

パラレルキャリア支援による 女性のキャリアニーズ抽出研究

とやま呉西圏域調査研究事業報告会

富山大学疫学健康政策学助教

立瀬剛志

研究内容

- 申請者らは、昨年度、富山大学パラレルキャリア研究会を中心に、射水市にて女性活躍支援のプログラム「パラレルキャリアカフェ」を開発・検証した。
- 今年度は、昨年度の成果を踏まえて、女性の定着に向けたニーズ抽出の実践研究を行う。昨年度の実績と過去の量的データを基に、実践研究にて具体的な地域定着施策に繋がるキャリア支援ニーズを抽出する。またプログラムのスクリプト等をデザインし、今後の各自治体での女性のキャリア施策につなぐ資源をセットアップする。

検証1：プログラムの妥当性について

過去の量的データ(立花R3)の結果を参照し、本プログラムの妥当性を検証した結果、地元志向に影響を与える要因として影響力のおおきものは「育った地元で貢献できる ($\beta=0.43$)」「都市生活に興味ない(0.29)」「家族の近くで生活(0.21)」「転勤少ない(0.13)」といったものであることを明らかにした。

中でも係数の大きい「育った地元で貢献できる」を地域定着のキーワードとし、パラレルキャリアカフェプログラムの3回目で学習する「地域の暮らし」をテーマにした学習項目が有用であることが確認された。

考察

- パラレルキャリアは本来地域の中での活動を前提としていない。しかし、パラレルキャリアカフェでは地域の暮らしと結びつけて新たなキャリアを考えることを盛り込み、単に転職や地域活動としてではなく、地域の中で自分の未来のためのパラレルキャリア形成を支援する構成とした。
- パラレルキャリアカフェのプログラムは女性のWell-beingのためのキャリア学習(起)とその計画方法の学習(承)の後、第3回目で地域の中でのキャリア考察(転)と作成したプロモーションの共有(結)という「起承転結」の構成で成り立つプログラムであり、特に3回目の「転」が地域定着への具体的なキーパフォーマンスになることが示唆された。

検証 2：対象者への開催委情報の周知

- 今回、対象者を一般市民とし呉西圏域全域に3000部以上のプログラムで開催通知を行った。参加者への調査から、開催情報の入手先は、職場ではなく、オフの日に立ち寄るような公共の場やショップで、当然のことであるが、研究及び先端教育を主な役割とする大学の広報において住民への周知は不適切であることがわかった。そこで、女性のパラレルキャリア支援を継続的に行うためには、対象者に開催情報を届ける汎用的な広報ツールやルートの実立が必要であることがわかった。
- 特に企業への配布はあまり効果はない。

検証3：一般市民での理解度・効果

- プログラムを実施した結果、昨年度対象とした呉西圏の公務員に比べ、今回対象の一般市民においては、より実践的なパラレルキャリア（プロモーションストーリー案）が企画された一方で、自立度の低い参加者も見受けられ、ワークショップでの保健・心理専門職の支援の重要性が確認された。
- 参加者においては、2回目（プロモーションストーリー作成の提案）に対して4回目（最終回）で自己効力感が統計的に有意に上昇しており、また3回目に対して4回目で有意に主観的幸福度が向上する結果となった。このことは、本プログラムに参加することで自己受容とそれに伴うWell-beingが向上することを科学的に検証できたことを意味する。

昨年度との理解度の比較(1回目)

1回目：未来の自分のためのWell-beingな暮らし				
女性のウェルビーイングに必要な要素について理解できた(%)				
	大変できた	多少できた	あまりできなかった	全くできなかった
市民モニター(11)	72.7	27.3	0.0	0.0
開発モニター(8)	0.0	100.0	0.0	0.0
p値	0.003			
女性のパラレルキャリアの重要性について理解できた(%)				
	大変できた	多少できた	あまりできなかった	全くできなかった
市民モニター(11)	90.9	9.1	0.0	0.0
開発モニター(8)	25.0	75.0	0.0	0.0
p値	0.006			
本日の研究は面白い(または興味深い) 内容でしたか(%)				
	大変そうだった	多少そうだった	あまりそうでなかった	全くそうでなかった
市民モニター(11)	90.9	9.1	0.0	0.0
開発モニター(8)	25.0	75.0	0.0	0.0
p値	0.006			

