覚えることばかりで、でも覚えられなくて。NPO法人coco change理事としても、市民活動の楽しさと難しさを体感中。行政という地味な分野ですが、働く上で大切にしていることや、仕事と家庭の両立の経験談など、皆さんの一歩につながればと思います。

#自分なりのキャリアの見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立



久留米市役所総合政策部
広報戦略課 課長補佐

うえはら
上原 敬子

My story

1997年有限責任監査法人トーマツに入社。公認会計士として企業の会計監査に携わる他、監査法人のパートナー（経営職層）として、人材育成や女性活躍等の分野を担当していました。しかし、5年前に子宮体がん（ステージⅢC2）を発症し、その治療のため1年8ヶ月間休職。その後いったん職場復帰しましたが、今後は自分のペースで仕事をしたいと考え、監査法人を退職して、独立開業しました。現在は個人事業主という立場ですが、私の経験はほとんどが組織の中で得たものですので、組織の中で女性が働いていくにあたって困っていることなどがあれば、自分なりに考えてきたこと等をお話しできればと思います。また、病気と仕事との両立に悩まれている方がいらっしゃれば、ぜひ一緒にお話をさせて欲しいと思っています。

#管理職へのチャレンジ

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#キャリアと健康の両立



岡部麻子公認会計士事務所
代表

おかべ あさこ
岡部 麻子



My story

1988年、雇用機会均等法2期生として西日本新聞社に入社。記者、営業部長、経営企画担当などを経て現職。男性社会の新聞社で女性のキャリアパスを切り開き、紙面改革にも携わってきた経験、子育てと仕事の両立などについてお話しできればと思います。

#管理職へのチャレンジ

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフバランスとキャリア

#子育てとの両立

株式会社 西日本新聞社
西日本政経懇話会事務局長

かつき

まさこ

甲木 正子

My story



九電ネクスト株式会社

福岡東営業所長

そのだ

りえ

園田

理恵

1993年に九州電力に入社。社内システムの開発に携わり入社5年目に結婚。3人の子供を出産し育児休職・復職後、人事労務、企画、ダイバーシティ推進業務に従事。現在は、九電ネクスト(株)に出向し、人生初の営業部門で福岡東営業所長として学び多き日々を送っています。3人の子供達は、大学入学と共に巣立って行き、解放感と喪失感の中で自らのキャリアを再度見つめなおしています。育児と仕事に翻弄されながらも幸せに過ごした経験をもとに、皆さんとキャリアを語り、私自身の自分探しの旅の道しるべにさせていただければと思っています。

管理職へのチャレンジ

自分なりのキャリアのを見つけ方

子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

子育てとの両立

結婚・出産のライフプランと
キャリア

My story



株式会社チャムズ
代表取締役

たかき

みな

高木 美奈

シングルマザーとして、働きながら子育てをする事の大変さを感じ、あふれた情報の中から、子育て情報や母親が本当に欲しい情報のみをまとめたサイトがあったらいいのに、という思いから、2021年5月に子育て情報サイトkidschamを立ち上げる。Instagramも同時開設し、子どもの習い事、子連れでのお出かけ場所、週末のイベント情報などをメインに発信。3年でフォロワーが1.9万人に。ミクニワールドスタジアムを貸し切り、1500人を超える親子が来場する、親子で楽しめるイベントも企画・実施。美容部員、エステティシヤンの経験から、子育て中の母親への美容講座や、「自分らしく働く」をコンセプトとした就職支援なども北九州市と連携して実施。2023年に法人化し、株式会社チャムズを設立。「1人で父母両役をしながらも、自分らしく働く」を実践してきた立場から、時間の使い方や起業に関する経験談などをお話しできればと思います。

