2015年度

北の★女性からの
メッセージ

～北海道の女性ロールモデル集～

北の★女性からのメッセージ

～北海道の女性ロールモデル集～

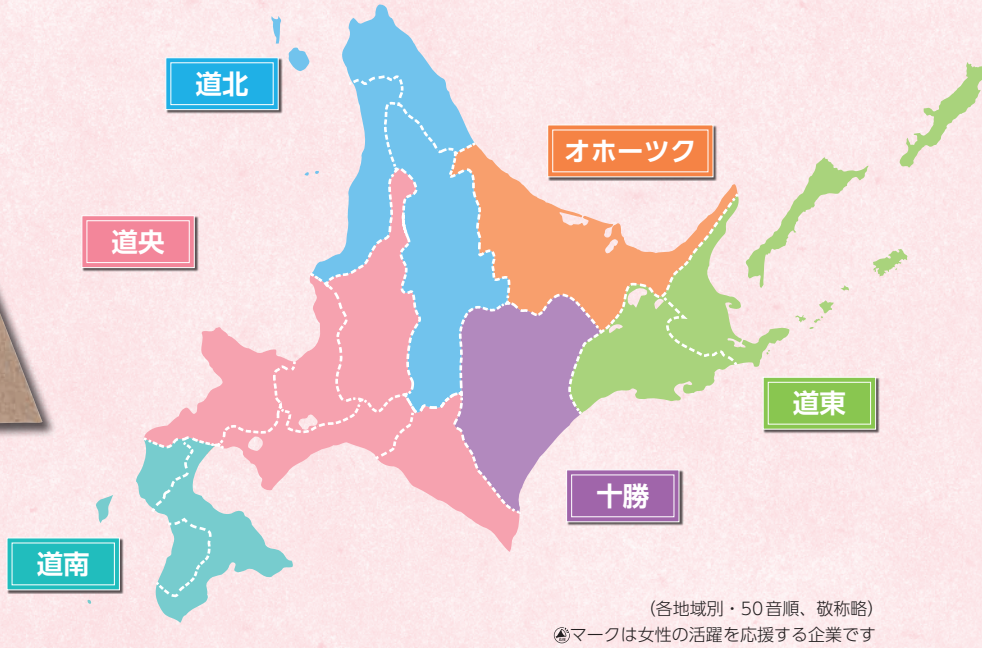
広大で自然あふれる北の大地　北海道。
どの地域も個性や魅力にあふれ、古くから、女性も男性も
みんなで協力し助け合いながら暮らしています。

その中には、
一次産業の現場で女性ならではの発想で、地元を盛り上げている方々、
これまで女性が携わっていなかった新しい分野にチャレンジしている方々
子育てや介護の経験をボランティア活動に役立てている方々、
悩みや壁を乗り越えながら、自分らしい生き方を選択している方々　など
地域を支え、地域の元気を産み出している女性がたくさんいらっしゃいます。

道では、平成27年度から、こうした女性の方々や、
女性の活躍を応援する企業等のみなさんを
ロールモデル（目指したいと思うモデル）としてご紹介しています。
この冊子を手に取った皆様が、「自分にもできるかもしれない」
「目指してみたい」と勇気や希望を感じ、様々な選択をする中で、
より一層、いきいきと活躍していただく一助となれば幸いです。
また、こうした女性の活躍をオール北海道で応援していく気運が
一層広がることを願っています。

78.8
(株)ダイナックス
DYNAX
DYNAX

INDEx 目次



（各地域別・50音順、敬称略）
㊛マークは女性の活躍を応援する企業です

Ⅰ 道央（石狩、空知、後志、胆振、日高）

No	氏名	所属等	居住地・活動拠点	ページ	地域
1	WEAVE　～若手農業女性グループ～		由仁町	4	空知
2	植村　真美	日本青年会議所（JC）北海道地区協議会　会長	赤平市	5	空知
3	内山　佳奈	北海道若手女性農業者集団 Links　事務局	美唄市	6	空知
4	佐藤　真奈美	清水沢プロジェクト　代表	夕張市	7	空知
応援	株式会社砂子組		奈井江町	8	空知
5	阿部　都	エルム楽器千歳支店　ピアノ調律師	千歳市	9	石狩
応援	株式会社ダイナックス		千歳市	10	石狩
応援	合同会社のこたべ		札幌市	11	石狩
6	池本　美紀	民宿きのえ荘　女将	神恵内村	12	後志
7	坂本　純科	NPO法人北海道エコビレッジ推進プロジェクト　理事長	余市町	13	後志
8	じゅうごばあ　～ニセコ食品加工研究サークル～		ニセコ町	14	後志
9	中川　久理子	寿都町立寿都診療所　医師	寿都町	15	後志
10	日野　雅美	立ち飲み Bar Kaveri　オーナー	倶知安町	16	後志
11	片石　温美	NPO法人マリンネットワーク　理事長	室蘭市	17	胆振
12	川南　恵美子	洞爺湖有珠火山マイスター	壮瞥町	18	胆振
13	中谷　通恵	NPO法人お助けネット　代表	白老町	19	胆振
14	村上　さゆみ	有限会社佐々木ファーム　取締役専務	洞爺湖町	20	胆振
15	本川　哲代	むかわ町有害鳥獣駆除委嘱ハンター	むかわ町	21	胆振
16	山口　加津子	苫小牧漁業協同組合女性部　部長	苫小牧市	22	胆振
応援	新日鐵住金株式会社 棒線事業部室蘭製鐵所		室蘭市	23	胆振
17	高村　洋子	日高女性軽種馬ネットワーク（馬女ネット）　前会長	様似町	24	日高
18	八十川　真里子	医療法人社団同行会　理事長（児童精神科医・精神科医）	浦河町	25	日高

Ⅱ 道南（渡島、檜山）

No	氏名	所属等	居住地・活動拠点	ページ	地域
19	折谷　久美子	NPO法人スプリングボードユニティ21　理事長	函館市	26	渡島
20	阪口　あき子	株式会社シンプルウェイ　代表取締役	函館市	27	渡島
21	柴田　節子	八雲町野菜グループ連絡協議会　代表	八雲町	28	渡島
22	杉本　夏子	津軽海峡マグロ女子会　北海道側リーダー	松前町	29	渡島
23	小梅　洋子	かあちゃん食堂たまりば　店主	江差町	30	檜山
24	マザーズ・ぽけっと　～図書ボランティア団体～		今金町	31	檜山

Ⅲ 道北（上川、留萌、宗谷）

No	氏名	所属等	居住地・活動拠点	ページ	地域
25	伊藤　美和子	株式会社エフエムなよろ（Air てっし）　局長	名寄市	32	上川
26	辰巳　美恵	めん羊工芸館くるるん　代表	士別市	33	
27	田邊　真理恵	株式会社フプの森　代表取締役	下川町	34	
28	び・ふらねっと　～農家・デザイナーグループ～		富良野市･美瑛町	35	
29	宮竹　眞澄	人形作家	東川町	36	
30	宮原　光恵	M t. ピッシリ森の国　農業・写真家	幌加内町	37	
31	安丸　千加	農業女子ネットワーク はらぺ娘　代表	上富良野町	38	
応援	旭川医科大学 復職・子育て・介護支援センター「二輪草センター」		旭川市	39	
32	伊藤　まち子	北海道指導農業士協会　理事	苫前町	40	留萌
33	田中　和子	株式会社丸タ田中青果　代表取締役	留萌市	41	
34	堂脇　聖美	餅cafe&stay わが家　経営	豊富町	42	宗谷
35	門間　奈月	健幸サポート happy moon　代表	稚内市	43	

Ⅳ オホーツク（オホーツク）

No	氏名	所属等	居住地・活動拠点	ページ	地域
36	菅野　菊枝	株式会社菅野養蜂場　取締役	訓子府町	44	オホーツク
37	倉本　ひと恵	オホーツクキャリアデザインネットワーク　代表	北見市	45	
38	田澤　由利	株式会社ワイズスタッフ　代表取締役、 株式会社テレワークマネジメント　代表取締役	北見市	46	
39	田中　夕貴	北海道の地域とみちをつなぐネットワーク連携会議　代表	紋別市	47	
40	道山　マミ	合同会社大地のりんご　代表	網走市	48	

Ⅴ 十勝（十勝）

No	氏名	所属等	居住地・活動拠点	ページ	地域
41	北村　貴	株式会社グロッシー　代表取締役	帯広市	49	十勝
42	紫竹　昭葉	紫竹ガーデン　オーナー	帯広市	50	
43	谷　あゆみ	ばんえい十勝　調教師	帯広市	51	
44	道見　ひろみ	株式会社あんてぃー　代表	中札内村	52	
45	神宮司　亜沙美、 中神　美佳	大樹町地域おこし協力隊	大樹町	53	
46	山岸　厚子	せわやき玉子　代表	士幌町	54	
47	湯浅　優子	スローフード・フレンズ北海道　リーダー	新得町	55	

Ⅵ 道東（釧路、根室）

No	氏名	所属等	居住地・活動拠点	ページ	地域
48	伊藤　朋子	手づくりクレヨン工房 Tuna-Kai　代表	標茶町	56	釧路
49	三膳　時子	認定NPO法人霧多布湿原ナショナルトラスト　理事長	浜中町	57	
50	土田　栞	釧路公立大学経営学科４年生	白糠町	58	
51	服部　佐知子	ファームレストラン ハートンツリー　オーナーシェフ	鶴居村	59	
52	藤原　多美	宿・花ふらり　オーナー	弟子屈町	60	
53	森崎　三記子	釧路モカ女性プロジェクト　代表	釧路市	61	
54	後藤　菜生子	株式会社知床らうすリンクル　代表取締役	羅臼町	62	根室
55	松實　とよ実	NPO法人子育てサポートネット る・る・る　代表	中標津町	63	

女性の活躍を応援する北海道の取り組み …… 64

※本誌で紹介している内容は、2015年10月～2016年3月現在のものです

道央 1

空知【由仁町】

WEAVE（ウィーブ）　～若手農業女性グループ～

「WEAVE」は英語で「織る」「編む」などの意味。みんなの力を一つにして、女性らしく明るい取り組みを進めようとの思いを込め、2013年3月に発足した。メンバーの最大の楽しみは忘年会。「この日のためにがんばってきました。」

「楽しいのは当たり前！」愛する由仁のまちを元気に

きっかけ

農家に嫁いできたメンバーが多く、周りは知らない人ばかり。子育てや農業のことなど気軽に話すことのできる「場」がほしい、そんな気軽な思いで立ち上げました。最初は5人でスタートし、その後徐々に口コミなどで仲間が増え、今は15人。年齢は20～30歳代の「若妻」の集まりです。町外から来た方も多く、みんなで集まってわいわい話し、イベントなどに共同で取り組むと、すごく楽しいです。幼い子どもがいる方も多くて、子育ての悩みはもちろん、子ども同士も一緒になって仲良く遊んでいます。

苦労

最初は仲間作りから始め、活動も11月から2月の農閑期に、と思っていました。でも2年目以降、イベントへの参加や農産物の直売、他の地域の農家の見学会など、取り組むことがどんどん増えてきて、かなり忙しい状況です。主婦、母親、そして本業の農家の仕事もある中、時間のやりくりに苦労します。最初は「何をやっているんだか」という反応もありましたが、子どもが楽しく過ごせて、愛する由仁の町を元気にするのよ、という思いが伝わり、今ではみんな協力的なのがうれしいですね。

満足度

WEAVEがなかったら、と考えると、すごく寂しかったと思います。活動範囲が広がって少し忙しい思いはしていますが、お互いに愚痴や悩みを話していると「あぁ、みんなそうなんだな」って安心します。同じ農業とはいっても作物が違えば作業内容が全く違います。「へー、そんなことするんだ」と新鮮な驚きがあったり、すごく参考になるような取り組みも知ることができます。貴重な情報交換と癒やしの場ですね。私たちが明るく楽しく活動することで、由仁町も元気になるのでは、と思っています。