昨年度との理解度の比較(2回目)

2回目：自分の未来を描き出すプロモーションストーリー				
プロモーションストーリーがどういうものかについて理解できた(%)				
	大変できた	多少できた	あまりできなかった	全くできなかった
市民モニター(10)	60.0	40.0	0.0	0.0
開発モニター(5)	20.0	60.0	20.0	0.0
p値	0.180			
プロモーションストーリーの作成法について理解できた(%)				
	大変できた	多少できた	あまりできなかった	全くできなかった
市民モニター(10)	40.0	60.0	0.0	0.0
開発モニター(5)	20.0	60.0	20.0	0.0
p値	0.310			
本日の研究は面白い(または興味深い)内容でしたか(%)				
	大変そうだった	多少そうだった	あまりそうでなかった	全くそうでなかった
市民モニター(10)	60.0	40.0	0.0	0.0
開発モニター(5)	60.0	40.0	0.0	0.0
p値	1.000			

昨年度との理解度の比較(3回目)

3回目：対話で探す地域の暮らしと未来の自分				
女性のパラレルキャリアのあり方について理解できた(%)				
	大変できた	多少できた	あまりできなかった	全くできなかった
市民モニター(12)	41.7	58.3	0.0	0.0
開発モニター(6)	50.0	50.0	0.0	0.0
p値	0.563			
女性のパラレルキャリアの重要性について理解できた(%)				
	大変できた	多少できた	あまりできなかった	全くできなかった
市民モニター(12)	50.0	41.7	8.3	0.0
開発モニター(6)	33.3	50.0	16.7	0.0
p値	0.755			
本日の研究は面白い(または興味深い) 内容でしたか(%)				
	大変そうだった	多少そうだった	あまりそうでなかった	全くそうでなかった
市民モニター(12)	75.0	25.0	0.0	0.0
開発モニター(6)	50.0	50.0	0.0	0.0
p値	0.344			

