

2026. 7



40010ローカルキャリア・ミートアップ Vol.1ビジュアルレポート

高知大学 地域協働学部
コミュニティデザイン研究室



实施概要

实施概要

イベント概要

- **名称：**40010ローカルキャリア・ミートアップ Vol.1
- **回数：**全2回
- **期間：**2026年7月25日～2026年10月10日
- **主催：**四万十町役場
- **運営：**高知大学地域協働学部コミュニティデザイン研究室（須藤順研究室）

【スケジュール】

講座回	開催日	テーマ
第1回	7/25	子育ても仕事も大切なワタシのプロジェクト

40010ローカルキャリア・ミートアップ Vol.1

子育ても
仕事も大切な
ワタシのプロジェクト

子育てが忙しくて、自分のことは後回しになっていませんか？
でも、ママになって見えてくる世界がある。気づけること、できることが、確かにある。
「40010ローカルキャリア・ミートアップ」は、四万十町で一人ひとりが自分らしく生きるヒントを得るための場です。
地域で自分らしいキャリアを歩んできた女性ゲストのホンネを聞いて、みんなで語り合いましょ。
託児無料・子連れOKです。お気軽にどうぞ！

2026
7/25土
14:00-17:00

会場 遊芸庵 (四万十町茂串町215-13)
定員 20名程度
参加費 無料 (交流会は会費制)

対象

- ・子育てしながら自分らしい働き方・生き方を模索しているママ
- ・キャリアへの不安や悩みをだれかと話したい方
- ・地域で自分のプロジェクトを育てていきたい方
- ・同じ想いを持つ仲間とつながりたい方

※上記に限らず、どなたでもご参加いただけます

託児無料！
子連れ参加OK！
※託児をご希望の方は
申込時にお知らせ
ください。

タイムライン

第一部 ゲストトーク
第二部 トークセッション
第三部 グループワーク&ゲストを交えた対話

※終了後、ゲストと参加者の交流会を予定しています
【会費制・希望者のみ】

GUEST ゲスト

白田 久子 モデル/子ども食堂フェスティバルアンバサダー
2007年ミス・インターナショナル日本代表テレビや映画、CMでの活動に加え、ベジフルビューティーセルフアドバイザー、コスメコンシェルジュなどの多彩な資格を持ち、野菜ソムリエアンバサダーとしても活動。2児の母でもあり、仕事も育児も精力的に活動中。2023年から高知市追手筋で「FUJIYAMA子ども食堂」を開催。子ども食堂フェスティバルのアンバサダーも努める、高知県出身高知県観光大使。

森 望見 Dance Studio NICOLA
新体操10年。引退後は指導・審判。社会人になりジャズダンスを習いながらキッズクラスのアシスタント。幼稚園二種免許・保育士資格あり。幼稚園教諭・保育士経験約15年。令和6年11月に高知市から四万十町へ移住し、令和7年10月に町内でダンス教室を設立。現在は町内の保育所でパートとして働きながら、町内の体育館で週2回幼児・小学生向けにダンスの指導を行っている。

COORDINATOR コーディネーター

須藤 順 高知大学地域協働学部・教授/神山まると高専・准教授

申込方法

下記いずれかのQRコードから申し込み下さい

専用フォーム Peatix

お問い合わせ先

● 四万十町運営事務局
☎ 40010info@gmail.com

お問い合わせフォーム

● 四万十町にぎわい創出課(担当:友永)
☎ 0880-22-3281
✉ syoko-koyo-40010@town.shimanto.lg.jp

主催 四万十町
運営 高知大学地域協働学部
コミュニティデザイン研究室

実施要項

- **名称：**40010ローカルキャリア・ミートアップ Vol.1「子育ても仕事も大切なワタシのプロジェクト」
- **日時：**2025年7月25日（金） 14:00-17:00
- **場所：**遊芸庵(四万十町茂串町215-13)
- **主催：**四万十町役場
- **運営：**高知大学地域協働学部コミュニティデザイン研究室（須藤順研究室）

【タイムライン】

Time	Theme	Contents
14:00-18:20	チェックイン	• 講座の説明 • 自己紹介/本日の気持ちの共有
14:20-15:00	ゲストトーク	• キーノート①：モデル／子ども食堂フェスティバルアンバサダー 白田久子氏 • キーノート②：Dance Studio NICOLA 森望見氏
15:10-15:40	トークセッション	• ゲストとコーディネーターによる起業や事業に関する意見交換
15:40-16:20	キャリアワーク	• Beの肩書きワークの実施
16:20-16:50	ネットワーキング	• 参加者同士の交流や参加者とゲストの交流の実施

実施レポート

40010地域ビジネスカフェ Vol.1

40010ローカルキャリア・ミートアップVol.1は、モデル/子ども食堂フェスティバルアンバサダーの白田久子氏と、Dance Studio NICOLAの森望見氏に登壇いただき、ゲストトーク、トークセッション、キャリアワークが行われた。白田氏は2児の母として子育てをしながら、高知市で「FUJIYAMA子ども食堂」を運営。支援を必要とする子どもほど来てもらえないという課題に向き合う中で、最初から完璧を目指さず、まず小さな一歩を踏み出すことの大切さを語った。森氏は保育士として約15年勤務した後、四万十町へ移住し、長女の思いをきっかけにダンス教室「Dance Studio NICOLA」を設立。子どもを仕事や生活から切り離さず、一緒に楽しみながら両立する工夫を紹介した。トークセッションでは、高知大学の須藤を交え、周囲に思いを伝え人を巻き込むことが活動を広げる力になるという点で意見が一致した。キャリアワークでは「何をしているか」ではなく「どうありたいか」を言葉にする「Beの肩書き」ワークを実施。参加者同士でインタビューを行い、互いに肩書きを贈り合うことで、自分では気づかなかった魅力や価値観を発見する時間となった。