これから

WEAVEのモットーは「楽しいのは当たり前！」「感動に達成感！」「視野も広がり、笑いあり！」「笑いすぎの涙あり！」です。幼い子どもがいて出歩けない、とマイナスに考えるのではなく、一緒に集まって取り組めばみんな楽しいよ、と常に新規会員を募集しています。みんな、由仁町が大好き。楽しく子育てする町になれば、町も活気づきます。そんな環境で育った子どもは、大きくなってもこの町への愛着を忘れません。大きく言えば町の発展のために、WEAVEの活動をずっと続けていきたいですね。

北の☆女性たちへのメッセージ

人生は楽しんだもん勝ちです。どの地方でも「こんなことやりたいな」と思っている女性はいるはず。家庭や仕事の事情で難しいと感じる方もいるでしょう。でも、どんなことでも最初に一歩踏み出さなければ始まりません。踏み出してしまえば、きっと仲間は出てきます。悩む時間がもったいないですよ。

取材年月日：2015年12月8日

道央
2

空知【赤平市】

植村（うえむら）　真美（まみ）さん　日本青年会議所（JC）北海道地区協議会　会長

1976年生まれ、赤平市出身。大学卒業後の2002年に故郷に戻り、父親が経営する植村建設に入社。現在取締役。
最近の写真撮影では「みんな元気になーれ」との願いを込めた、両手を花のように広げたしぐさが決めポーズ。

赤平産の
赤ジャガイモを使った
「じゃガール」

赤平、空知、そして北海道をこよなく愛して全国駆け回る

きっかけ

2015年1月から1年間、会長を務めています。北海道地区の青年会議所は、48団体、約1,400人で活動しています。北海道は日本の「宝島」です。この宝島をもっと元気にするため、人や地域をつなげて、新しい価値を生み出していくことのお手伝いができれば、と思って、道内と全国を駆け回りました。2014年には、女子会を立ち上げました。「女子会あっても良いよね～」という軽いのりで始めましたが、女性の持つ感性と行動力が会議所活動の新しい活力になるのでは、と思っています。

苦労

北海道地区協議会では初の女性会長ということでしたが、女性だから、と特に苦労は感じませんでした。でも、すぐに口を出すぶっちゃけた性格なので、周りの男性は苦労したかもしれません。男性の中にいることが多かったため、女子会を作ってみて、女らしさというか、女性特有の考え方や感性ってこうなんだ、と改めて「女性」を意識しました。女性が団結したときのスピード感や明るさは、男性にはないものです。男性の先を見る思考とうまく融合させることができれば面白い反応が起きるのでは、と思います。

満足度

日本青年会議所の役員でもあるため、1年の半分ぐらいは赤平市以外で過ごしました。多くの方との出会い、色々な地域を訪れ見聞きしたことは、言葉では表現できないぐらい勉強になりました。青年会議所という組織は異業種の集まりなので、ある意味全国の縮図みたいなものです。活力のある地域もあれば、赤平市のように過疎化が進み、生き残りのみちを模索している地域もあります。でも、どの地域にも「熱い」方がいて、業種や取り組み内容は違っても、未来に向けて進もうという強い意志を感じました。

これから

生まれ育った赤平市を世界に羽ばたかせることが夢です。そのためには、赤平市が子どもたちにとって誇りの持てるまちになることが欠かせません。赤平市産の赤ジャガイモを使った「じゃガール」という商品を7年ほど前に開発しました。この商品を全道、全国に広め、「赤平市といえば『じゃガール』」とイメージしてもらえればうれしいですね。大人が諦めると子どもは夢を持つことはできません。常に夢と希望を胸に、これからもまちづくりと地域おこしに取り組んでいきます。

北の★女性たちへのメッセージ

一人で悩まないこと。周りには助けてくれる方、支えてくれる方が必ずいます。人との出会いを積極的に持ち、悩みを共有し、思いを共感すれば、違う道が見えてきます。JCはそんな場として格好の組織ですよ。ぜひ一緒に！

取材年月日：2015年10月29日

道央
3

空知【美唄市】

内山（うちやま）　佳奈（かな）さん　北海道若手女性農業者集団 Links（リンクス）　事務局

1976年生まれ、音更町出身。大学卒業後、美唄市で2代続くアスパラ農家の長男で、当時会社員だった裕史さんと結婚、札幌で生活。自身も結婚後に就職し、広告代理店などの仕事を経験。結婚5年目に農園を継ぐことを決め、2008年から就農。7歳の長女と5歳の長男、2児の母。

自由でつながる農業女性たちの交流ネットワーク

きっかけ

結婚してから5年目の時に、夫が美唄市の農家を継ぐことになりました。農業の経験がない私は不安だらけ。農業を勉強したい、仲間がほしいと思っていた時に、深川市の女性農業者グループの活動を知りました。会場では、農家のお嫁さんや後継者の方たちが、自分たちの作った農作物で料理を作り、市民に提供していました。すごいなぁと思い、主催者の溝口めぐみさんに「お友達になってください！」とお願いしました。その後、一緒にご飯を食べているうちに「もっと仲間がほしいよね」という話になり、2011年にLinksを立ち上げました。

苦労

10人少々から始まって、現在は50人ぐらい。農閑期に全道から札幌市に集まって、最初は交流会。そこから講師を招いての勉強会や、メンバー同士のワークショップへと発展していきました。2015年は、札幌市など都市部でのマルシェもたくさんやって、お客さんの反応や商品の価値を実感できるマーケティングの場にもなりました。苦労は、春・夏・秋とみんなが忙しいのでなかなか集まれないこと。メンバーは30代の子育て世代が多く、家事や育児、仕事など、農業という仕事に加え、「女性」として忙しいですね。

満足度

Linksは女性で農業をやっている方であれば誰でも加入できて、自分が自由に好きなことができるグループです。農作業をしている時は、基本は誰にも会えないんです。それは寂しいですよね。農閑期の冬に行う札幌市での勉強会や交流会は、全道各地でさまざまなものを作っている方々と出会って話す場です。勉強にもなるし、刺激にもなります。会えない時は、フェイスブックを使って情報交換もしています。「自由でつながっているいい場所だな」という感覚を、メンバーが持ってくれていると思いますよ。

これから

例えば、ブランディング（顧客にとっての価値を高める戦略）の勉強会では、学んだことを各自のパンフレットに活かすなど、現実面でも役立っています。メンバーの経営を良くしていくために、これからも引き続き交流と勉強を継続していきます。「継続は力」ですから。最近は、経営移譲で夫が経営者になったり、新規就農の方も入ってきていますので、勉強会のレベルを上げたり、幅広くすることが必要になると考えています。あとは、私たちも若手ではなくなってきているので（笑）、次の世代を育てるということを少し意識しながら活動していきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

何かをやろうと思った時がやるべき時です。やりましょう！動きましょう！私は行動することで次の扉が開いてきました。さまざまな経験をする中で、「やって良かったな」と思うことばかりです。結果はついてくるし、間違いだったとしても、そこで得るものは必ずありますよ。

取材年月日：2015年12月22日

道央
4

空知【夕張市】

佐藤（さとう）　真奈美（まなみ）さん　清水沢プロジェクト　代表

1979年生まれ、大分県別府市出身。大学卒業後、JR北海道の客室乗務員に。夕張市清水沢地区の町並みに魅了され、退社後に入学した札幌国際大学大学院で修士論文のテーマとする。夫と9歳の長男、5歳の長女の4人家族、札幌市在住。

炭鉱町の歴史と息吹を伝え、未来につなげたい

きっかけ

夕張市との出会いは、15年ほど前です。京都の大学を卒業し、北海道で働き始めたころ、夕張市を訪れました。人気の少ないアパート群を見て、それが炭鉱住宅だと初めて知りました。その後、ずっと心に残っていた旧産炭地域の地域振興を学びたいと思い、2006年、大学院に入学。修士論文は、夕張市内でも炭鉱の面影が色濃く残る清水沢地区を研究対象としました。終了後は炭鉱遺産を活用したまちづくりを行うNPOに所属し、昨年独立。この町との出会いは、私の人生にとって最大の転換点となりました。

苦労

知らない若い人が何かしている、というのが最初の住民の方の反応でした。住民の方にとっては、ズリ山（石炭を掘った時に出てきた不要な岩石を積み上げた廃棄物の山）は登るものではなく、発電所もそこにあるのが当たり前のもの。「何でこんなものに興味を持つのか」と不思議に思われました。でも、幾度となく清水沢地区を訪れ、地域の行事に参加したりするうちに、最初は窓から見ているだけの方々が徐々に近づいてくるようになりました。「よそ者」から少しだけ「身内」に近づいてきたかな、と思っています。でも、この町の住民のほとんどは高齢者です。次を見据えての行動が必要ですね。

満足度

この町には炭鉱の記憶を伝える貴重な財産がたくさんあります。赤と青の屋根の対比が鮮やかな炭鉱住宅が整然と並ぶ風景を多くの方に見てもらえるよう、住民の方と一緒にズリ山に階段を作り、今でも年に一度整備作業を行っています。90年前に建てられた旧発電所では、2011年と2014年に現代アートのイベントを開催。JR清水沢駅では、鉄道や夕張に関する展覧会を4年半にわたり開催するなど、炭鉱の記憶がいきいきと伝わるイベントが好評です。

これから

2015年に夕張市からの補助を受けて、町内会集会所をさまざまな方々の活動拠点にするよう、整備を始めました。今後は、夕張市の石炭博物館などと連携して、この町全体を見学や体験学習を通じて交流ができる「エコミュージアム」としていきたいですね。この町は宝の宝庫です。そのすばらしさを地域内外の方に知ってほしい、そんな思いで一杯です。高齢化が進みタイムリミットはありますが、私自身、この町への興味はまだまだ尽きません。夕張市、そして清水沢地区のファンをもっと増やすために頑張り続けたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

炭鉱って豪快な炭鉱マンのイメージがありますが、実は家庭や地域を支えてきたのは女性なんです。イベントの時にも、彼女たちのパワーはすごいです。強くて頼りになる女性たちが築いてきた、炭鉱の町の歴史と今の息吹を多くの方に伝えたいですね。ぜひ清水沢へどうぞ。意外とはまりますよ。

取材年月日：2016年2月18日

道央
応援

空知【奈井江町】

株式会社砂子組（すなこぐみ）

1946年創業。奈井江町に本社、札幌市に本店を置き、土木、建築工事を全道展開する。高い技術力で、北海道開発局長表彰を幾度も受賞。2009年度からは、他社に先駆けて情報化施工を実施。建築現場でも導入を進め、IT技術を活用した高効率・高精度な工事を実現している。

地域とともに、そして女性が活き活きと働く企業に

きっかけ

新卒の女性技術者を採用したのは、2014年から。建築分野ではすでに中途採用の技術者がいますが、今回は土木分野での採用です。女性だから、ということではなく、企業として持続的な発展を実現するためには、若手技術者の確保が難しくなる中、男女を問わず優秀な人材を確保・育成しようという方針に沿ったものです。当社では、土木と建築分野で約60人の技術者がいますが、このうち女性は土木で2人、建築が5人の計7人です。新卒の女性技術者が入ったことで、今後の女性活用の素地ができたのかな、と考えています。

苦労

若手技術者は、学部・学科を問わず募集してもなかなか応募がありません。当社だけではなく、建設業全体がそうではないかと思います。建設業のやりがいや魅力を、もっと効果的に教育の現場や社会に伝え、幅広く人材を確保する体制が必要です。女性に関しては、結婚に伴う夫の転勤や、出産、育児など、仕事を続けることの難しさが現実としてあります。育児休暇などを就業規則で明記していますが、「みんなに迷惑をかけるのでは」と本人が負担に感じないよう、本人の事情や性格などを踏まえたケースバイケースの対応が必要だと考えています。

満足度

当社の女性技術者はみんな、熱心で一生懸命学ぼうとする方ばかり。男性だけだと、ある意味無頓着にやっていたことを改善するきっかけにもなりました。教育訓練なども、「背中を見て覚えろ」的な考え方から、教育体系をしっかりと確立することで、男性の若手技術者にとっても効果的な教育ができるようになったのでは、と思います。また、男性だけの現場に女性がいると場が「和む」のも事実。工期が詰まってくると現場の緊張感が高まりますが、そんな時、彼女たちの存在は貴重ですね。