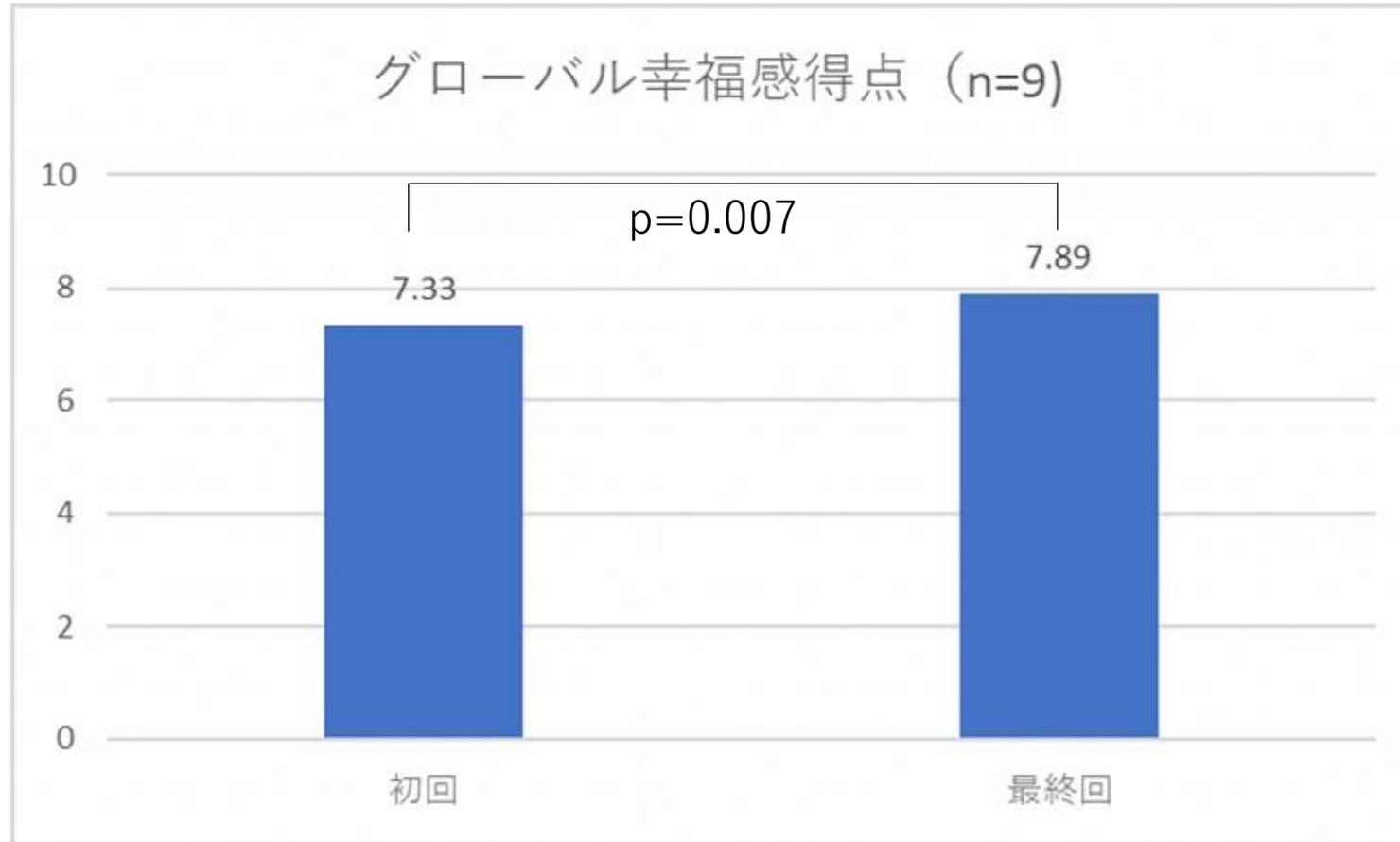
昨年度との理解度の比較(4回目)

4回目：みんなで共有：私たちのプロモーションストーリー				
発表者のプロモーションストーリーに魅力を感じましたか(%)				
	大変感じた	多少感じた	あまり感じなかった	全く感じなかった
市民モニター(10)	100.0	0.0	0.0	0.0
開発モニター(8)	50.0	50.0	0.0	0.0
p値	0.027			
発表者のプロモーションストーリーは自分のストーリーの充実に役立ちましたか(%)				
	大変役立った	多少役立った	あまり役立たなかった	全く役立たなかった
市民モニター(10)	90.0	10.0	0.0	0.0
開発モニター(8)	25.0	62.5	12.5	0.0
p値	0.018			
本日の研究は面白い(または興味深い)内容でしたか(%)				
	大変そうだった	多少そうだった	あまりそうでなかった	全くそうでなかった
市民モニター(10)	100.0	0.0	0.0	0.0
開発モニター(8)	50.0	50.0	0.0	0.0
p値	0.023			