チェックインで交流する参加者



白田氏の活動紹介



森氏の活動紹介



トークセッションをするゲストの様子



トークセッションを聞く参加者の様子



Beの肩書きワークに取り組む参加者

参加者アンケート

アンケート概要

調査目的： イベント参加者の満足度や今後の改善点を把握するため

調査対象： イベント参加者、イベント運営者

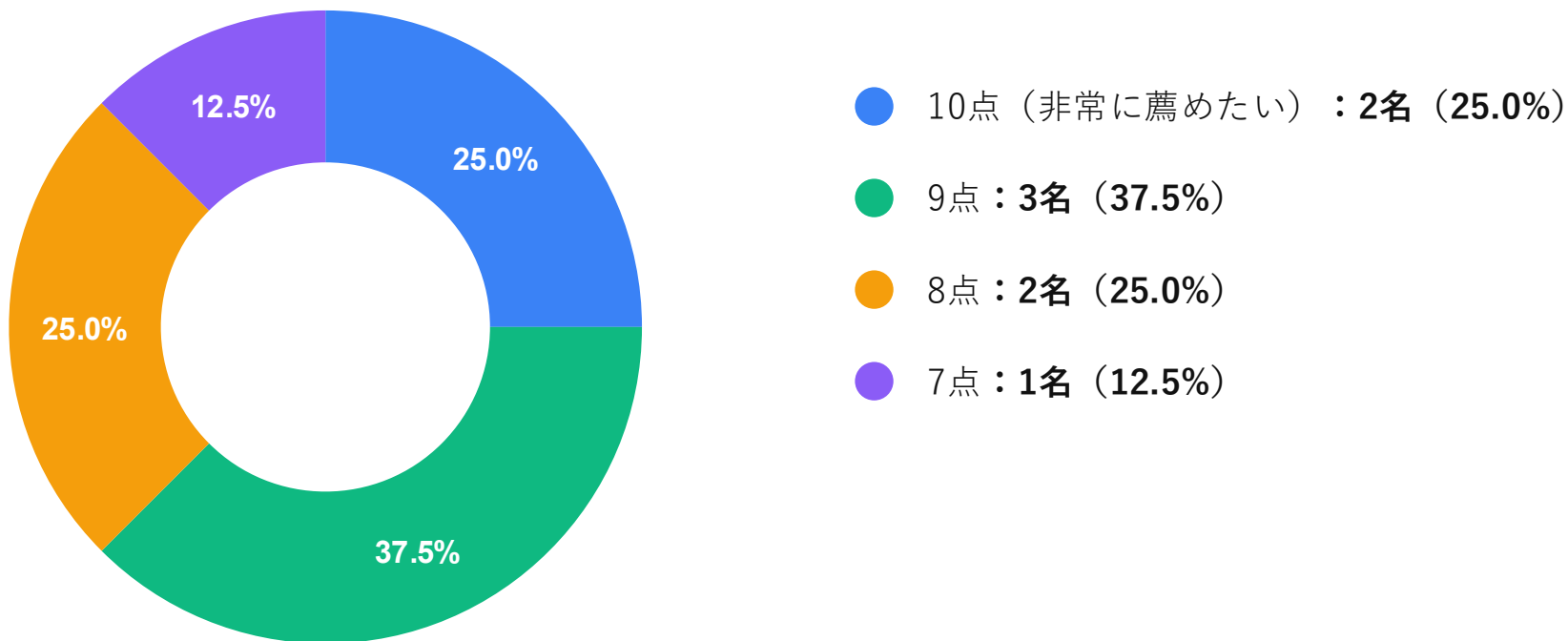
調査方法： GoogleフォームによるWebアンケート

調査期間： 2026年7月26日～7月29日（イベント終了後 3日間）

回答者数： 9名

主な調査項目： 満足度、NPS（推奨度）、参加理由、印象に残った内容、改善点、自由記述 など

Q1. このイベントを友人や同僚に薦めたいと思いますか？



NPS
+62.5

9点以上の「推奨者」が5名（62.5%）を占め、6点以下の「批判者」は0名であった。NPSは+62.5と非常に高い水準にあり、参加者の満足度と他者への推奨意欲がともに高いことを示している。最低点も7点にとどまっており、参加者層の期待と当日の内容に大きなずれがなかったと評価できる。

Q2. 【Q1】でその点数をつけた理由を教えてください

学び・気づきへの評価（肯定的意見）

- “ キャリアプランの幅が広がる
- “ 新たな気づきが得れる。コミュニティがひろがる。
- “ どのような葛藤があり、事業を立ち上げたのかなど、1人では想像できない点を学びえることができた
- “ ゲストのお話やトークセッションでのお話が参考になった

出会い・つながりと慎重な意見

- “ 他の方の活動のお話を聞いて勇気につながるから
- “ 町内で感張ってる人、応援しようとしている人がいることを知れる。いろんな方との出会いがあるから。
- “ ゲストトークは、視野を広げたりコミュニケーションをとって繋がれる機会としてとても良い。
- “ 自分自身にとっては刺激になるものだったが、テーマごとに開催されることもあり、その時々によって友人に薦めるかどうかかわからないから。

推奨理由は「キャリアの選択肢が広がる」「新たな気づきが得られる」といった学びの側面と、「町内で頑張っている人を知れる」「コミュニティが広がる」といった出会いの側面に大別される。一方で、テーマごとに关心層が変わるため薦める相手を選ぶという指摘もあり、テーマ設定に応じた告知の出し分けが有効と考えられる。

Q3. 特に印象に残った内容やお話があれば教えてください。

行動すること・伝えることの大切さ

- “ やらないといけないことを、とりあえず書き出してみる
その後人に言いまくる。沢山意見をもらう。
- “ 「自分のやりたいことを周囲に伝える」ことの重要性について、
ゲスト講師お二人とも共通されていたことが印象に残った。
- “ 白田さんの、完璧じゃなくても大丈夫と言う言葉
- “ 企業の考え方の変化

子育て・地域とのつながり

- “ ママのチャレンジが子どもに影響を与えるということ。ママ自身が
自分の人生を楽しむことが子どもたちの楽しさにも繋がること
- “ トークセッションで、子どもができたなら、より社会を抽象度を高く
見ることができるようになって将来のことを考えるようになるという
内容が印象に残った。自分が死んだ後の社会のことはどうでもいい
と思っていなくても、子どもが今後生きていく社会と思うと地域課題
も自分事に捉えて、主体的に動けるようになるということ。
- “ グループトークになったときに、一緒のグループだった大学生のこ
まっちが『連鎖的に生きたい』と話してくれた話。
- “ 初のダンスイベントでの涙

「やりたいことを周囲に伝える」「完璧じゃなくても大丈夫」といったゲストの具体的な言葉が強く印象に残っている。加えて、子どもの存在が地域課題を自分ごと化させるという語りや、同じグループの参加者の発言を挙げる回答もあり、ゲストトークとグループトークの双方が印象形成に寄与したことがうかがえる。