これから

女性技術者の雇用は今後も継続していきます。環境整備の一環として、女子寮を整備したほか、2015年4月には「SG-L-net」（砂子組グループ・レディース・ネット）を立ち上げました。 女性技術者の視点での知識や技術力向上を目的に、現場研修や勉強会の開催などに取り組んでいます。2月に開催された「建設業女性活躍推進フォーラム」にも、2年目の女性技術者がパネリストとして参加しました。また、当社では、情報化施工など、ICTの導入も進めています。こうした最新技術は、若い方が興味を持ち現場で活躍できる分野では、と考えています。

北の★女性たちへのメッセージ

建設業の現場は自然が相手の仕事です。厳しい半面、仕事の充実感と達成感は格別のものです。当社は、社会を取り巻く「変化」に柔軟に対応し「進化」を続けています。会社を媒体に自分のやりたいことができる社風があります。新しいことにチャレンジし、自分を活かしたい方、ぜひ一緒に！

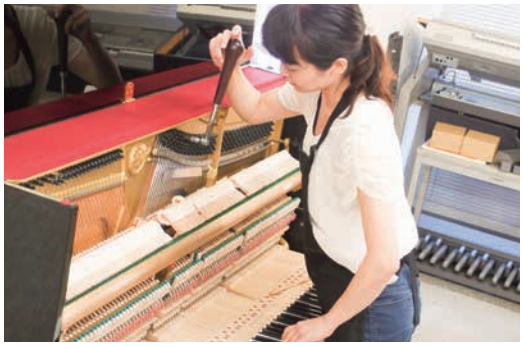
取材年月日：2016年2月12日

道央
5

石狩【千歳市】

阿部（あべ）　都（みやこ）さん　エルム楽器千歳支店　ピアノ調律師

1983年生まれ、札幌市出身。2005年に静岡県の専門学校を卒業し調律師に。４年間の東京都での生活を経て、エルム楽器に入社、千歳支店に配属となる。2013年には、作家の宮下奈都さんが調律師を主人公とした「羊と鋼の森」を執筆する際、取材を受け、巻末の謝辞に名前が記された。



エルム楽器千歳支店のスタッフ

さまざまな音の色、心に響かせたい

きっかけ

５歳からピアノを習い始めました。年に１回調律師が来てくれたのですが、作業風景が印象的で、調律後の音もとても好きでした。「こんな仕事があるんだ」と心に残りました。高校卒業後は、子どものころに印象に残った調律師になりたくて、専門学校に通いました。４年ほど東京の楽器店に勤めましたが、やっぱりふるさとが良くて北海道で仕事を、と思っていたところ、縁があってエルム楽器千歳支店で勤務することになりました。ある程度の経験は積みましたが、思ったような音色を表現するために毎日が勉強です。

苦労

調律は、経験で得ることのできる技術に加え、音の「センス」が求められます。弦をたたくハンマーは羊毛を固めたフェルトでできていますが、使用するうちに硬くなっていきます。このフェルトに針を刺すことによって、弾力を取り戻し、幅広い音が出るようになります。でも、針を刺す作業のやり方は、調律師によって異なります。音を合わせることは基本です。ピアノの個性を活かし、弾く方が望む音を出すためには、センスが問われます。センスを磨き高めるためにはどうしたら良いのか。作業以外の時も、頭の中で求める音を探しています。

満足度

最近では、住宅事情もあるのか、アコースティックピアノよりも電子ピアノを選ぶ方が増えているのかもしれません。でも、音のなめらかさや豊かさ、深さではアコースティックが優れています。おばあちゃんからお孫さんに引き継がれたピアノを調律することもあります。お客様によって音の好みは違います。ピアノによっても出る音の彩（いろどり）は異なります。お客様と会話しながら、一番良い音を調律し、「いい音だね」「弾きやすくなったよ」と満足していただけたときは、充実感があふれます。

これから

調律師になって10年が経ちました。「音」が好きなのでこの道を選んだことに迷いはありません。音の表現は無限にあります。その無限の中で、私が調律した「音」に弾いた方や聞いた方がわくわくしてくれるように、人間としての幅を広げる必要があると思っています。これから結婚や出産を経験すれば、センスを磨き、高めることにつながるのかな、と考える時もあります。理想は、例えば「ろうそくの火を見ると、私の音が思い浮かぶ」、といったように「目に見える音」を表現することですね。

北の★女性たちへのメッセージ

調律師に男女の差はないと思います。あるのは「個性」ですね。音の世界は奥深く、10年経っても「高み」はまだ彼方です。でも、自分だけの音を作ることができる楽しさと、それが実現し、喜んでもらえたときの満足感は格別です。音を「奏でる」調律師の世界に、ぜひあなたも。

取材年月日：2016年3月9日

道央
応援

石狩【千歳市】

株式会社ダイナックス

「未来を今に」という企業スピリットをベースに1973年に創業。独自の技術力を創造することで、世界の先進企業との競争に打ち勝ち、国内シェア1位、世界シェア2位を確保する世界水準の企業に成長した。2014年には経済産業省の「グローバルニッチトップ企業100選」にも選定された。

活き活きと働く女性とともに世界水準のブランド企業へ

きっかけ

女性は貴重な戦力です。「女性だから」という考えはありません。出産や子育てで退社してしまうことは会社にとって大きな損失です。2002年には本社敷地内に保育園の「ダイナックスこどもくらぶ」を開設し、仕事と育児の両立をサポートしています。保育園開設は、当時の社長の判断。当時、道内ではこのような取り組みはありませんでした。トップのポリシーは「人と同じことをやるな」でした。この考えの一端が保育園の開設・運営にも現れています。

苦労

女性技術者はまだ若い世代が中心で、これから結婚や出産、育児を経験する方が出てくると思います。こうした方たちに加え、新しく入ってくる方たちが、楽しく働き続けるためにはどのようなキャリアプランを示せば良いのか、処遇や教育などをしっかりと考え、実施しなければなりません。また、苫小牧市にも工場を持っていますが、ここには保育園はありません。一般の保育園は満員でなかなか入れず、千歳市と苫小牧市のバランスをどのようにとるかが課題です。

満足度

保育園だけではなく、法定を上回る短時間勤務制度、所定労働の制限、フレックスタイム制、夜間の交代制免除など、柔軟な勤務制度を導入し、利用されています。我々の仕事はものづくりです。ものづくりの技術は、一朝一夕には育ちません。長く働いてもらい、技術を磨き、次世代に伝えてこそ、世界水準の技術が継承されます。制度の充実と、それを利用しやすい職場環境、そしてハード面での保育園の存在があることで、能力のある女性の力を存分に発揮してもらっています。

これから

11月開催された ビジネスEXPOでは、今回はじめて「ものづくりなでしこ」ゾーンが設けられ、当社も出展しました。お話しした学生さんからは「ものづくりに対するイメージが変わった」という反応もありました。千歳市や苫小牧市の高校などに出前講座に行っていますが、生徒の方と実際に話すと、会社の取り組みをわかりやすく伝えることができて、その後会社を訪ねてきた生徒もいます。さまざまな取り組みや行事に参加して、人を大切にする当社をアピールし、優秀な人材を確保していきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

ものづくりは「男性」、というイメージがあるかもしれませんが、そうではありません。女性が持つ感性や積極性は、ものづくりの場で十分に発揮できます。当社も将来を託せる企業としてさまざまな取り組みを進めています。ぜひあなたも私たちと一緒に「ものづくり」しませんか。

取材年月日：2015年12月16日

道央
応援

石狩【札幌市】

合同会社のこたべ

2007年に平島美紀江さん（左写真前列中央）が市民団体「北海道子連れプロジェクト」を立ち上げ、同年、食育フリーペーパー「のこたべ」を創刊。その後、合同会社とNPO法人を設立する。現在は、コープさっぽろの広報誌「Cho-co-tto（ちょこっと）」の編集も手掛ける。

食の素晴らしさを次世代に繋ぎたい

きっかけ

旅行情報誌で営業職をしていましたが、出産を機に退社しました。でも「出産から育児を通じて得た自身の経験を生かしたい」と思い、フリーで、円山動物園での子育てサロンや、お母さんのための料理教室、主婦の再就職セミナーなど、さまざまな活動に取り組みました。2007年1月には、市民団体「北海道子育てプロジェクト」を設立しました。同年、食育をテーマにしたフリーペーパー「のこたべ」を創刊。その後、スポンサーだったコープさっぽろが発行する広報誌「Cho-co-tto」の編集も手掛けるようになりました。

苦労

3万部を発行する「のこたべ」は、フリーペーパーなので、掲載するスポンサー集めが大変でした。冊子のコンセプトは「地域で子育てをもっと楽しく」です。子育てがちょっと楽になったらいいなと思っています。スタッフは、全員子育て世代のお父さん、お母さんです。運動会や授業参観などの学校行事や家事を優先してもらい、それぞれ協力しながら取材・編集に当たっています。それでも、まだまだ世間は男性社会です。ワークライフバランスを確立させ、次は世の中を変えたいと思っています。

満足度

「のこたべ」創刊時は、取材から編集、営業まで1人でこなしてきました。事業拡大につれてスタッフは8人に増員。編集作業も充実してきました。、2015年8月には「とうちゃん のこたべ」を創刊。公園で遊ぶ、畑ドライブで遊ぶなどのコンテンツを設け、仕事も家庭も頑張るパパに贈るフリーマガジンとして好評を得ています。一方、コープさっぽろの広報誌「Cho-co-tto」は、旬の食材をテーマに、生産者のインタビューから地域の料理家が紹介する料理コーナー、くらしに役立つ生活情報などを掲載しています。

これから

「のこたべ」とは、残さず食べるという意味です。これは昔から言われてきた大切なこと。食育の意義と重要性を改めて感じてほしいとの願いを込めました。「Cho-co-tto」と併せて、読者の皆さんと一緒に日常生活が楽しくなるような紙面を創りあげていきたい。昨年からは、恵庭市内の農家に協力をいただき、札幌市内の高校と一緒に野菜の収穫から仕分け、箱詰め、店頭販売といった一連の作業を体験する新たな食育プロジェクトを立ち上げました。これからも食の素晴らしさを次世代に繋いでいきます。

北の★女性たちへのメッセージ

食に携わるすべての生産者のファンになってもらいたい、との思いで編集しています。食が豊かだと、幸せな気持ちになります。食がおいしいと、家族が笑顔になります。1人の子どもに対してたくさんの大人が関わっていけるような社会にしたいですね。

取材年月日：2016年3月3日（代表の平島さんからお話をお伺いしました）

道央
6

後志【神恵内村】

池本（いけもと）　美紀（みき）さん　民宿きのえ荘　女将

1977年生まれ、神恵内村出身。岩内高校卒業。銀行勤務を経て、結婚後、夫とともに民宿きのえ荘を開業。「きのえ」は祖母の名前が由来。二人の子どもの子育てをしながら、女将、神恵内村魅力創造研究会のメンバーとして活躍中。

子育てと女将を両立させながら神恵内の魅力を発信

きっかけ

3年ほど前に、友人6人で神恵内村魅力創造研究会を作りました。みんな、神恵内村が大好きで、これまでのように「村に何かをしてもらう」のではなく、「自分たちが何かをしよう」とスタートしました。とりあえず、無料で宣伝できるフェイスブックを利用し、当初は1か月100人の「いいね」、次に、村の人口の950人を目標にしてきましたが、今では1,500人を超えています。とにかく「神恵内」という名前を知ってもらうために、開設以来、毎日更新しています。

苦労

村のことを知ってもらいたい、もっと観光客に来てもらいたいと思っていますが、どんどん人口が減少していく中で、神恵内村だけ単独で何かをやるという時代ではないと思っています。後志地域には、ニセコ地区はじめ、山と海の素晴らしい観光資源があります。他の地域と連携し、「つながる」ことで、神恵内村を押し出していきたいと思っています。女将としては、小学生と2歳の娘の子育て真っ最中で、下の子どもをおんぶしながら厨房に立つこともありますが、これも一時の事と思い、頑張っています。