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立

#起業・フリーランスの働き方

#キャリアと健康の両立



株式会社MAIA

パブリックセクターユニット

女性活躍推進チーム マネージャー

たしろ

あきこ

田代 明子

My story

1977年生まれ。新卒で寝具メーカーの営業事務職として入社。結婚退職したものの、「働くことを諦められず」転勤族の妻でも働き続けたいと業務委託の働き方にチャレンジ。フリーでメーカーやIT企業でセールス等に従事するかたわら、（一社）プロフェッショナル&パラレルキャリア・フリーランス協会にてフリーランスの活躍の場を広げるための啓発活動やネットワーク形成に携わりました。現在、MAIAでは女性のデジタル人材育成・就労支援に関わるプロジェクトマネジメントを担当。また、プロ人材、女性、ひとり親家庭と幅広い層の就労支援をはじめ、複数の企業で働くパラレルワーカーかつ大学院生と大学生の母。私自身の沢山の挑戦や失敗、様々な出来事が話を聞いてくださる皆さんに少しでもプラスになれば嬉しいです。そして皆さんのお話もぜひ聞かせてください。

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランとキャリア

#子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

#子育てとの両立

#DX推進／ITリスキル

#起業・フリーランス

My story



Logista株式会社 共同代表 CEO
ながひろ ゆりこ

長廣 百合子

10歳長女と2歳長男の母。大学卒業後、㈱マイナビで新卒採用のコンサルティング営業職として6年勤務後、次世代リーダー育成事業で独立。29歳で結婚、30歳で第1子を出産し、家庭と仕事の両立問題や産後離婚の危機に直面したことを機に2015年に子育て支援会社Logista(株)を夫婦で起業。夫婦の対話メソッド『夫婦会議®』を開発し、全国の自治体・企業・産婦人科・保育施設と連携しつつ、子どもたちにより良い家庭環境を創り出せる夫婦であふれる社会に向け邁進中です。結婚・子育てを人生の足枷と考えていた私が、「わたし」だけでなく「わたしたち」でキャリアを切り拓く道を選択するに至った経緯や、小学生時代のいじめサバイバーとしての経験など、これまでの人生で学び得たことは何でも共有できればと思います。

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#子育てとの両立

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#起業・フリーランス

#子育て期の離職（休職）を経
てのキャリア形成

#夫婦関係

My story



フリーランス・個人事業主
ブロガー/子育てアドバイザー

なかま

さおり

仲摩 沙織

2009年、新卒でソニーリージョナルセールスに営業職として入社し、結婚を機に退社。退社後、受付業や接客業に就くものの、夫の転勤・出産子育てに伴い、長期間安定して働くことができず、長い間キャリアが途絶えた時期がありました。今現在、特性のある子の子育てに追われ、雇われて働くことが難しい状況です。

そんな中、私でもできることはないかと試行錯誤をした結果、「子育てに悩む保護者を支援したい」と現在、個人事業主（ブロガー・オンライン子育て相談）として柔軟な働き方をしています。キャリアブランクが長くノースキルの主婦が、子育てに重点をおきつつ、ゼロから個人事業主として在宅で収入を得られるようになった経験などをお話しできたらと思います。

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立

#起業・フリーランスの働き方

#子育て期の離職（休職）を経て
のキャリア形成

My story

2015年秋、正社員として英文校正会社に勤務する傍ら、スタイリスト（フリーランス）として週末起業。フリーランス業務拡大に伴い、2017年より勤務先の雇用形態をフルタイム勤務から週2日勤務に変更。現在も週2日のリモートワークで会社員を続けながら、スタイリストとして活動中。20代に複数の国での滞在・就労の経験あり。会社員時代に育休からの復帰・親の介護・死を経て、自分らしい働き方を模索・チャレンジしています。世の中がそうだからではなく、自分にとっての働き方・生き方はどんなものなのか？を皆様とお話しできたら嬉しいです。



#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランと
キャリア

#子育てとの両立

#子育て期の離職（休職）を経て
のキャリア形成

#起業・フリーランスの働き方

プロスペリテイ 代表

なつわき

えいこ

夏脇

栄子

My story



No. 378 代表

のぐち

さなえ

野口 早苗

#自分なりのキャリアの見つけ方

#起業・フリーランスの働き方

高校卒業後、10年間OLを経験し、子育てのため専業主婦に。同時期に夫の転勤に伴い2～4年毎に引っ越しを繰り返す生活を経て、6年前に福岡に戻ってきたのを機に多肉植物の販売や寄せ植え講師を開始。現在は、小さな畑とビニールハウスで植物を生産したり、ワークスペースとして活用中。観光農園が会場の体験型マルシェ「いただきマルシェおごおり」実行委員長。自分にできる事を少しずつ広げていき、周りを巻き込みながら楽しく活動しています。考えすぎずに即行動！を心がけていますが失敗談も含めて何かお話しできればと思います。