Q4. 本イベントを通して、新たな気づきや学びがあれば教えてください

自分の姿勢・行動への学び

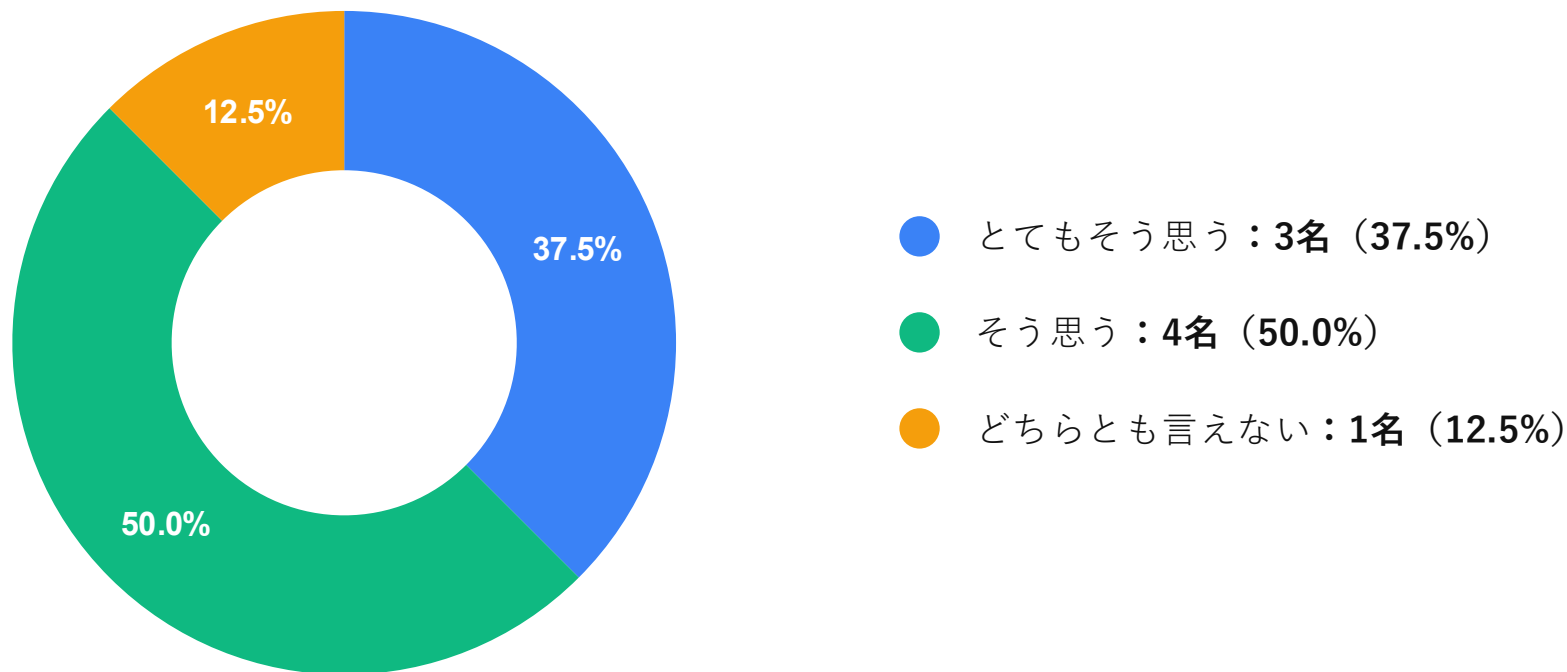
- “ 笑顔や、相手を褒めることは大切
- “ つまづいたら他の方法を考えたらいいいので、まずはやりたいようにやってみようと思った

人を頼る・つながる力

- “ 強がらないことはとても大切だと感じた。忙しくても困っていても大丈夫です！と気丈に振る舞ってしまうことが多いが、実は大変なんですと、自分の状況を率直に伝えることが大切だと学んだ。
- “ 親の視点で子育てとキャリアの両立は、可能だということ。忙しくなる分、誰かを頼ったり、一緒にやっていくために人を頼る力が鍵になるということ
- “ こういったイベントに参加することで、同じ思いの人たちがいると勇気付けられた。

学びは「まず動いてみる」「率直に伝える」「人を頼る」という行動レベルの気づきに集約されている。特に、強がらずに自分の状況を開示することの大切さや、両立には他者を頼る力が鍵になるという言及は、子育て世代の参加者にとって実践的な示唆となっている。

Q5. 本イベントを通じて、「自分も何かやってみたい」と感じましたか？



「そう思う」以上が7名（87.5%）にのぼり、参加者の多くが行動への動機づけを得たことが分かる。本イベントが目的とする「一歩を踏み出すきっかけづくり」は十分に機能しており、次の課題は意欲を実際の行動につなげるフォローアップの設計にある。

Q6. Q5で「とてもそう思う」、「そう思う」と回答された方は、どのようなことをやってみたいと思いましたか？

地域・まちづくりへの参画

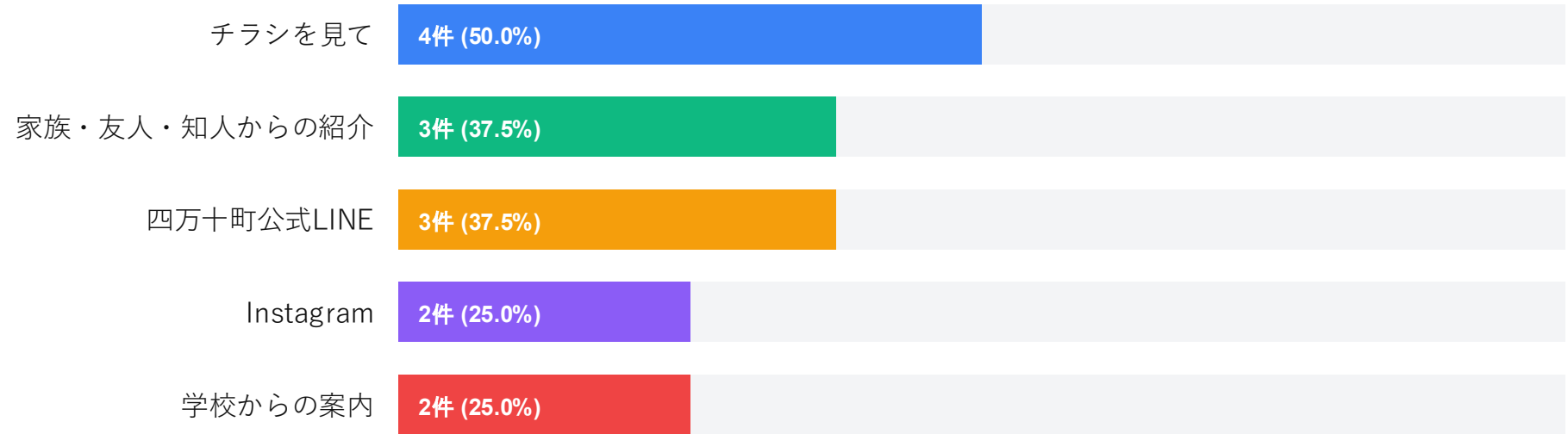
- “ 四万十町を日本一チャレンジしやすい町にする
- “ 四万十町に住む人たちがより選択肢を広げられるような機会創出