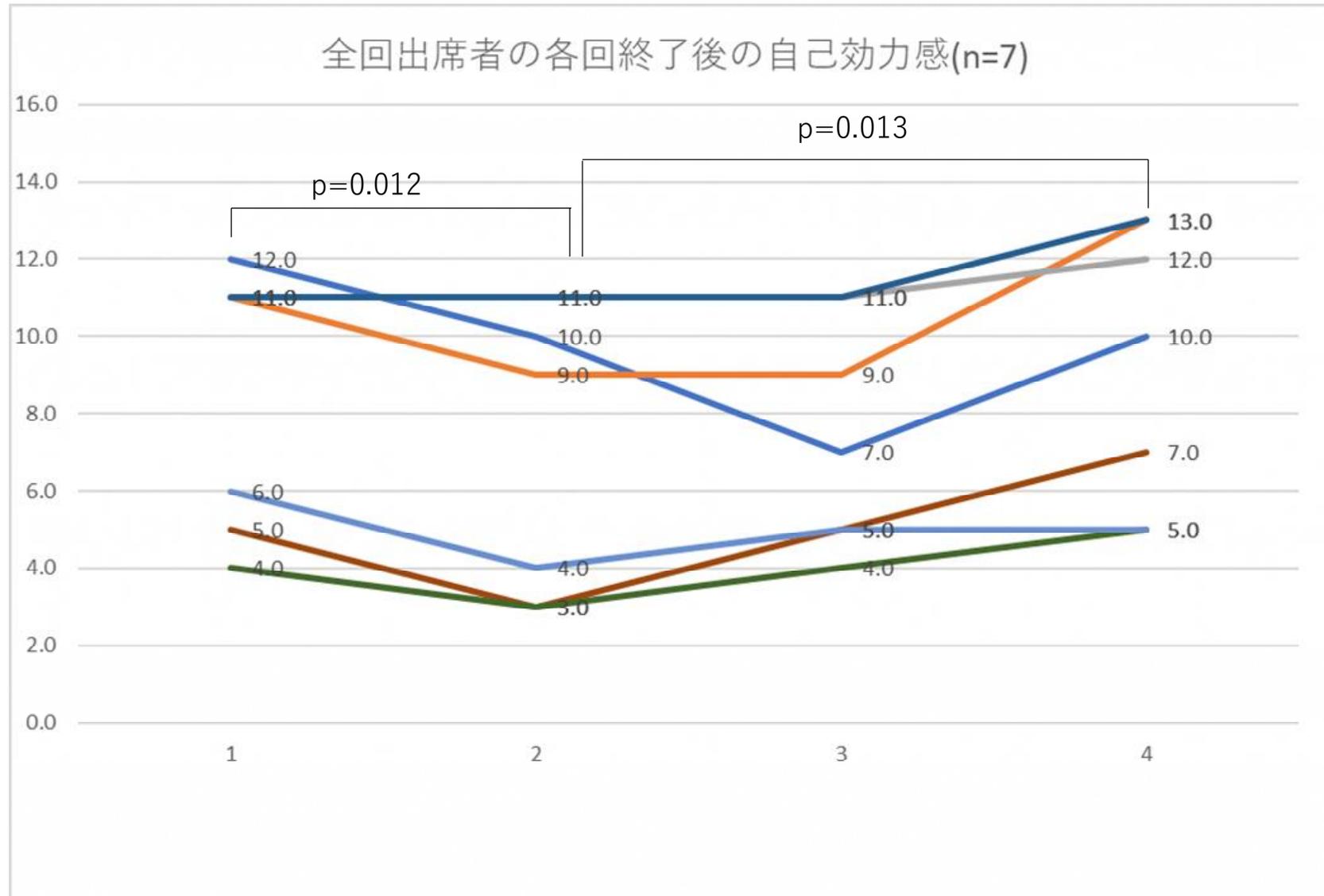
変われる未来の達成度

ご自身の今後の未来のために何か新しくやれることが想定できそうですか(%)				
	十分できそう	多少できそう	まだできなそう	全くできなそう
2回目(9)	11.1	55.6	33.3	0.0
3回目(12)	41.7	41.7	16.7	0.0
p値	0.288			
ご自身の発表を通して今後の変われる未来を形にできたと思いますか(%)				
	できた	多少できた	あまりできなかつた	全くできなかつた
4回目(10)	30.0	70.0	0.0	0.0