My story

2009年、短大新卒で㈱ふくやに入社。現在人事課にて採用・育成を担当。入社後、主として営業部門を経験し2人出産。2人の女の子を育てながら、日々の何気ない躓きやモヤモヤもありながら、でも今やりたいことがありすぎて時間が足りない！そんな楽しさを味わっています。キャリアの考え方の変化をしながら今に至るのでそのような点でも、お役に立てたらと思います。

#自分なりのキャリアの見つけ方

#子育てとの両立

#結婚・出産のライフプランとキャリア

#キャリアと健康の両立



株式会社ふくや

のだ のだ あゆみ あゆみ
野田 亜祐美

My story

現在、中3の長女が幼稚園の年長さんのときに、Webデザインとコーディングを学び、現在はWebディレクションや、Webデザイナー、コーダーのお仕事をしております。

次女が不安の強い特性を持っているため、付き添いや送迎をしながら仕事をしています。また2023年4月に乳がんが見つかりました。奇跡的にも早期発見できたことで手術で取り除くことができましたが、今まで経験したことのない感情を知り、たくさんのことを考えた期間でした。少し特殊な状況の体験談になりますので、みなさまの参考になるかわかりませんが、お話しできればと思います。

#自分なりのキャリアの見つけ方

#起業・フリーランス



フリーランス

ひらの

平野

じつこ

実子

My story



株式会社タカギ
総務人事部 部長

まつだ

松田

りえ

理恵

小学校の頃から「女性が働き続けるためにはどういう支援が必要か」を考え、自ら実体験するためにメーカーで新規開拓法人営業15年、ベンチャーでFC開発営業を3年経験したあと、(株)タカギに入社し、D&I推進PJ立ち上げ・キャリアコン取得。管理職をしながら2人の子供を育てている経験を元に、参加者の皆さまと「働く」を一緒に考えることが出来ればと思います。

#管理職へのチャレンジ

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#結婚・出産のライフプランとキャリア

#子育てとの両立

My story

独身時代はグラフィック・WEBデザイナーとして、会社員で4年、フリーランスで6年活動。結婚を機に嫁ぎ先の家業を継ぐも、2018年にシングルになり、ご縁のあったサイボウズに所属。小学生の二人娘を育てながら起業し、デザイナー、セミナー講師、占術鑑定士と平行ワークで活動中。これまでの経験と、意識していることなどをお話しできればと思います。

#自分なりのキャリアのを見つけ方

#起業・フリーランスの働き方

#子育てとの両立

#DX推進／ITリスキル

#子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成



Kazu Lab 代表
サイボウズ(株) セミナー講師
／クリエイティブ制作担当

みなみ

南

かずえ

和江

My story



株式会社スターフライヤー
執行役員 経営企画本部副本部長兼
財務経理部長

みなみ

南

さとこ

聡子

仕事と育児の両立のため、2005年に地元のスターフライヤーに転職。大学でドイツ文学専攻だったのがきっかけで未経験の整備部門に配属される。航空機部品の調達、委託先の監査、整備計画の策定、海外委託やリース契約の交渉などを経験した後、同じく未経験の財務経理部に異動。専門知識などない自分だからこそ、皆さんの参考になるお話ができるのではと考えています。

管理職へのチャレンジ

自分なりのキャリアのを見つけ方

結婚・出産のライフプランとキャリア

子育てとの両立

子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

My story



大学卒業後、株式会社パソナに入社。大阪で約4年、地元・福岡で約4年、派遣営業に従事。その後、スタッフ登録やお仕事案内等を行うスタッフィング部門の責任者を約2年半務め、2009年秋より4度の産休・育休を取得。復帰後は、派遣・BPO営業チームの責任者、福岡支店「パソナ・福岡」の副支店長を経て、2023年6月より従事している就労支援事業で福岡の女性たちを全力応援中です！4人の育児と仕事との両立など、これまで私自身が経験したことが、少しでもみなさんの次の一步に繋がりますよう、お会いできることを楽しみにしております！