身近な人・子どもへの働きかけ

- “ 相手のいいところを褒めたり、可能性を示したり
- “ ママやママ世代の若い子たちに輝いてもらえることを考えていきたい。
- “ 子どもたちが楽しく自分自身を表現できる場や習い事の充実

「四万十町を日本一チャレンジしやすい町に」「住む人の選択肢を広げる機会創出」など、個人の実践にとどまらず地域全体へ働きかけたいという意欲が目立つ。同時に、ママ世代や子どもといった身近な対象を挙げる回答も多く、生活圏に根ざした小さな実践への関心が高いことが読み取れる。

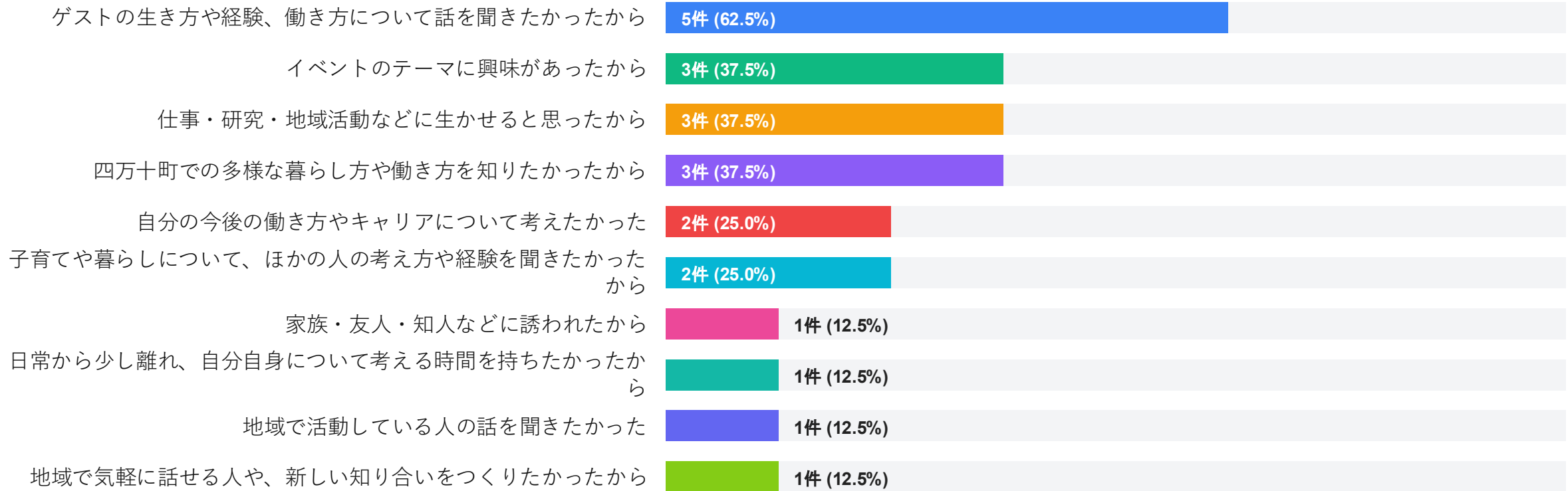
Q7. このイベントをどこで知りましたか？



※複数選択可（n=8）。割合は回答者数に対する選択率。

「チラシを見て」が4件（50.0%）で最多となり、紙媒体の集客力が確認された。加えて口コミ（37.5%）、四万十町公式LINE（37.5%）が続いており、アナログとデジタルの双方が機能している。一方でInstagram・学校からの案内は各2件にとどまり、若年層への到達には別のアプローチが必要である。