満足度

神恵内村のことを、たくさんの方に知ってもらいたいと活動していますが、埋もれつつある、郷土の文化伝承にも取り組んでいます。神恵内村は昔、陸の孤島と言われ船が主な交通手段でした。当時は、肉の入手が困難で貴重なタンパク源として、カレーライスにはサクラマスを入れて食べていましたが、今では、逆に珍しくなっています。そのサクラマスカレーの普及と、村独自の歌詞と振り付けのある「神恵内音頭」の伝承のため、盆踊りの復活にも取り組んでいます。盆踊りの復活は、子どもたちだけではなく村の高齢者の方々にも好評です。

これから

神恵内村には、港で揚がる海産物を買える場所がありません。観光客も、他の町で買ってきた食材、飲み物を神恵内村に持ち込んで宿泊するという現状です。今、村の資源や商品をもっと知って頂き購入してもらえる手段はないかと検討しています。民宿としては、2004年の台風18号で被災し、一時、この商売を続けるかどうかで悩みましたが、縁があり現在の場所に移転し、周囲の応援も受けながら現在に至ります。後志地域に来るたくさんの観光客の方に、少しでも神恵内村まで来て頂く受入れ態勢や仕組みが出来ないかと思っています。

北の☆女性たちへのメッセージ

大変な時は一時だけ。大変な時、辛い時が、永遠に続く訳ではありません。私は、周りの方々に助けられ、子育てと女将業を両立させていますが、辛い時期が過ぎれば、また、違う景色が見えてくる、そう思って笑顔を忘れず頑張っています。

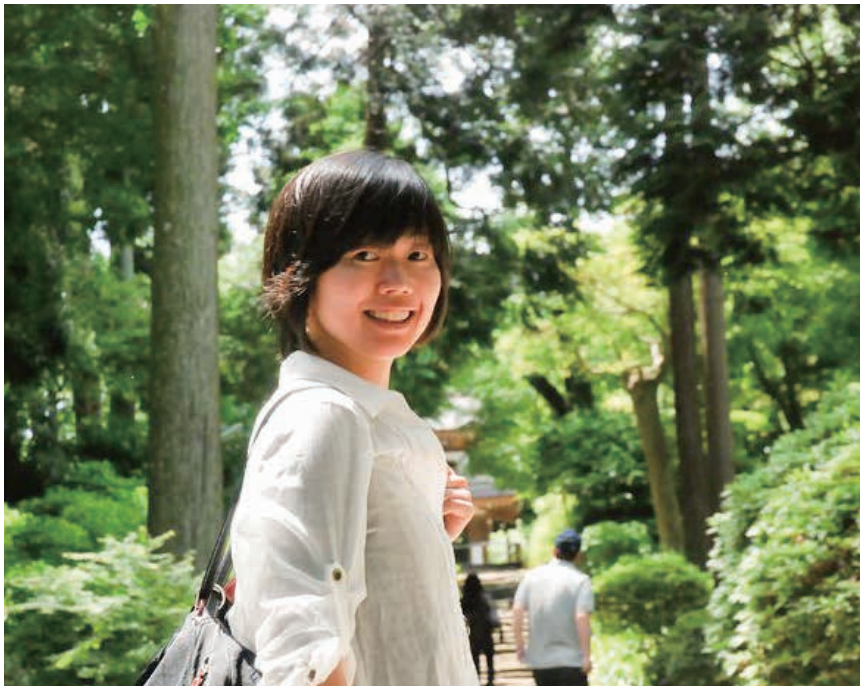
取材年月日：2016年2月17日

道央
7

後志【余市町】

坂本（さかもと）　純科（じゅんか）さん　NPO法人北海道エコビレッジ推進プロジェクト　理事長

1967年生まれ、東京都出身。北大農学部卒業後、札幌市役所に13年間勤務。退職後はNPO活動に従事。2006年に渡欧、約3年間滞在し各地のエコビレッジを探訪。帰国翌年に長沼町でエコビレッジライフ体験塾を開講。2012年にNPO法人化し、拠点を余市町に。札幌市在住。



余市を拠点に、理想の実現へ一歩ずつ

きっかけ

大学の寮生活と、社会に出てからのルームシェア体験が、共同生活をポジティブに考えるベースになっています。24歳の時に、長期入院する大けがを経験してからは、海外の障がい者施設へ車いすを届けるNPO活動に参加するようになりました。市役所では、公園の設計を担当していましたが、住民と関わる中で、縦割りの政策による社会課題の解決に限界を感じ、民間での活動を本業にしようと2004年に退職しました。エコビレッジはその頃から関心があって、実際の運営を知るためにヨーロッパへ行こうと思いました。

苦労

英国の大学院に籍を置いて、ヨーロッパ各地のエコビレッジを訪ねました。必要なものを自分たちで創りながら共同生活を営み、限られた資源をシェアし、福祉や子育てのサポート体制も整備されています。住民同士が助け合うコミュニティは、社会的に意義があることだと確信しました。帰国後に「まずは仲間づくりと情報発信」と考え、長沼町の体験塾を立ち上げました。多彩な人材が集まり、小規模ながら米や野菜づくり、小屋の建築体験など活動が充実していきましたが、次のステージに進むには、生活空間としての土地探しとお金が課題になりました。

満足度

幸い、友人の紹介で余市町の果樹園を好条件で借りることができ、2012年に6ヘクタールの土地での活動がスタートしました。2014年度には「余市エコカレッジ」を開講、研修棟として使う「学び舎」も完成しました。2015年度は、近隣の生産者とのチーム体制が築かれたことが大きな前進で、養鶏、養蜂、ワイン醸造など体験プログラムの幅が広がり、参加者の満足向上にもつながりました。研修事業では国内外の大学や団体のほか、中高校生の修学旅行も6校28人を受け入れ、農村環境での学びに対するニーズの高さをあらためて確認できました。

これから

私は、集まって住むことが北海道の地方再生のヒントになると考えています。当NPO法人の会員さんは都市部の方が多く、週末畑に通う方、夏の間来る方、作物を買って応援してくれる方など、関わり方はそれぞれです。多様な参加の機会を大事にして、つながりを広げていきたいと思っています。2016年3月には、宿泊棟となる「シェアハウス」が完成し、滞在型の研修や移住定住促進に向けた環境整備も進んでいます。一方で、畑の管理や事務局などの基本的な部分がまだ弱く、プロジェクトを担ってくれるスタッフを増やしていくことが直近の課題です。

北の★女性たちへのメッセージ

北海道は新しいことを受け入れやすい土地。私が外国から帰ってきて、両親や友人がいる本州ではなく北海道を選んだのはそれが理由です。新しいものをゼロから創れる場所。特に「小さく始める」みたいなことに女性は強いと思うので、楽しみがたくさんある土地だと思います。

取材年月日：2016年2月23日

道央 8

後志【ニセコ町】

じゅうごばあ　～ニセコ食品加工研究サークル～

ニセコ町の社会講座で地元食材の加工勉強を行ったのが始まり。2008年には洞爺湖サミットに協力出店。10年に地産地消と地域活性化の功績で町、道、国土交通大臣から相次いで表彰を受ける。現在の会員は、30代から80代までの20人。

地元産品を使った「お母さんの料理」を伝承

きっかけ

15年ほど前にニセコ高校の女の子たちと、ニセコ町でペンションを経営していた西野洋子さんのところへ“じゃがいもの食べ方”のお勉強に行ったのが最初。西野さんとは、農村文化・食文化振興の講演も聞きに行き「ニセコでもしたいね」と共鳴し、研究を始めました。町民センターを利用したかったため、2002年に食品加工研究サークルとして町の文化協会に入りました。最初の作品は、規格外で捨てられているトマトを使ったトマトスープやジャムでした。

苦労

7年ほど前、いもだんご汁を作り始めた頃、東京都のレストラン経営者から「ニョッキをやってみないか」と言われて、8か月の間、注文を受けて送ったことがあります。ニョッキはイタリア料理の一種でジャガイモと小麦粉を混ぜて作る団子のこと。大量の発注に応えるためにがんばりましたが、この作業に時間を取られ、まるで「女工さん」状態。それぞれ家事の負担もあるので、家内工業では限界があると判断して、ニョッキの生産を断念したことがありました。

満足度

2004年に、ニセコ町の家庭料理を持ち寄って、町民に呼び掛けて「食の展覧会」を開きました。予想を上回る120品が集まって、その時のメニューを本にまとめました。そうしたこともあって「この会、面白そうだ、料理を覚えられそうだ」と会員が増えました。「じゅうごばあ」は、2007年にホテル甘露の森とのコラボで2か月間昼食を出店した時にメンバーが付けた名前。当時はメンバーが15人いて、加工研だと固いイメージがあるので、この名称になりました。「ばあ」という響きには少し抵抗がありましたけども（笑）。

これから

ニセコ町内で始まったことだから、町の方々に愛され、地域に密着しているということが大事だと思います。私たちが覚えていることを「教えて」と言われたら喜んで伝えてあげます。教えた方からは「とても美味しい」「また作りたいな」と言ってもらえるので、こちらも張り切ってしまいます。今は幼児センターのお母さんたちに魚のさばき方を習いたいと頼まれています。若い方にも「じゅうごばあ」に入ってもらって、地元のおいしい「お母さんの料理」を伝えていってほしいですね。

北の☆女性たちへのメッセージ

今は子育てしながら働く時代。私たちは「来られない人は来なくていいの、来られる人で集まるから」というグループ。互いに交流を深めて地元の料理を作れる方を増やし、この活動を受け継いでほしいと思っています。

取材年月日：2015年11月26日

道央
9

後志【寿都町】

中川（なかがわ）　久理子（くりこ）さん　寿都町立寿都診療所　医師

1976年生まれ、苫小牧市出身。北大医学部卒業後、室蘭市にある日鋼記念病院の家庭医療研修を受け、2005年に町立寿都診療所へ。現在、9歳の長男、6歳の次男、4歳の長女、0歳の三男の4児の母で現在育児休業中。４月から外来担当として復職予定。

患者の気持ちに寄り添う医療を

きっかけ

母が看護師で、子どもの頃から勤め先の病院に出入りするなど医療が身近にありました。医師を目指したのは高校生の時で、幼い頃に読んだマザー・テレサの生き方に共感し、人に役立つ仕事がしたいとの想いからです。大学卒業後、家庭医療研修を受ける一方、医師である夫が、2005年に道から町に移管された寿都診療所の所長として勤務することがきっかけで、同じ診療所で勤務するため寿都町に移り住みました。その後、４人の子どもに恵まれ、現在は育休中ですが、この４月から職場に復帰する予定です。

苦労

研修医の頃は、朝から晩まで病院にいる環境が普通と思っていました。しかし、2007年に長男を出産し育休を終えた後、研修が１年間残っていて、フルタイム勤務でした。この時は当時１歳の息子に朝寂しそうに見送られ、夜会えないこともしばしば。申し訳ない気持ちがいつもあり、つらい時期でした。研修終了後はパートタイム勤務が可能となり、家族とのだんらんや家事の時間もとれて、仕事と家庭のバランスが取れるようになりました。今があるのは、何でも相談できる夫や母、義父母の協力、そして周囲の理解があったからです。本当に感謝しています。

満足度

患者さんの中には、生活困難者や独居の高齢者など病気の背景に色々な問題を抱えていることも多く、治療だけでは解決できないこともあります。家庭医療では、看護師をはじめ介護・福祉に携わる多くの方々と共に、チームで状況改善に取り組みます。疾患治療だけでなく、住み慣れた地域で長く元気に生活するお手伝いができ、それを見届けることは大きな喜びです。また、地域の医師は、不調を訴える患者さんをまず初めに診断します。判断の難しい症状に遭遇することもあり、正確な診断には常に勉強が必要ですが、それが楽しさでもありますね。