Well-beingの変化



心理効果（一般性自己効力感）



検証4：参加者のキャリア支援ニーズ

- 参加者からのアンケート結果から得られた質的なキャリア支援ニーズは、1)地域社会に目を向けるための支援(回答例：みなさん自分にも目を向けた上で社会にも目を向けたプロモーションを作成されておりすごいなと思った)、2)似たような状況の女性が意見交換するための支援(回答例：考えるのが苦手ですぐモヤるので皆さんと関わる活動で自己成長に繋がると思いました)、3)集団で自分自身を見つめ心を整理する支援(回答例：皆さんの意見を聞いて、自分の足りないものが何かを知ることができた。自分自身を見つめ、行動につなげていくきっかけとなりました。理論からウェルビーイングについて学べたことも良かったです)の必要性が、アンケート調査の結果から抽出された。

アンケート結果（自由記述）

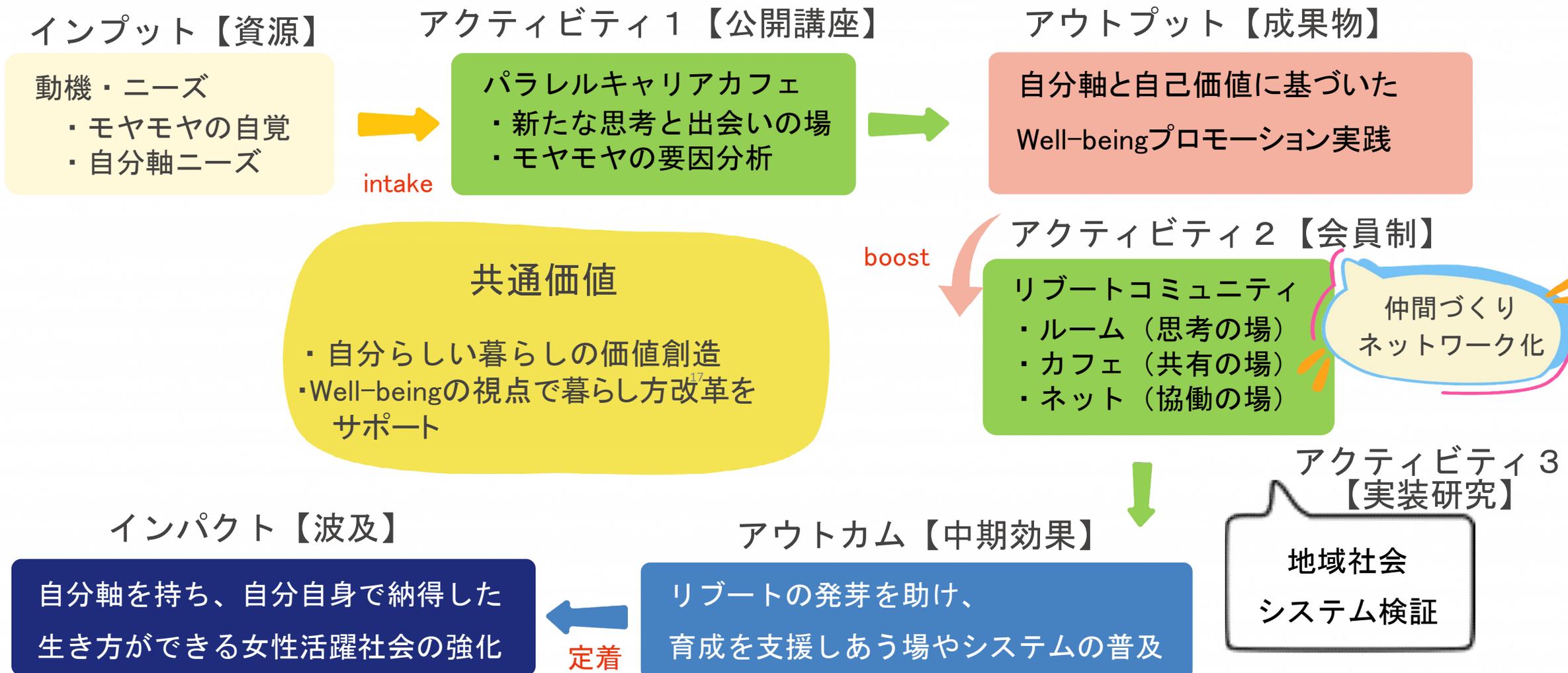
- みなさん自分に目を向けた上で社会にも目を向けたプロモーションストーリーを作成されておりすごいなと思って聞いていました。
- いろんな人の思いが聞けてよかった。思っていることを整理して書き出すことは恥ずかしかったが、自分について考えるきっかけとなった。
- 考えるって苦手ですぐモヤるので皆さんと関わる、活動したら自己成長につながるかなと思いました。
- 今回のカフェの参加を通じて、同じ女性の方たちが様々な悩みや夢を持っていることを知ることができた。改めて自分を振り返るいい機会になりました。
- みなさんの発表を聞いて、自分の足りないものが何かを知ることができた。人は人と思うと自分自身もそんなに劣らないんだなと思うことができて、前に歩いていけばいいなと思いました。
- 自分自身の心の整理をすることができたと思います。そして皆さんのお話を聞いて、私も力を持ちえたと思います。まずは自分から家族から。
- 自分自身を見つめ、行動につなげていくきっかけとなりました。理論からウェルビーイングについて学べたことも良かったです。貴重な機会をありがとうございました。