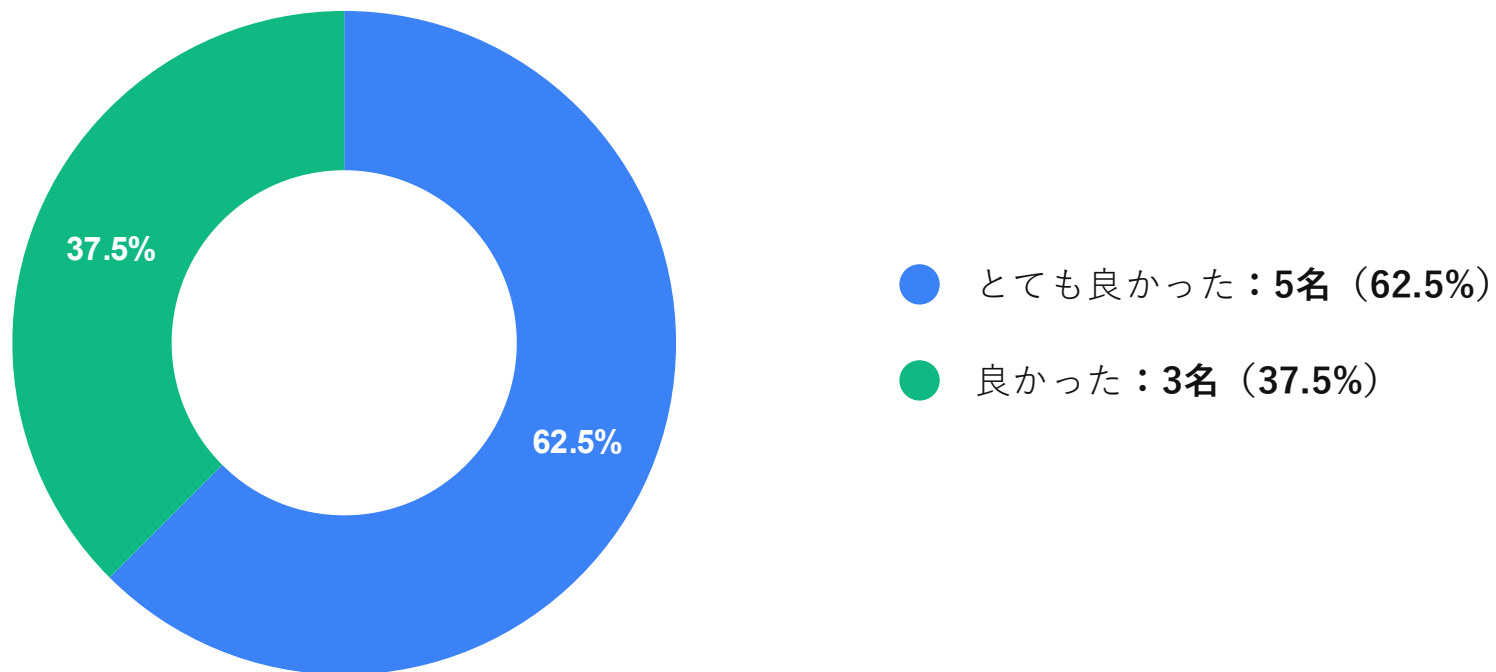
Q8. このイベントへの参加のきっかけを教えてください。



※複数選択可（n=8）。割合は回答者数に対する選択率。

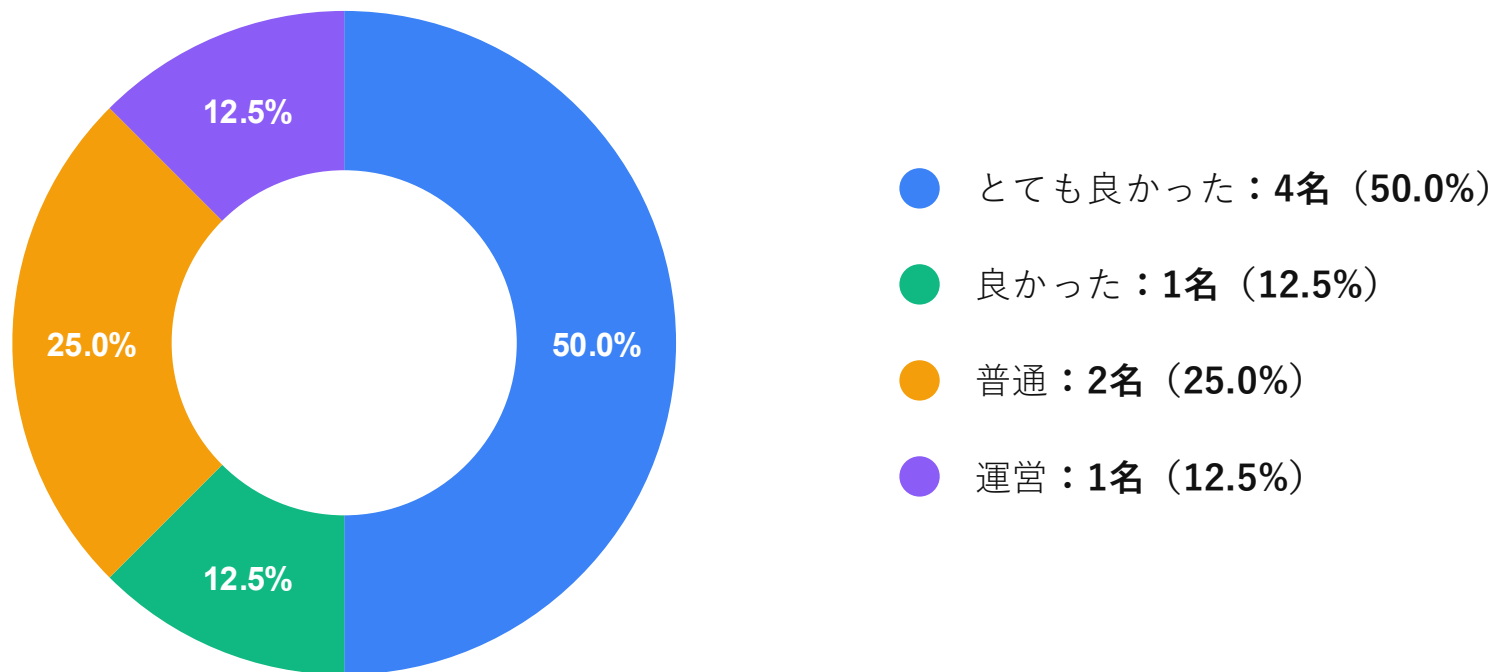
「ゲストの生き方や経験、働き方について話を聞きたかった」が5件（62.5%）で突出しており、ゲストの人選そのものが最大の集客フックとなっている。また「四万十町での多様な暮らし方・働き方を知りたい」「仕事や地域活動に生かせる」が各3件で続き、実生活への還元を期待して参加する層が中心であることが分かる。

Q9. 参加者やゲストとの交流はいかがでしたか？



参加者・ゲストとの交流は全員が「良かった」以上と回答しており、本イベントで最も高く評価された項目である。ゲストの話を一方向的に聞く場ではなく、グループトークを通じて参加者同士が語り合う設計が、交流満足度の高さに直結したと考えられる。

Q10. イベントの進行や運営についてはいかがでしたか？



進行・運営については「良かった」以上が5名を占めた。一方で「普通」が2名おり、後述するグループワークの時間配分に改善の余地がある。なお1件は選択肢以外の記入（「運営」）であったため、集計上は参考値として扱っている。