これから

患者の気持ちに寄り添うことができると考え、家庭医療の道を選びました。今、子どもが小さい間は現状維持を目標に目の前のことをコツコツこなし、手から離れたら家庭医療の研究なども学び医師としてレベルアップしたいですね。また、女医が出産・育児を機に離職しなくても済むように、医師にとって働きやすい環境を整えていくお手伝いができたらと思います。育児と仕事の両立に関する講演会の依頼もあり、社会のお役にたてることは受けていきたいです。

北の★女性たちへのメッセージ

女性は仕事に加え、家事や出産、子育てなどを求められますが、それをこなした先に多くの喜びがあります。特に子どもが与えてくれる喜びは、とても大きいものです。働くお母さん、まずは目の前のことをひとつでもこなし、自分を褒めてあげてください。その積み重ねが大きな力になると信じて頑張りましょう！

取材年月日：2016年2月3日

道央
10

後志【倶知安町】

日野（ひの）　雅美（まさみ）さん　立ち飲みBar Kaveri（カベリ）　オーナー

1974年生まれ、福岡県北九州市出身。兵庫県神戸市で専門学校に通い、スノーボードのインストラクター資格を取得。新得町のサホロリゾートスキー場でインストラクターを始め、十勝で農業と出会う。2014年12月に、友人の平さんと倶知安町で立ち飲みBar「Kaveri」を開店。農水省の農業女子プロジェクトのメンバーとしても活躍中。

オーナーの日野さん（中央）とスタッフの平満純さん（右）、中西純子さん（左）

農業女子仲間で起業、自分で作った野菜を届けたい

きっかけ

40歳までに「何かを残したい」と考えていました。十勝でスノーボードのインストラクターをしていましたが、「山を替えよう」と考えていた時期に、神戸市の友人から「立ち飲み屋をやってみないか」と言われ、ニセコ町への移住と起業を考え始めました。最終的に背中を押したのは、小惑星探査機「はやぶさ」でした。開店には多くの障害があり、開店の延期を考えたこともありました。開店前の2014年12月、はやぶさ2の打ち上げを現地で見ましたが、その姿に大感動。数々の障害を克服したはやぶさと私たちの姿が重なり「見切り発車でもやろう」と決心しました。

苦労

開店にこぎつけるまで一番苦労したのは、資金繰りでした。融資を受けるために金融機関に打診しましたが、最初はやはり断られ、それから様々な助成金を調べ、再度、金融機関に飛び込み、やっと開業資金のメドをつけました。私たちは、農場で働きながら店を開いていますが、夏は農場の繁忙期で早朝から畑に出て、店の営業を終えると、睡眠時間が3、4時間という日が続きます。それでも、自分たちの作っている野菜を食べてもらえること、自分たちがやりたかったことを実現できていることで、充実感の方が大きいです。

満足度

開店から1年を過ぎましたが、予想以上の反響に驚いています。地元の方、仕事で来ている方、ニセコ地区の外国人など町内外の様々な方々の「出会い」の場となっています。知らない方同士が楽しそうに談笑する姿は、私たちが実現したかったことで、とても満足しています。農業女子プロジェクトにも参加していて、昨年、企業の刈払機やトラクターの開発に協力しました。こうした取り組みを倶知安農業高校で話す機会がありましたが、生徒たちの農業へのイメージが変わったようで、昔とは違う農業の姿を伝えられて良かったと思っています。

これから

「2号店、3号店を出さないの？」と聞かれることがありますが、そうすると私たちではなくなる気がして、次の出店は考えていません。店で出す食材は、地産地消で自分の勤める農場や知り合いから仕入れていますが、将来的には、小さくてもいいから自分たちの畑を持って、店で出す野菜を作れたらいいなと思います。大きな夢は、宇宙食として宇宙に持っていってもらえる野菜を作り、JAXA（宇宙航空研究開発機構）に納入することです。私たちに勇気をくれた、はやぶさへの恩返しとして、実現できたらいいな。

北の★女性たちへのメッセージ

私たちの座右の銘は、「ゆっくりでも止まらなければ結構進む」です。私たちが大好きなはやぶさの開発に携わった教授の言葉ですが、開店するまで、開店してからもこの言葉に励まされ頑張っています。これからも、ゆっくりでもいいから、止まらずに一歩ずつ進もうと思っています。

取材年月日：2016年2月24日

道央
11

胆振【室蘭市】

片石（かたいし）　温美（あつみ）さん　ＮＰＯ法人マリンネットワーク　理事長

1966年生まれ、旭川市出身。北大工学部土木工学科卒業後、大手コンサルタント会社に入社。。2001年に退社し、有限会社マリンプランニングを立ち上げる。2007年に北大大学院水産科学研究院特任准教授、2012年から室工大地域共同研究開発センター准教授。博士（工学）、技術士。2015年6月に結婚し、名字が「古屋」から「片石」に。

人をつなぎ、漁師のまちをいきいきと

きっかけ

漁業は北海道の代表的な基幹産業ですが、漁師の方たちの多くは流通や販売にあまり関心を持っていません。漁村がもっと活気を持つためには、漁業の課題や魅力、将来の方向などを整理分析し、生産者と消費者を近づける工夫が必要です。都市と漁村の交流や食育活動、情報や技術の提供などを行い、生産者と消費者をつなげる活動をしたい、そんな思いでマリンネットワークを2012年9月に設立しました。多くの方に助けられながら活動を続けていますが、漁村と漁業のイノベーションを少しでも進めることができれば、と考えています。

苦労

現在、個人会員は100人以上、法人会員も30団体ほどいます。代表として自分が中心となって動くことは当たり前なのですが、組織の運営を考え、全体をマネジメントする方がもう少しいてくれたら、と思うときがあります。一人ですべてができるわけではありません。多くの方に手伝ってもらって今があります。発足から4年目を迎え、漁村を抱える地域の人口減少が進む現状を考えると、漁村の活性化は重要な課題です。活動が広がる中、しっかりとした体制をどのように作っていくかが課題かな、と考えています。

満足度

全道各地で意見交換会や勉強会を開催しています。若い漁師さんからは「こうしていきたい」という積極的な意見も出るなど、手応えを感じます。私たちの役割は、そうした声や思いをより効果的に行政に伝えたり、知識や技術をアドバイスすること。北海道開発局水産課が2008年に立ち上げた「マリンビジョン女性交流会議」では、各地域からの「浜の母さん」ならではの料理レシピを紹介するなど、地域色を前面に出したレシピ集になりました。活動を通じて多くの方、特に魅力的で輝く女性たちに出会えたのは大きな財産です。

これから

漁業が活性化するためには、各地の取り組みが経済活動につながることが重要です。主役は漁村であり、漁師の方たちの熱意が欠かせません。そうした熱意を効果的に発揮するお手伝いを、これからも続けていきます。浜の女性は、開放的でコミュニケーション力があります。そうした女性たちが漁業活性化のキーマンになると思います。彼女たちがもっと外に出て活動し、取り組みが広く知られるように、できる限り支え、つなげていきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

好奇心が旺盛で行動的な性格ですが、仲間からの支援や先輩からのアドバイスを受けることができて本当に助かりました。一人ですべてができるわけではありません。「自分がやる」とがんばり過ぎないで、周りの方が「手を差し伸べたい」と思ってくれるような雰囲気作りも必要だと思いますよ。

取材年月日：2016年2月22日

道央
12

胆振【壮瞥町】

川南（かわみなみ）　恵美子（えみこ）さん　洞爺湖有珠火山マイスター

1961年生まれ、深川市出身。大学で知り合った夫と1985年に結婚し、「湖畔の宿　洞爺かわなみ」の女将に。2000年の自身の誕生日に有珠山が噴火。2009年、女性第1号の洞爺湖有珠火山マイスターとなる。現在、女性マイスターは8人。

火山との共生、地域防災を地域とともに全国に発信

きっかけ

北海道大学の岡田弘名誉教授がうちの温泉によく来られていて、ある時「今度、火山マイスター制度というのを始めるよ」とおっしゃいました。「私みたいな普通の人でもなれるんですか」と聞くと「いやいや、むしろ普通の人になってほしいんだよ」と。それ以前に、2000年の噴火で避難生活をした後に、久しぶりの温泉に入って「温泉って火山だな…もっと知らないといけないな」と考えたことがあり、先生の話に「これはなってみよう！」と決め、2009年の試験を受け合格しました。

苦労

講演する機会が増えてパワーポイントを使うのですが、家族に教わりながら四苦八苦して作っています。2015年9月には「全部英語で発表して下さい」という大会（第4回アジア太平洋ジオパークネットワーク山陰海岸シンポジウム）にも泣きながら参加してきました（笑）。マイスターになった最初の時に「先生方が私たちの地域にしてくれたことに比べれば小さなことしかできない。何でもやります、どこでも行きます」と自分で自分に誓いを立てました。自分の枠をギューっと拡げて応えていかないと、と思っています。

満足度

マイスターになってからは、噴火口の視察はワクワクしますし、それが高じて、北海道大学の宇井忠英名誉教授らとアメリカやハワイの火山を見に行ったりもしました。日々勉強する中で、防災の課題に気付いたりするなど、以前の自分と比べ大きく変化しました。昨年に御嶽山の噴火があったことで、NHKの日曜討論に出演したり、箱根では講演もしてきました。地元の小学生の自然学習や修学旅行生への火山ガイドなども増え、皆さんのお役に立たせていただいているということが喜びです。

これから

どの地域でも、さまざまな防災上の悩みがあると思います。それが火山であってもなくても、マイスターの良いところをぜひ真似してほしい。「どんなところを真似したらいいの？」ということであれば、私たちは40人いますので、どんどん訪問してお話をしたい。私たちをもっと使ってほしいと思っています。そして何よりも、もしこの地域でまた噴火が始まりそうになった時に、地域の方々と一緒に2000年の時のように犠牲者ゼロを成し遂げることができたら、というのが一番の望みです。

北の★女性たちへのメッセージ

北海道の女性って、すごくバイタリティーのある方たちが多い。火山マイスターは火山との付き合い方を考えようという先駆けですが、いろいろな分野の先駆けとなるような女性たちが、この北の大地から生まれてくれるといいなあと思っています。山ガールが流行りましたが、ぜひ火山ガールにもカモン！

取材年月日：2015年11月23日

道央
13

胆振【白老町】

中谷（なかや）　通恵（みちえ）さん　NPO法人お助けネット　代表

1960年生まれ、函館市出身。教員として8年間勤務。退職後は2004年に「NPO法人お助けネット」を設立。親子で自由に遊べる環境を提供しながらママ友の輪を広げる。道内各地での講演や執筆活動に励む傍ら、道の教育関連の公職などにも就く。

合言葉は「ともに育ち合える喜びにありがとう」

きっかけ

20代の頃は、小学校の教員をしていました。同じ教員の夫と結婚。やりがいのある教職をもっと続けたかったのですが、育児休暇中に夫の転勤が決まり退職しました。1990年に白老町へ転居して専業主婦になりましたが、見知らぬ地域での子育てに大きな不安がありました。当時はまだ「子育て支援」という概念がなく、赤ちゃん連れのお母さんが集まるような場がなかったのです。それなら自分でママ友の輪を作ろうと考え、まずは手づくりで子育て通信を発行し、活動を始めました。

苦労

子育ての悩みは、当事者しかわからないものです。その悩みを共感してくれる方がいないと解決せず、前には進めません。相談するのは、近所のママ友であったり、子育ての先輩だったりしますが、なかなか声を掛けづらい状況にあります。当初、私たちの活動がなかなか理解してもらえず苦慮しました。若い女性が子育てで孤立しないよう、地域をあげて育児を支援していくことが重要と説きました。それには行政との連携が不可欠と考え、教育委員会などの会合にも積極的に参加し、実情を訴えました。

満足度

最初は自宅で子育て通信の編集をしていて、多くのママ友が手伝ってくれました。その中で「子育てと家事に奮闘するお母さんは身近にたくさんいる」という実情を知り、共感を覚え、そこに団結力が芽生え、大きな力へと変わっていきました。現在、常設フリースペースとなる子育てふれあいセンターには、0～3歳くらいまでの子どもと保護者が数多く集まり、笑顔が絶えない空間ができています。運営には、子育てを終えられた60代の女性もボランティアで協力してくれ、心強く感じています。