検証5：参加者の終了後の要望等

- カフェ最終回の発表の場や、終了後に実施した情報交流会での意見交換の場において、今回のパラレルキャリアカフェ参加がきっかけになり、これまでぼんやりと考えていた起業を実現することになったことを表明した人も含めて、多くの参加者が自身の活動によって地域社会に貢献したいという希望を持っており、終了後も出会った仲間との継続的な情報やアイデアの交流を希望していた。
- また、自分たちの既に行っている活動や持っている資源の交流によって、それぞれの活動を深化・発展させる構想について話し合い、連絡先を交換する場面も見受けられた。そこで、シングルでも、結婚・出産後でも、自分らしくいきいきと暮らすことのできる地域をつくっていくために動き出したい女性たちは、ひとりで考え、動き出すのではなく、自分の状況や考えを整理し、アイデアや情報の交流によって自身の暮らしや活動を充実させるための場を求めていることがわかった。

02. 活動内容 (Well-rebootプロセスモデル)

内閣府「社会的インパクト評価の推進に向けて」を参考に作成



アクティビティ2 リポートコミュニティ

01

個別相談の場 リポートルーム

作成したストーリーを元に、
自分のアイデアをブラッシュ
アップし、リポートカフェに
つなげる場。

02

みんなの場 リポートカフェ

作成したストーリーの状況に
ついてメンバーと共有する場。

03

実践の場 リポートネット

メンバーが、自分のフィー
ルドでパラレルキャリアカフ
ェプログラムやツールの活用を
検討する場。

プロモーションストーリー実現に向けた様々な場を準備しています。



検証 6 : 外部有識者との意見交換

- プログラムのスク립ト(脚本)をデザインするために、今回女性活躍の専門家でもある坂東眞理子氏(昭和女子大学総長)に支援を求め、意見交換をしながらプログラムのブラッシュアップを図った。
- 本プログラムの対象となる地方女性のWell-being低下は女性に課せられた役割の多さが原因となると分析する石川善樹氏(ウェルビーイング研究科)の見解を踏まえ、モヤモヤした感情を整理しどのようにWell-being向上につなげるかをプログラムの指針としているが、坂東氏からの「女性は変わりたいもの」だという意見を踏まえ、プログラムの目標に「変われる未来を形にする」を据えた。