Q11. 【Q10】 について、差し支えなければ、上記のように回答した理由を教えてください



進行・運営への評価

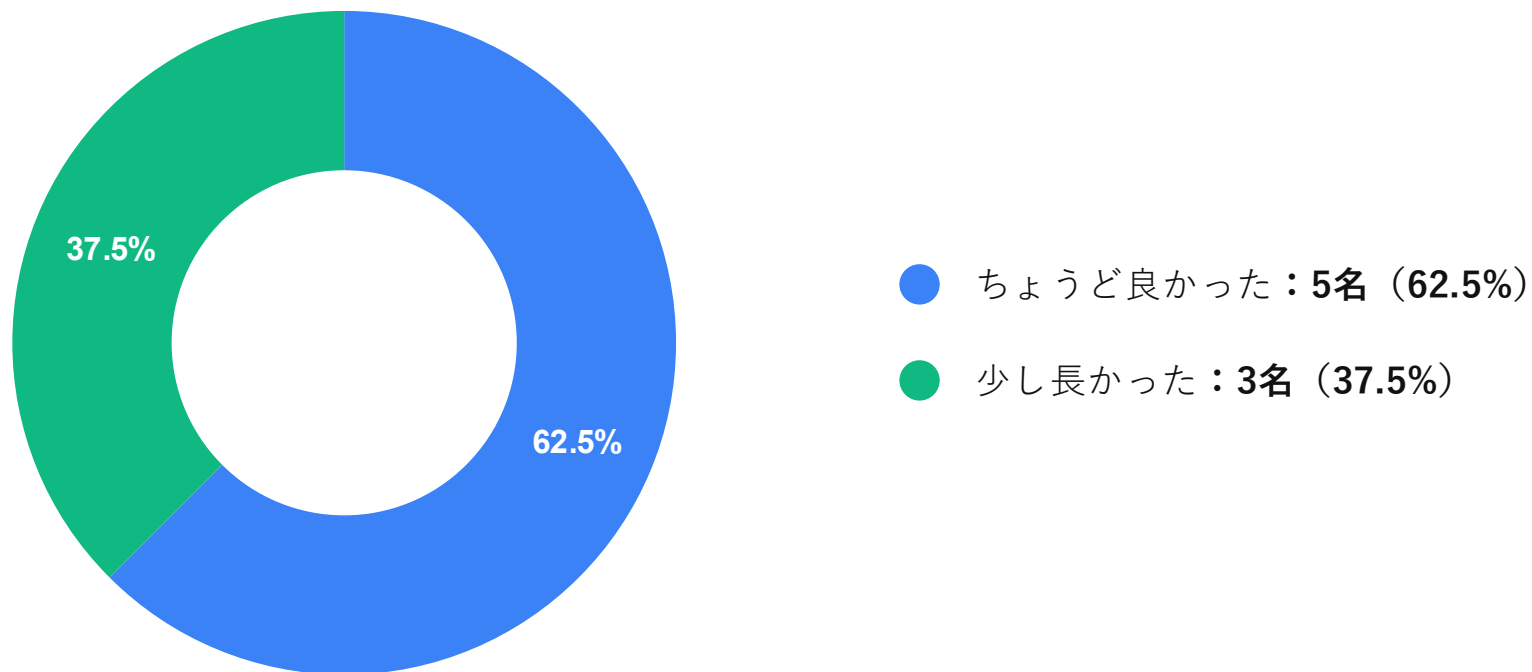
“ 司会進行も上手でした

時間配分への指摘

“ ゲストによる取組の発表やトークセッションは適切な時間だと感じたが、その後のグループワークでは時間が足りないところがあったため。

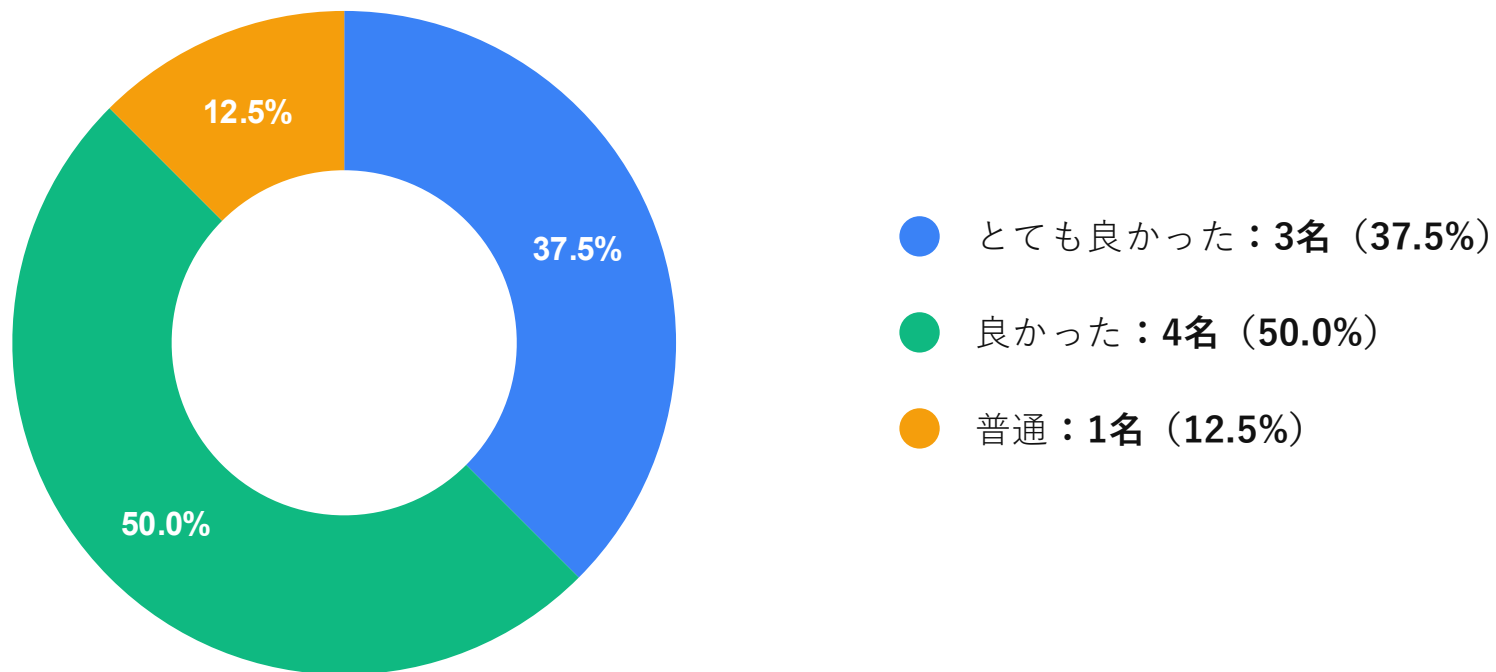
ゲストの活動紹介やトークセッションの時間配分は適切と評価された一方、その後のグループワークで時間が不足したという具体的な指摘があった。参加者同士の対話が本イベントの強みである以上、対話パートに十分な時間を確保する構成への見直しが有効である。