これから

少子高齢化社会が進み、高齢者が子どもたちの面倒を見る機会が増えています。夫婦共働きが定着するにつれ、女性が出産後に会社へ復帰し、管理職に就くケースも拡大することでしょう。だからこそ子育て支援のカリキュラムを充実させたい。子どもに「生まれてきてくれてありがとう」、親子が「ともに育ち合える喜びにありがとう」と思ってもらえるよう願いを込めて、この2つを“お助けネットの合言葉”とし、自然体で活動を続けていきます。

北の☆女性たちへのメッセージ

子育てに悩む母親の気持ちを共有したい、との思いで、皆さんに支えてもらいながら活動しています。今はさまざまな形で情報交換ができますが、実際に会うことで悩みを解決できることが多いのです。今後も子育てをしている母親の代弁者になりたいですね。

取材年月日：2015年11月18日

道央
14

胆振【洞爺湖町】

村上（むらかみ）　さゆみさん　有限会社佐々木ファーム　取締役専務

1972年生まれ、洞爺湖町出身。佐々木農園に生まれる。大学卒業後、大手家具メーカーに就職。結婚後、夫・貴仁さんの希望で佐々木農園の後継者として1997年から就農。1999年に有限会社佐々木ファームを設立。早逝した長男のほかに長女、二男、三男の母。

大地の生命力で育てる、無農薬・無肥料の「ありがとう農法」

きっかけ

2005年に4歳の長男を突然死で亡くし、命について考えたのがきっかけでした。その頃、私たち家族は農業を諦めて出ていくことを決めていて、引っ越しは1週間後という夜、息子の心臓が止まりました。名前は大地といい、よく「ボクが家族を守るから大丈夫！」などと話していました。絶望しました。でも「大地は亡くなったけど、ここの大地になったんじゃないか」と思えて、もう一度この土地で、命を育む農業を目指そうと決心しました。ありがとう農法という名称は「消費する食から感謝の食へ」を表しています。

苦労

夫が経営移譲を受けた2010年から、草や微生物と共存する、命を奪わない農法の実行に移りました。農地の面積は14ヘクタールあるのですが、3年目を迎えた時、この農法にしっかりと取り組むために、半分の畑を休ませ7ヘクタールでやることを決めました。そのために収入が3分の1になってしまい、本当に苦しい時でした。保険を解約し、生活もぎりぎりまで切り詰めました。クラウドファンディング（インターネットで多数の支援者から寄付等を受ける仕組み）に応募したのもこの時です。そこで目標額以上の、本当にたくさんのご支援をいただいたことで、次の年も農業を続けることができました。心から感謝しています。

満足度

2013年から全面積を自然栽培に移行し、2015年にやっと黒字化しました。栽培品目も年々増えて100種類を超えました。お客様はレストランなどとの直接取引で、その方々がクチコミで紹介してくださり、今は120社以上になっています。この6年間、志を同じくして支えてくれたスタッフたちは、最盛期で15人ほど。20代から40代で女性が圧倒的に多いです。お客様が私たちに求めていることも「そのビジョンを達成しなさい」ということ。お客様とスタッフに本当に恵まれていると感じています。

これから

非営利の社団法人を設立しようと準備を進めています。法人名は「大地が教えてくれたこと」。一農家の利益ではなく、農業界全体に貢献できるような団体をつくり、運営していきたいと考えています。農業がなぜ存在するか、それは国民の食を、命を守っていくため。永続可能型地球サイクルの食部門を担うのが農業だと思います。しかし「そのために何をするか」を話し合う場が農業界にはありません。100年後にも残していける農業のスタイルを、農業者の方々と共に考え、行動していきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

人には皆、その人だからこそ存在する意味があると私は思います。あなただけにしかできないことがあるから、今、あなたが存在する。一人でも多くの方にそれを見つけてほしい。「自分の命を輝かせて、得意なことで人の役に立つ」ことは、女性だからこそできると思います。

取材年月日：2016年1月13日

道央
15

胆振【むかわ町】

本川（もとかわ）　哲代（あきよ）さん　むかわ町有害鳥獣駆除委嘱ハンター

1973年生まれ、札幌市出身。高校卒業後、スーパーに就職し総菜コーナーを担当。調理師免許、製菓衛生師の資格を取得。その後、札幌市主催の市民農業講座「さっぽろ農学校」の9期生に。農業への転身が決まりかけていた2011年に猟銃免許を取得、38歳からハンターの道へ。

シカ肉料理(ジビエ) の普及へ“むかわジビエ”を開設

きっかけ

2010年頃に「ハンターの高齢化が進み、なり手が少ない。動物を殺すことなので最近の人たちはやりたがらない」とニュースで知りました。私は小学6年生の時に、飼い犬のリキを保健所に連れて行った経験があります。両親に強く反対したのですが家庭の事情で。自分がリキの命を奪ったという思いがずっと心にあり、ニュースを見た時に「私の手は一度汚れている。他の人が避けたいことならば私がしよう。動物が好きだから、命と向き合っていきたい」と思ったのが、ハンターになったきっかけでした。

苦労

すすきの生まれで鳥の名前も知らなかったのですが、何とか試験と審査に通り、札幌市内の猟友会へ。そこで、いまの親方（師匠）を紹介してもらいました。むかわ町の山に入っているうちに「ここで腰を落ち着けてやってみろ」と言われ、2012年にむかわ町に移住しました。有害鳥獣駆除隊員としてほぼ1年中、山に入っています。苦労は、シカを運ぶのにも女性なので力が無い。射撃では何をやってもダメな日が続くこともあります。そういう時は射場で打ち込むか、逆に狩猟とは関係無い別のことをして気分を変えます。

満足度

ハンター仲間は7人。先輩たちはみんな年上です。意見がぶつかることもありますが信頼し合える仲間です。昨年から、食肉処理場を自分でつくろうと取り組んできたのですが、町の補助が受けられることも決まり近く開業します。建物は、以前ハム工場だった物件をのぞいていたら持ち主の方が声を掛けてくれて、とんとん拍子に借りることができました。保健所の手続きや改装工事も人のつながりに助けられてスムーズに進みました。困ったときも助けてくれる方がいます。今はこの波に乗らなくては！という感じです。

これから

シカ肉は、犬や猫のペットフード用としても販売しています（店名：しっぽたちのごはん家さん）。よく食べて、毛ヅヤが良くなると好評です。農林業被害を抑えるためにエゾシカの有害駆除はしなくてはいけない。だから有効利用として肉をおいしくいただく。食べることで、山の命の循環に加わっていると考えます。“ジビエ”料理を扱うレストランも増えています。エゾシカ肉を使う料理教室や、講演の機会などもいただいていますので、家庭でおいしく食べてもらうための活動を続けていきたいと思っています。

北の☆女性たちへのメッセージ

人生一度きり。やりたいこと、やりましょうよ！　今、子ども達に伝えたいこと、次の人達に残したいことの種まきをしませんか？その想いは必ず誰かが育て花となり、種子を残し受け継がれるものになると思います。貴女の「残したいもの」はなんですか？

取材年月日：2016年2月13日

道央
16

胆振【苫小牧市】

山口　加津子さん　苫小牧漁業協同組合女性部　部長

1950年生まれ、苫小牧市出身。4代続く漁師の娘として浜で育つ。20歳の時に結婚し、2年後、運送業を経営していた夫が漁師に転業。現在に至る。2016月1月の第61回全道青年・女性漁業者交流大会で、女性部の苫小牧産ほっきの消費拡大活動が北海道漁連会長賞を受賞。同年3月1日からの全国大会に臨む。

浜の母さんが苫小牧のほっきを全国ブランドに

きっかけ

女性部の部長になって7年経ちます。この浜で生まれ育ち、ここで捕れる魚と貝が大好き。なかでもほっきは誰が食べても美味しいと自信を持っています。最近は手軽で安い食品が多いですが、食の安全や食文化を考えると、新鮮で美味しい食材をもっと多くの方に食べてほしい、そんな思いで、女性部が中心になってさまざまなイベントに出向き、苫小牧市のほっきをＰＲしてきました。苫小牧市は駅周辺の商店街がさびれ、まち全体が活気を失いつつあります。そんな時だからこそ「浜」が元気を出し、まちを盛り上げていきたいですね。

苦労

女性部は現在28人。20代から60代まで幅広い年齢構成です。全道の女性部を見ても、若い世代が多い方だと思います。活動を全道、全国で展開しているので、かなり忙しいです。何かをやるときには、必ず会合を開いて、みんなで意見を出し合うようにしますが、場合によってはなかなか意見が出ないときもあります。私はあまり気にせずどんどんいこう、というタイプですが、仲間たちがそれぞれの個性や特技を活かして、部の運営に協力してくれるので本当に助かります。ここまで活動ができるのも仲間の協力があってこそです。

満足度

私は「おせっかいなおばさん」でいたい、と思っています。漁協の漁師に「嫁さん、女性部につれておいで」といつも誘っているせいか、結婚して子どももいるのに「俺、かみさんいないから」と逃げる方もいますけどね。でも、何事も参加し、取り組んでみて面白さも楽しさも分かると思います。ほっきもそう。広島県でのイベントの時、ほっきを食べたことのない方たちばかりでしたが、目の前で焼いて「絶対に美味しいから」と勧めると、食べた方が「いやー、美味しかった」とリピーターになってくれました。自信を持って取り組めば結果は出る、と信じています。

これから

今、計画しているのは、女性部で店を持とうということ。夢ではありません、必ず実現させます。これまでも、仲間とともに新メニューの開発や学校での食育活動に取り組んできましたが、店を持つことで、活動の幅が広がります。また、年をとって船を下りた漁師の方の働く場としても活用できます。新幹線が開業することで、北海道に大勢の観光客が来ることになります。各地で観光客を呼び込むための競争が盛んになると思いますが、苫小牧市も遅れてはなりません。特に北斗市の「ずーしーほっきー」には負けたくない！と思っています。

北の★女性たちへのメッセージ

昔と違って今は「おせっかいな人」が少なくなりました。物騒な世の中ですから、子育ては大変でしょう。でも、一人で悩んでも解決できないことがあります。周りには、私のようなおせっかいなおばさんが必ずいると思います。そんな人に誘われたときは、尻込みしないで参加してみて。出会いは必ず実を結ぶから。

取材年月日：2016年2月20日

道央 応援

胆振【室蘭市】

新日鐵住金株式会社 棒線事業部室蘭製鐵所

1909年、日本の近代化推進の象徴として、室蘭市仲町に創業。主力製品は特殊鋼棒鋼・線材などで、エンジンや駆動系などのいわゆる重要保安部品に多く使用される。約42ヘクタールの敷地内では、関連企業も含めて約4,000人が働く。

ものづくりの喜び、醍醐味がここに

きっかけ

2011年ごろから技術職での女性採用を本格化しています。製鉄所での作業は、自動化が進んでいるとは言っても、高温物・重量物を取り扱うということもあり、「男性中心」のイメージが強い職場であると思います。しかし、社会的に少子高齢化が進展する中で、製鉄所としての技術水準を維持･向上させていくためには、男性・女性の区別なく優秀な人材を採用・育成する必要がある、と考えたことがきっかけです。

満足度

製鉄所の仕事をしっかりと理解した上で入社してほしいとの想いから、鉄鋼業の仕事・業務内容を理解してもらうようなフォーラムの開催や、採用前の現場見学会などを積極的に開催しました。実施するまでは、女性の視点で製鉄所の仕事がどう映るのか不安もありましたが、参加者からは「この仕事をぜひやってみたい」という声もあり大きな反響でした。女性技術者の採用はまだ5年目ですが、現在活躍している女性技術者はとても熱心で、先輩技術者からの評価も高いです。

苦労

彼女たちが今後結婚、出産、育児などに直面し、仕事を継続したいと考えた場合、どのようにフォローしていくのかが課題ですね。製鉄所は３交替勤務が基本で、深夜勤務もあります。これまで、寮のリニューアルや女性トイレ設置等のインフラ整備等を進めてきましたが、今後は子育て期間中の支援策として、託児所の確保等といった仕組みの整備が必要だと感じています。男女問わず、優秀な技術者に長く活躍してもらえる基盤の整備を一層推進していきたいと考えています。