株式会社パソナ

ディレクター

みやじま

宮嶋

きょうこ

京子

子育てとの両立

子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

My story

大学卒業後、英会話スクールにてカウンセラー・マネジメント職を経験。4年間の専業主婦時代を経て2013年より女性・子育て支援団体運営、2016年より人材業界に参画。転職エージェントで管理部門、保育業界の就職・転職支援の経験を積んだのち、現在は個人の能力開発・キャリア相談を軸に組織の活性化・人材育成に携わり、個人と組織の両輪の支援を行っています。また、すべての人が自分の人生を謳歌できる社会となることを願い、キャリアコンサルタントの相互研鑽コミュニティを運営。家庭では中学生と大学生2人の3姉妹の母親、妻として健全な家族経営に取り組んでいます。幸福度の高いライフキャリアデザインを自ら体現するプロセスで向き合ってきたことを正直にお話しします。

管理職へのチャレンジ

自分なりのキャリアのを見つけ方

結婚・出産のライフプランと
キャリア

子育てとの両立

子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

起業・フリーランスの働き方



合同会社 e-career connect

チーフディレクター

みよし まさよ
三好 真代

My story

一般企業での勤務を経て、平成24年11月に32歳で行政書士事務所を開業。顧問先も増え、軌道に乗り始めた平成27年1月に乳がんの告知を受けました。万が一の為、全ての業務と顧客を整理した後、3月に手術を受け、そのまま抗がん剤治療等に専念。5月頃から心身の様子を見つつ、顧客ゼロからの営業活動を再開。現在は許認可業務や外国人の在留資格関連業務を中心に業績も安定し、元気に日常を過ごしています。

起業・フリーランスの働き方やキャリアと健康の両立などについて、これまでの経験を通して感じたことを皆様と共有出来ればと思っております。

起業・フリーランスの働き方

キャリアと健康の両立



まいづる行政書士事務所
代表・所長

むらかみ

ゆり

村上 由里

My story



東京でイベント企画会社勤務・フリーのコピーライター等を経験した後、現代美術の団体を運営。国際美術展やアートイベント、アートレジデンシーの企画運營業務に携わる。その後、ボストンを経由しNYへ移住。現地の現代美術団体にてマネジメントや資金調達を学び展覧会活動を行うのと平行し、不動産会社で営業／投資コンサルタントとしてのキャリアを積み、約10年間を米国で過ごす。日本に帰国して直ぐに東日本大震災に遭遇。25年以上ぶりに九州に戻り、福岡県筑後地域を中心に中小企業の事業計画、新規事業立ち上げなどに従事。2018年から2024年3月までは久留米市の久留米DMO代表。4月からは個人事業主に戻り、イベント運営、商品開発、耳納北麓エリアの観光地づくりなどに携わりました。96歳の母と同居中。キャリアデザインは、個人個人の背景や時代によって違うので難しいと思いますが、少しでも私の経験が次の世代の方々の参考になればと思っています。

Goodwill partners 代表
耳納北麓観光地づくり推進協議会
会長

やどうまる

じゅんこ

矢動丸 純子

管理職へのチャレンジ

自分なりのキャリアのを見つけ方

介護との両立

起業・フリーランスの働き方

キャリアと健康の両立

My story

フロイデ(株)の会長、障がい者就労支援事業所(株)あいふろいで代表、障がい者エンジニアがコアメンバーのIT企業(株)フロイデギズモの代表、大原学園の非常勤講師としても活動中。ソフトウェアエンジニアとして認定スクラムマスターの資格を持ち、「土日わかるPHPプログラミング教室」などの著書を出版。

私生活では、夫と2人の子供と共に4人家族です。現在は国内外にも活動の幅を広げ、障がい者が持つ潜在能力を最大限に引き出すためのさまざまな活動に取り組んでいます。

川の流れに身を任せながら進んでいくようにキャリアをつくる、典型的な「川下り型キャリア」を培ってきました。参加してくださった方に、何か一つでも“明日のヒント”になるようなことを共有できればと思っています。

#自分なりのキャリアの見つけ方

#起業・フリーランスの働き方

#子育てとの両立

#DX推進／ITリスキル

#子育て期の離職（休職）を経ての
キャリア形成

#結婚・出産のライフプランと
キャリア



フロイデ株式会社 会長

よしたに

吉谷

あい

愛