Q12. イベントの時間・長さについてはいかがでしたか？



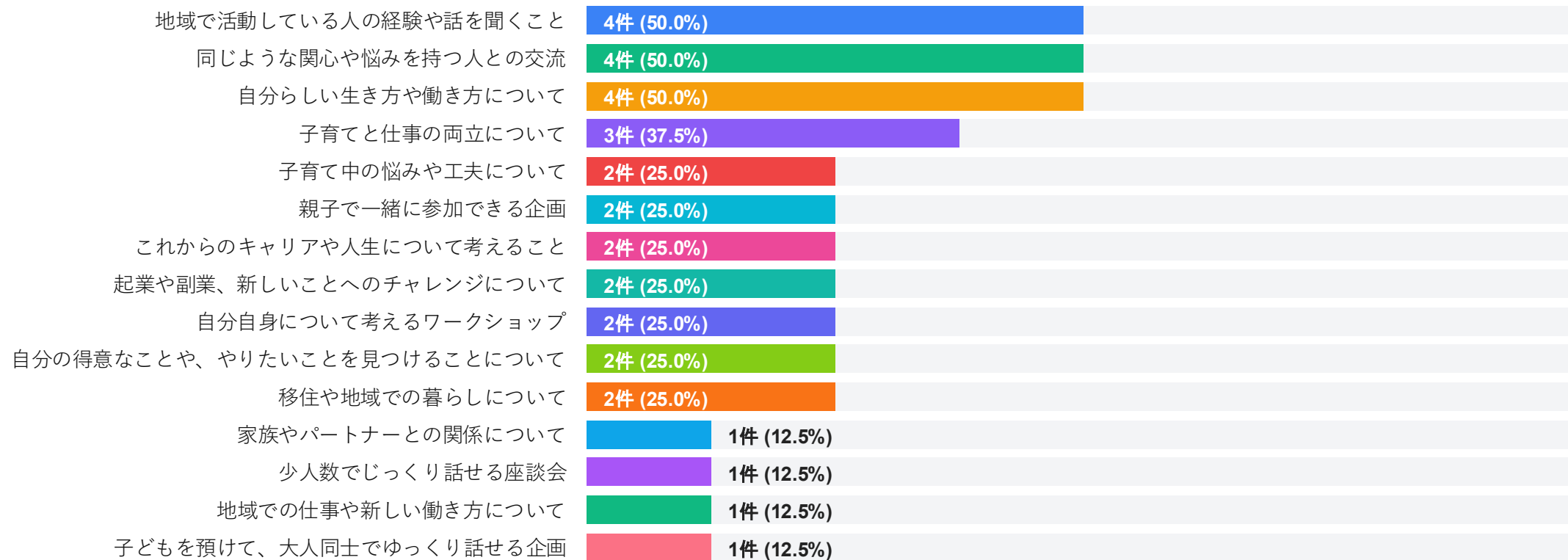
「ちょうど良かった」が5名（62.5%）である一方、3名（37.5%）が「少し長かった」と回答している。全体の尺は維持しつつ、活動紹介やトークセッションを圧縮し、不足の指摘があったグループワークへ時間を再配分することで、体感的な長さの改善が期待できる。

Q13. 会場や雰囲気についてはいかがでしたか？



会場・雰囲気は「良かった」以上が7名（87.5%）となり、話しやすい場づくりは概ね成功している。ただし「普通」との回答も1名あり、会場のレイアウトや席の配置など、初参加者が入りやすい導線づくりについては引き続き検討したい。

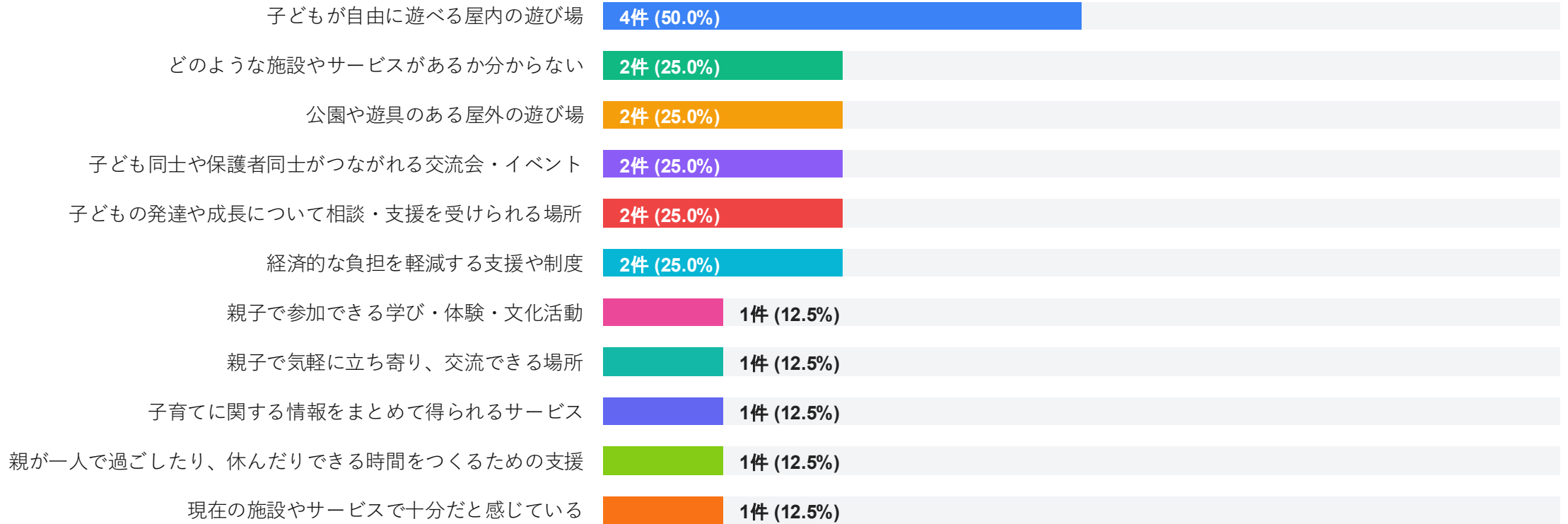
Q14. 今後、関心のあるテーマや参加してみたい内容があれば教えてください（複数選択可）



※複数選択可（n=8）。割合は回答者数に対する選択率。

「地域で活動している人の経験や話を聞くこと」「同じような関心や悩みを持つ人との交流」「自分らしい生き方や働き方」が各4件（50.0%）で並んだ。ゲストの話を聞く場と参加者同士が語り合う場の両立という現在の構成を維持しつつ、子育てと仕事の両立（3件）を次回の具体的テーマに据えることが有力である。