これから

2015年３月に開催したフォーラムでは、初めて「なでしこブース」を設けました。先輩の女性技術者が仕事の内容や生活面などを説明しましたが、同じ女性という安心感もあってか、女子高校生が多数集まり手応えを感じています。今後も男女問わず多くの方に興味を持って頂けるように、道の「ものづくりなでしこ応援プロジェクト」への参加や、「鉄の仕事フォーラム」の開催などの取り組みを通じて、積極的に当社の魅力をアピールしていきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

鉄は私たちが目にするもの、手にするもののほとんどに利用され、構造物・自動車・産業品・生活資材に深く浸透しています。古くは文明を支え、今日では社会・暮らしの根幹であり、人類に必要不可欠な素材です。その鉄をつくるのは人の「チカラ」です。あなたも「鉄女（テツジョ）」を目指しませんか！

取材年月日：2015年12月2日

道央
17

日高【様似町】

高村（たかむら）　洋子（ようこ）さん　日高女性軽種馬ネットワーク（馬女（まじょ）ネット）　前会長

1951年生まれ、旧・静内町（現・新ひだか町）出身。高校卒業後、日高信用金庫に就職。24歳で同じ歳の伸一さんと結婚し、高村牧場へ。馬女ネットの基になった「名牝クラブ」を49歳の時に立ち上げる。牧場の生産馬は、JRA重賞を4勝したガルボなど活躍馬多数。

軽種馬産業の復興へ、女性もどんどん前へ

きっかけ

1999年に、日高東部地区の牧場の女性で「名牝クラブ」というのを作りました。「女は黙って作業だけしていれば」という時代ではない、牧場の妻たちも馬というものに対する知識と技術を学ばなければ牧場経営は成り立っていかないと思ったんですね。発足後、他の地域で同じような考えを持つ方から「日高全域でもやってほしい」という声があがって、10年後の2009年に馬女（まじょ）ネットを立ち上げました。軽種馬産業の女性参画社会を目指して、ファーストペンギン（リスクを恐れず飛び込む開拓者）としてのスタートです。

苦労

苦労はすごくありました。当初から親睦ではなく学習団体という位置付け。「女が前に出ると牧場の衰退になる」とか、先輩女性から「名牝クラブに入るのならお宅の牧場のことはもう面倒をみない」とか。そのために入会できなかった方もいました。自分の行く道は間違っていないと思っていても、当時は結果が出ていないからどう言われても仕方がなかった。一方で、軽種馬産業界の指導的立場にいる男性の方々が非常に応援してくれました。支えてくれる方々がいて、迷わずに進むことができました。

満足度

馬女ネット会員は現在約30人。20代の入会もあり、今は私が最高齢。馬の躰（からだ）の仕組み、日々の飼養管理、繁殖牝馬管理、生まれた仔馬にどう関わるか、セリ市場に向けての馴致（じゅんち）、また経理の勉強もします。牧場視察では、大手牧場のやり方を余すことなくみんな質問します。近年、若い方々の意識も育ち、高度な勉強も要求されるようになりました。もうみんなが一緒に前を向いている。会長を6年務めたので、昨年、バトンを酒井和子さんに引き継ぎました。

これから

イギリスやフランス、アメリカではゼネラルマネージャーのほとんどは女性が担っています。女性が自信を持って馬と接し、育てた馬を他国から来た方々にアピールしている。私は40歳からサラブレッドに乗り、調教もしました。経営経理の担当もしています。今では女性騎乗員も増え、経理の勉強会では開くたびに参加者が増えています。馬女ネットが今後も女性参画の“ステップ・アップ・アカデミー”として、長く存在することが私の望みです。

北の★女性たちへのメッセージ

ためらわずに自分の一歩を踏み出しましょう！女性にとって今は社会が追い風になっているのでチャンスです。夢に対して否定形で始まる大人の意見が多いですが、私は「気持ちがあるなら顔を上げて自ら動く！」、そう言ってあげられるファーストペンギンだと思っています。

取材年月日:2016年1月12日

道央
18

日高【浦河町】

八十川（やそかわ）　真里子（まりこ）さん　医療法人社団同行会　理事長（児童精神科医・精神科医）

1977年生まれ、福岡県福岡市出身。静岡県の浜松医科大卒業後、同県浜松市内の病院で精神科医として勤務し、「寒がりですが、30年間雪かきする覚悟で」浦河町移住を決意。2015年10月、うらかわエマオ診療所を開業。長女7歳、長男3歳の2児の母。

共に助けあい生きていく一員として

きっかけ

精神障がいを抱えた方々の活動拠点「べてるの家」を知って、浦河町に興味を持ちました。当時勤務する静岡県浜松市の精神病院では、50年間入院したままという方も大勢いました。でも、浦河町では病気が治っていないのに、町の中で生活しているらしいと。2004年に1週間、べてるの家を見学して「これだ」と思いました。内科医の夫が浦河赤十字病院での勤務が決まり、ようやく2011年に移住。私は2人目を出産し、その子が1歳になってから、べてるの家の非常勤職員になりました。その後、1年弱ほど浜松市に戻り児童精神科について勉強し、開業の準備を進めました。

苦労

児童精神科を開業するなら、大学の先輩もいる浜松市でと思っていました。でも、浦河町の教会学校で校長をして、家庭環境で苦労している子やハンディキャップを持った子たちと触れ合う中で、この子たちとの関係が大事になり、もっと本格的に取り組みたいと思うようになりました。診療所に先立ち2015年5月に開設した放課後等デイサービスの「からし種」は送迎の範囲が広く、その費用が持ち出しになっています。ケースワーカー（精神保健福祉士）など有資格者の採用で、都会から浦河町に来てもらうのも一苦労です。

満足度

日本の精神医療は入院偏重、薬物偏重と言われています。べてるの家では、当事者たちが自分の生き方を決め、医師や看護師などの有資格者は介入しすぎず、応援する形です。医者も患者も一緒に生きていく仲間として、地域に受け入れられていることを実感しています。なぜ浦河町でうまくいっているのか十分解明できていなくて、他の地域に“輸出”できていません。今も研究しているところです。生活面では食べ物が全ておいしく、豊かな自然の恵みの中で、のびのびと子育てできることに満足しています。

これから

札幌市の児童精神科は初診まで平均6か月待ちなので、江別市の方からも予約をいただいています。医師としてより多くの子どもを治療して幸せにしてあげたいけれど、そのために自分の子どもを犠牲にできません。浦河町にはない24時間365日の訪問看護ステーションを立ち上げるなど、やりたいことはたくさんありますが、常に子どもがいることを前提に仕事を組み立てています。50歳になってからの10年間で、自分のやりたい仕事に打ち込めればいいかなと、今は考えています。

北の★女性たちへのメッセージ

知的障がいや発達障がいの専門と思われがちですが、夜泣きやかんしゃく、夜尿症といった悩みについて相談に乗るのも児童精神科医の役割です。子育てで困ったことがあったら、気軽に聞きに来てよ！

取材年月日：2016年2月15日

道南
19

渡島【函館市】

折谷（おりたに）　久美子（くみこ）さん　NPO法人スプリングボードユニティ21　理事長

1959年生まれ、函館市出身。小学6年から生け花を習い、お茶、着付けなどの資格を持つ。函館遺愛女子高時代には、山岳部のリーダーを経験。1987年に結婚。夫の泉さんが仲間と楽しそうに活動をしている姿から、まちづくりに目覚める。

地元愛に満ちたまちづくり活動でおもてなし

きっかけ

市民、特に女性が気軽にまちづくりに参加できる会があればと1999年に函館港まつりのいか踊りに総勢100人で出場したのが始まりです。会の名称は、目標に向かって進むきっかけとなる跳び箱の跳躍板「スプリングボード」、さまざまな人や団体がまとまる「ユニティ」に、次世代を表す「21」を付けました。年々仲間は増えましたが、寄付に頼っていた活動費は減るばかり。そんな転換期に花をテーマにしたシンポジウムを実施、行政の目にとまり、2004年から国道5号函館新道沿線で春から秋はお花、冬はキャンドルの灯りでおもてなしをしています。

苦労

国道沿いでの活動なので、大勢の目に留まります。当初春から秋までの5か月、きれいな状態を維持できるかが、とても不安でした。水やりや肥料散布、雑草取り…。1日や2日で終わらず「花をきれいに咲かせる前に人間の方が枯れてしまう」との声も耳にし、会議を開きました。農家の方からビニール製の素材で土を覆う「マルチシート」を提案され、試してみると効果てきめん。それからは困ったことに直面した時、意見を出し合い議論しています。「まずはやってみよう」の精神で実践し、無理なく維持できる体制が整いました。懐かしい思い出です。

満足度

皆さんの笑顔に会えるのがうれしくて、活動するたびに元気をいただいています。函館新道や道道函館空港線の植栽活動、冬の夜を手づくりキャンドルで彩る「シーニックdeナイト」など、さまざまな方との出会いが新たな活動のきっかけにもなりました。今では毎年6月の花植えには800人ほどが参加し、焼きそばが振る舞われるなどまるでお祭りのようです。花は景色を明るくするだけでなく、見る方にも世話をする方にも笑顔を届け、癒してくれることを学びました。花がもたらしてくれた“ご縁”を大切に、心の中にも花を咲かし続けていきたいです。

これから

毎年、沿線の小中高校生が参加してくれる函館新道の活動は12年目です。1回目に参加した小学1年生は、高校3年生になり、進学や就職で地元を離れている方も大勢いると思います。帰省したとき、花いっぱいの風景を見て、「ああ、まだ続いているな」と懐かしい気持ちになってくれたり、みんなで踊ったいか踊りや、牛乳パックを転がしてキャンドルを作ったことなど、仲間との思い出を、このまちで作り続けたい。そして「函館っていいまちだなぁ」と思ってくれる方が1人でも多く増えてくれることを期待しながら、地域一体で活動します。

北の☆女性たちへのメッセージ

厳しい冬を体験し、乗り越えるからこそ、春の訪れを待ち遠しく、ありがたく感じるのだと思います。頑張った先には、みんなの笑顔が待っています。北に住む女性の芯の強さとしなやかさを持って、楽しく元気に活動が続くよう力を合わせていきたいですね。

取材年月日：2016年1月30日

道南
20

渡島【函館市】

阪口（さかぐち）　あき子（こ）さん　株式会社シンプルウェイ　代表取締役

1973年生まれ、静岡県出身。静岡県立大国際関係学部卒。29歳の時、結婚を機に移住した函館市で起業した。8㎜フィルム工房、イカール星人関連事業、函館市公式観光情報サイトの運営などを手掛ける。

2015年、会社設立12周年祝いの席でスタッフとともに撮影

自分を生かすために選んだ「起業」の道

きっかけ

大学時代、就職活動をするにあたり、自己分析と理想の人生について検討しました。自分の持ち味は「リーダーシップ」「行動力」「発想力」。しかし、多くの会社が女性に求めるのは、男性のサポート役です。既存の組織では生きづらいことを察し、30歳までに起業すると決意しました。社長になれば、配属や昇進での男女差別とは無縁で、育児と仕事との両立も可能だと考えたのです。あれから20年がたち、残念ながらその差別がいまだ残ることを憂慮しています。変わるべきは、男性、組織、そして日本人の働き方だと思います。

苦労

起業の修行と位置付け、ベンチャー企業に就職。7年間働きました。ハードワークでしたが、営業先でさまざまな事例を間の当たりにしながら、ビジネスプランを練るのは楽しかったですね。その後、移住先の函館市で起業しましたが、いざやってみると、サービス内容やＰＲ方法、経理…。思い通りにいかないことだらけで、２年間は１日も休まず、目の前の穴を埋め続ける感じでした。ようやく立ち上がったのが、個人の思い出映像をよみがえらせる「８㎜フィルム工房」。注文メールがずらっと並んだ日の感動は忘れられません。