女性のWell-being支援



変わる未来をかたちにする

パラレルキャリアカフェ

パラレルキャリアカフェとは

パラレルキャリアカフェの
解説動画はこちら



パラレルキャリアカフェでは、自分や家族、大切な人が日々を楽しんでいる、「未来のわたし」を実現するためのストーリーづくりをします。Well-beingな人生を学び、対話しながら、「わたしのプロモーションストーリー」をつくります。

対象

- ・お住まい又は仕事場が「富山県呉西」にある女性
- ・わたらしい暮らしについて考えてみたい女性
- ・わたらしい未来へのストーリーをつかってみたい女性

家のことも仕事のことも頑張りたけれど、わたしのためのわたしの時間や場所も大切にしたいな

これなら、わたしも家族も元気に暮らせそう

今がイヤなわけじゃないし、幸せなんだけど、自分で決めて実行することが少なくなってきた気がする

未来のわたしは、毎日を楽しんで暮らしている

やりたいことはあるけど、これでいいのかな？整理してから始めたいな

語り合いの中でヒントをもらった。今からできることが整理できた。

内容



20代既婚会社員



30代既婚パート



40代未婚会社員

時間	10:00-12:00 (第4土曜)	回	日	内容
場所	ウィングウィング高岡 503研修室	1	11月25日 (土)	未来の自分のためのWell-beingな暮らし:パラレルキャリアが紡ぐ未来の自分
参加費	無料	2	12月23日 (土)	自分の未来を描きだすプロモーションストーリー
定員	30名 (要予約) ※最低催行人数10人	3	1月27日 (土)	対話で探す地域の暮らしと未来の自分
		4	2月24日 (土)	みんなで共有:わたしたちのパラレルキャリア物語(発表会)

お申込み方法

①～④(①お名前 ②住所 ③電話番号 ④年齢)をお書きの上、ウェル・リポート協議会事務局メール (✉ tatsuse@med.u-toyama.ac.jp) にお送りください。メールタイトルは、「市民モニター応募」としてください。

企画
運営等

主催 富山大学パラレルキャリア研究会

企画・運営 ウェル・リポート協議会



協力

富山県呉西6市

2023年度 とやま呉西圏域調査研究事業



女性のためのパラレルキャリアカフェ

パラレルキャリアカフェでは、自分や家族、大切な人が日々を楽しんでいる、「未来のわたし」を実現するためのストーリーづくりをします。Well-beingな人生を学び、対話しながら、「わたしのプロモーションストーリー」をつくります。

変わる未来をかたちにするパラレルキャリアカフェ

- ①自分が大切だと思う生き方をイメージする
- ②ワクワクできる暮らしの選択肢を増やし、どう生きるか自分で選ぶ
- ③安心して自己開示できる場所を探す

坂東氏からの助言・激励・評価

助言

- 「女性の「生きにくさ」ということがよく言われるのですが、日本の社会で女性が活躍するときには男性の基準というか、男性向けの靴に自分の足を合わせて活動しなければなりません。それがうまくできる人もいればできない人もいます。その際に自分を受け入れる、自分を大切に生きていくことが大事です。

激励

- 「パラレルキャリア研究会に参加された皆さん、きっと新しい自分、新しい未来、新しい仲間に出会えたのではないのでしょうか。自分はこの人間だ、もう変わるには遅すぎる、などという思い込みから解き放たれて、新しい可能性を大事に育ててください。」

評価

- 私は富山の女性は能力もあり、勉強熱心だし、色々な良い資質を持っているのにそれを評価されて自信（自己効力感）を持つ機会が少ないと思っていたので本当に良かったです。ぜひ自走・自立できるようにすることを期待しています