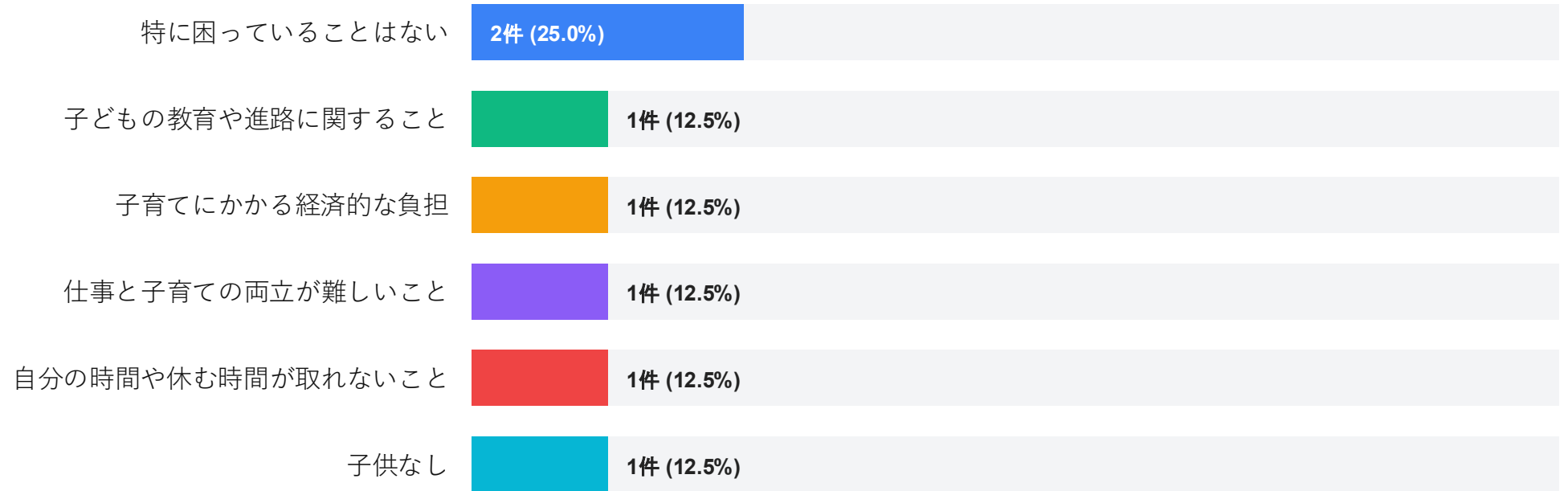
Q15.四万十町内、または現在お住まいの地域で、子育てをするうえで「あったらよい」「もっと充実してほしい」と思う施設やサービスを教えてください。（複数選択可）



※複数選択可（n=8）。割合は回答者数に対する選択率。

「子どもが自由に遊べる屋内の遊び場」が4件（50.0%）で最多となり、天候に左右されない遊び場へのニーズが明確である。同時に「どのような施設やサービスがあるか分からない」が2件あり、資源の不足だけでなく情報が届いていないという課題も併存している。既存サービスの周知強化が短期的な打ち手となる。

Q16.四万十町内、または現在お住まいの地域で、子育てをするうえで「あったらよい」「もっと充実してほしい」と思う施設やサービスを教えてください。（複数選択可）



※複数選択可（n=6・無回答2名を除く）。割合は回答者数8名に対する選択率。

「特に困っていることはない」が2件である一方、教育・進路、経済的負担、仕事との両立、自分の時間の確保が各1件ずつ挙がり、負担の内容は分散している。回答者の家族構成が多様であることを踏まえ、単一の支援策ではなく選べる支援メニューの提示が求められる。

Q17. ゲストへのメッセージ等があれば自由にご記入ください。

感謝のことは

- “ 素敵なプレゼンをありがとうございます！
- “ 今日は貴重なお話ありがとうございました。

ゲストの姿から受け取ったもの

- “ お二人ともパワフルに明るく、自分らしく活動されていることにとても惹かれ魅力的に感じました。また、子育てをしながらキャリアを両立されている姿は子育てをされている女性（男性）の勇気になると思いました。しかし、今回のお話を聞く中でやっぱり子育てというのは簡単なものではなくかなり気を使わなければいけないことも多くて気持ち的に苦勞するということも改めて感じました。森さんも白田さんもその分子どもの一言で動かされたり、一喜一憂したり、子どもから受ける影響は親にとっても大きなものがある言うことも感じました。子どものためと思ったことが大きな目で見ると地域社会のためになっていたり自分ひとりだったらやろうと思わないことに挑戦する機会になるということもとても面白いお話でした。

ゲストが自分らしく活動する姿そのものが、参加者にとって大きな刺激となっている。子育てとキャリアの両立は簡単ではないという現実も含めて率直に語られたことで、共感と勇気が同時に生まれており、等身大の語りが本イベントの価値の中核であることを裏づけている。

Q18. その他、ご意見・ご感想がありましたら自由にご記入ください。

広報・集客への提案

“ 事前の発信が強化できればもう少し集客できそう。回覧に入れてもらうなどふくめ

事前告知を強化すればさらに集客が見込めるという具体的な提案が寄せられた。回覧板など地域内で確実に届く手段を加え、告知の開始時期を早めることで、チラシ中心の現在の集客構造をより厚くできる可能性がある。

- 四万十町役場

- にぎわい創出課

- 担当：友永

- 〒786-8501 高知県高岡郡四万十町琴平町16-17

- E-mail：syoko-koyo-40010@town.shimanto.lg.jp

- TEL：0880-22-3281 FAX：0880-22-5040

- 高知大学地域協働学部コミュニティデザイン研究室(須藤順研究室)

- 担当：准教授 須藤順

- 〒780-8520 高知県高知市曙町2-5-1総合研究棟1階

- Web：https://www.communitydesign-kochi.jp/

- E-mail：j.suto@kochi-u.ac.jp

- TEL：088-888-8077 FAX：088-888-8043

※本講座に関する問い合わせは上記までお願いいたします。

※本資料の無断での配布、外部組織や個人への配布・閲覧、及び二次使用は、固く禁止させていただきます。

イベントに関する記事や
情報を発信しております。

Instagram



Facebook



X



note



こちらもぜひ、ご覧ください。