検証まとめ

- 1)2022年度、2023年度に実施した実践研究によって、パラレルキャリアカフェプログラムの有用性は実証された。2)女性のパラレルキャリア支援を継続的に行うためには、対象者に開催情報を届ける汎用的な広報ツールやルートの実立が必要であることがわかった。3)地域定着の決定要因を実現するために、今回のような集団でのパラレルキャリア支援が重要であることが分かった。4)今後地域で活躍する地方女性のための市民向けプログラムを展開するプラットフォームづくりの研究事業の必要性が明確化された。5)支援する側のスタッフにとっては、自分たちの活動の意義の確認や方法の検討に、前向きで客観的な視点を持った外部有識者との意見交換が有用であることも分かった。

今後の課題

- 今回は、任意団体であるウェル・リブート協議会の協力を得て、開催における対象者への周知をはじめ、個人の特性に合ったグループの割り振りやそれぞれの専門性によるワークのファシリテート機能などをもったプログラム提供を行った。
- しかし、協議会という性質上、市町村や企業ごとにプログラムを提供することは現実的ではなく、地方創生の資源としての地域の女性の活動を支援するためには、継続的な集団でのパラレルキャリア支援プログラムを提供するためのプラットフォーム整備」が必要である。

必要な取組

- 1)対象者に広く周知するためのツールやルートの確立
- 2)継続的、あるいは地域ごとにプログラム提供を行うための人材育成、
- 3)事業効果を維持発展させるためのチェック機能の確立
- 4)事業を広域展開するための資金調達
- 5)労働環境、子育て環境、医療福祉の整備など女性が暮らしやすい地域をつくるための相談窓口の設置

提案 1

- 1) ツールについては、Webやチラシなどの情報を手にしやすいものを作製する必要があるが、図書館等の公共の場や広報などの公共ルート、社内掲示板などの職域ルート、スーパーや銀行などの暮らしルート、新聞などのマスコミルートについては、自治体のネットワークを活用することで補うことができると考えられる。
- 2) 育成する人材については、パラレルキャリアカフェ修了者だけでなく、自治体や企業の担当者が想定できるが、プログラム提供者を育成するためのマニュアル作成や講習会の必要はあると思われる。マニュアル作成等については、研究会や協議会で対応することは可能である。
- 3) プログラム提供者が使えるチェックリストによって効果確認しながら事業を進めることができるが、その作成については、研究会や協議会で対応することができる。

提案 2

4) これら1)~3)を実施するための資金が必要であるが、地方創生の公共事業に位置付けて、女性のWell-being充実、女性活躍の推進、女性の地域定着につなげていくかというマイルストーンを描き、地域の団体や民間企業との協働を前提に様々な領域の庁内事業と連携させる計画を持つことによって国の補助金の申請の領域を広げることができる。

5) どのような名目で、どこがどんなことを、継続的に何を支援していくのかを明確にし、官民連携の協議会や窓口となる協働事業体の役割を担う部署の設置などが実現できれば、4)5)の両輪での体制が実現できると考えられる。



Well Reboot

女性のWell-being支援連携団体募集

女性のためのパラレルキャリアカフェ



パラレルキャリアカフェでは、自分や家族、大切な人が日々を楽しんでいる、「未来のわたし」を実現するためのストーリーづくりをします。Well-beingな人生を学び、対話しながら、「わたしのプロモーションストーリー」をつくりまます。

共同実施要件

1. 女性の支援をしている市町村・団体
2. 広く市民を対象としたセミナーもしくは企業単位での支援事業
3. 人材育成・福利厚生の一環として、パラレルキャリアに理解のある組織

変わる未来をかたちにするパラレルキャリアカフェ

- ①自分が大切だと思う生き方をイメージする
- ②ワクワクできる暮らしの選択肢を増やし、どう生きるか自分で選ぶ
- ③安心して自己開示できる場所を探す

ご清聴ありがとうございました

平行キャリアカフェの開催を検討する自治体は提出した
スクリプト(台本)を一度ご覧ください。