満足度

8㎜フィルム工房の成功で会社を軌道にのせた後、函館市からYouTube用観光CMの制作を受託。その仕事で誕生させたのが、ご当地キャラクター「イカール星人」です。Web累計再生180万回を超えるヒットとなり、2014年には函館朝市に公式ショップ「イカール星神社」を開業しました。私が今、自由に楽しく仕事ができているのは、メンターであり、あらゆる面でサポートしてくれる夫のおかげです。男性でありながら１年間の育児休暇を取るなど、仕事と同等に家庭を大切にしてくれる人と結婚できて幸せです。

これから

50歳で海外移住、という夫婦共通の目標があり、それまであと７年。今までの経験や人脈を生かして、函館でもう一つ何か新しい事業を立ち上げたいです。同時に、10歳の息子はもうしばらくは親を必要としていますので、子育ての時間を楽しみたいです。海外に移住した後も、日本人の感性を生かしたビジネスをしたいと考えています。自分にも、世の中にも、いろんな可能性が満ちあふれていると感じます。これからが楽しみです。

北の☆女性たちへのメッセージ

１人で頑張りすぎず、周りの人に上手に頼りましょう。また、女性の場合、所属する組織や、お客様との相性が大事だと思います。男尊女卑に正面から挑むのではなく、性差関係なく評価してくれる方を相手に実績を積んで、自分の評価をうまく上げていきましょう。

取材年月日：2016年2月23日

道南
21

渡島【八雲町】

柴田（しばた）　節子（せつこ）さん　八雲町野菜グループ連絡協議会　代表

1951年生まれ、八雲町出身。25歳で結婚し、柴田農園へ。早くから家族間で経営協定を結ぶ認定農家で、昨年末、長男へ経営移譲。メインは水稲と軟白長ネギ。日本では珍しい西洋ねぎ「リーキ」は、高品質でレストランからの引き合いが多い。

育てること、食べさせることが大好き！

きっかけ

嫁いだ頃の柴田農園は、うるち米と若牛育成を主にやっていましたが、その後、減反政策で、軟白長ネギを始めました。最初は、趣味で空いてる畑で野菜を作っていたのですが、今は、軟白長ネギのハウスのうち3棟を利用し、野菜を作っています。ハウス利用なので、一年中野菜を作れるのが特徴で、「新ジャガ」は毎年6月20日ごろの収穫です。野菜を売るようになったのは、ふとしたことで私の作ったセロリが地元スーパーの青果担当の目にとまり、そこで売ってもらえるようになってからです。セロリが、私が野菜作りにどっぷりはまるきっかけですね。

苦労

一番上の子どもが6歳だった頃、祖母と両親が病気で倒れ、未熟児で生まれた一番下の子どもと、一遍に4人の世話をしなくてはいけない時がありました。病人の世話が一段落した時から野菜を育て始め、「節子の野菜」として地元や、宅配で売り始めました。周りからは、「変わったことやっているな」と思われていたようですが、夫は「やり通せ」という人で、夫の理解と子どもたちの協力があり、続けることができました。「くどく（愚痴を言う）」のは好きじゃないですし、今、目の前の出来ることをしてきたので、苦労とは感じていないです。

満足度

自分たちが作った野菜の販売先があるというのは、とてもありがたい。100パーセント満足です。野菜は、八雲商工会で毎年5月から11月に月2回開いている「ハピア産直市」で販売し、ハーベスター八雲へは開店当初から納入しています。2010年からは、地元の学校給食でも採用されています。品質を保ちながら、品数や求められる納入量を満たすことは大変な部分もありますが、「おいしい野菜を食べさせたい」という思いで続けています。食育の一環で、学校で子どもたちに八雲の野菜の話をした時は、子どもたちの野菜を見る目が違ってくるのを感じました。

これから

道筋がついたので、現在やっていることを続けていきたいですね。私は、なんでもやりたいんです。ハウスでは、一年中野菜が採れますが、これがとても楽しい。種をまくのが大好き、人に食べさせるのが大好き。そうしていると、同じような人が集まってきます。八雲町野菜グループ連絡協議会は、1990年に地元の3つのグループがまとまり発足しましたが、やっぱり若い方に入ってほしいですね。男の人の理解がないとできないから、納得させるには、やはりそこは「数字」。野菜が経営の一部となることを見せることが大切かな。

北の☆女性たちへのメッセージ

やりたいことがあるなら大いにやってみるといい。挑戦して失敗しても自分が満足すれば、それでいい。幸せの基準は他人からの評価じゃなく自分の気持ち。成功したら、それはそれでいいし、失敗したら、また次があります！

取材年月日：2016年1月8日

道南
22

渡島【松前町】

杉本（すぎもと）　夏子（なつこ）さん　津軽海峡マグロ女子会　北海道側リーダー

1973年生まれ、松前町出身。松前町の「温泉旅館矢野」の3代目若女将。松前町産の本マグロや天然の蝦夷アワビを食材とした料理が人気メニュー。10歳になる一人娘について「旅館を継いでとは言っていませんが将来は娘と一緒にやっていきたいですね」

力強く泳ぎ続けるマグロのように、女子力で地域を元気に

きっかけ

祖母、母、そして私と3代続けて旅館の娘として松前町で育ちました。10年ほど前に札幌市から戻り、娘を出産しました。旅館の若女将となり、このまちを見ると、おいしい食材など、多くの魅力にあふれています。でも知名度は低い。「この魅力をもっと発信したいな」と思っていた時、海を挟んだ青森県の女性、そして道南の女性達に出会いました。「道南と青森県は津軽海峡を挟んだマグロの名産地。じゃあマグロ女子会を作り、両地域の魅力を発信しよう！」と話が進み、2014年3月に立ち上げました。

苦労

松前町は、漁業が重要な産業です。漁業と、経済効果の裾野が広い観光を結ぶことが課題です。漁業から見た観光の活用と、観光から見た漁業のつながりを、より良い形で結びつけたいと思います。身近すぎて見失いがちですが、地元の私たちが普段から美味しいと食べている素材が実は地域の突出した持ち味です。それをどう表現するかが「おもてなし」を演出する旅館業の役割であり、道南の各地域の魅力を発信し、つなげていくことができれば、と思っています。

満足度

メンバーは、さまざまな業種の20歳代から60歳代の約70人で、現在もマグロ女子＝マグ女（マグジョ）は「増殖中」です。これまでに両地域の魅力発信ツアーなどを実行してきました。2016年3月には北海道新幹線が開業します。でも、開業だけで地域は元気になりません。地域の資源を活かした地元ならではの商品化が大切だと思います。女性ならではのシンプルな思考回路と、マグロのようにたくましく泳ぎ続ける行動力で、魅力的なおもてなしを提供するぞ！という熱意にあふれています。

これから

今、全力を尽くし、歳を重ねた時に「このまちで生まれ、そして暮らして本当に良かったな」と静かに思える人生でありたいと願うだけです。成果や結果は、誰からも評価されることではありません。自分の人生なのだから、自分自身で決めることです。マグ女は「マグロ」ですから、満足して振り返ったらだめなんです。常に前を見ながら泳ぎ続けていないと死んでしまいますから。愛する松前町を基地に、これからも多くの仲間とともに泳ぎ続けていきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

今やっていることに壁を感じたときは「同じ想いを持った同志は必ずいる」と思ってください。そうして出会った人は、壁に当たったからこそ出会えた貴重な仲間です。自立して自発的に行動し、強い意志を持った人がつながれば、大きなエネルギーになります。

取材年月日：2015年11月6日

道南
23

檜山【江差町】

小梅（こうめ）　洋子（ひろこ）さん　かあちゃん食堂たまりば　店主

1942年生まれ、上ノ国町出身。結婚して江差町へ。夫の酒屋を手伝いながら、義母と一緒に暮らしてきた。特技は江差追分。2009年に江差追分熟年全国大会で優勝するほど。2012年から愛宕町内会の会長に就任し、2015年7月からは町議会議員も務める。

自然体の応対でご近所との和、お客と境目がないお店に

きっかけ

長く民生委員をやっていて、テレビで老人の孤独死を聞くたびに、ご近所の方が顔を合わせる食堂のような、自然と見守りができる環境があればいいなぁと思っていました。江差町も１人暮らしの高齢者が増えたなと思っていた頃、北海道が町会所で開いた女性起業塾に参加し、開店する決心がつきました。１人では何もできないけど、まず１人が動いてみないと何も始まりません。複雑な手続きや融資の仕方も親切に教えてもらい、皆さんに手助けされて、2005年にお店を開きました。

苦労

最初はご近所さんが数人来てくれたら、と始めましたが段々と人が増えてきました。ありがたいことですが、以前なら、お客さんがゆったりと畳に寝転んでくつろげる感じでした。もう少しゆっくりとした時間を過ごしてもらえるお店にしたいですね。始めた頃はお茶を飲む場所くらいの考えでしたが、「自宅では食事の支度が大変」と聞いて、それなら１日だけでも、と思って食事に力を入れました。「来週は何にしよう」と考えても、皆さんからの差し入れが多くて、考えた通りの献立になったことがありません（笑）。みんなで作っている食堂ですね。

満足度

おかげさまで笑顔が絶えず、にぎやかな店になりました。見知らぬ方同士が話したり、隣の方にお茶をついだりと。お店に言葉が途切れる時間はなくて、聞いているだけで、ご近所の色んなことが分かります。家に１人でいるとテレビが世界のニュースを伝えてくれますが、お向かいのことまでは分かりません。十分なおもてなしはできませんが、この食堂に来ると「ほっとする」と皆さん言ってくれます。ありがたいですね。週１日の開店ですが、お客様からは「今日はちょっとおしゃれして店に」と思っていただければ、気持ちの張りが違いますね。

これから

70歳を超え、お年寄りの気持ちも分かる年代になりました。これからも理解できることが、まだまだたくさんあると思うと楽しいですね。無理をしたら続かないですし、大儀（面倒）だと思ったらお店もできません。自分たちが楽しいからできることです。年老いて子どもの元に引き取られても帰ってくる方も多くて、できるだけ住み慣れた所に住むのが一番だと思います。そんな場所を守っていきたい。だから、いつまでも元気でいたいと思います。皆さんのおかげでいつもおなかいっぱい笑って暮らしているので、毎年どんどん元気になっています。

北の★女性たちへのメッセージ

やってやるぞと気負うことよりも、自分が一番楽しいことを笑ってやることが一番ではないでしょうか。楽しいことしかやらないのではなく、何をするにも楽しいことにしちゃう。嫌なことも楽しいことにするいい加減さ、いいあんばいが継続のこつ。自然のままに笑って生きましょう。

取材年月日：2015年12月16日

道南
24

檜山【今金町】

マザーズ・ぽけっと　～図書ボランティア団体～

2003年に、旧今金幼稚園の絵本整理にボランティアとして参加した主婦が、絵本などの読みきかせグループとして結成。現在のメンバーは11人。グループ名は、母親のエプロンのポケットの中に、楽しいお話が一杯詰まっている、とのイメージで付けた。町を歩くと「ぽけっとおばさん」と声をかけられるそう。

「ぽけっとおばさん」が優しく語りかける

きっかけ

2003年に旧今金幼稚園の「えほんの部屋」で、絵本整理のボランティアをしていました。作業が終わったとき、みんなで「絵本を通じて何かお手伝いをしたいね」と話していたところ、当時の園長先生から「絵本の読みきかせをしませんか」と声がかかり、喜んで引き受けスタートしました。現在のメンバーは11人。年齢層は20代から60代と幅広く、今金小学校の先生もメンバーです。先生からは「学校以外で子どもや親とふれあうことは教師として貴重な経験です。今金町の町民として少しでもお手伝いができれば、と思い参加しました」と言ってくれます。

苦労

スタートしたころは、未経験のことだったのでメンバーみんなが緊張しました。今では、子ども園や小学校などの定期読み聞かせのほか、イベントにも参加し、準備や打ち合わせなど、ほぼ1年を通して活動があります。メンバーは仕事や家事、育児などさまざまで、全員がそろうことはめったにありません。でも、やりたいことを無理のない範囲で、というのが活動の基本です。パソコンや演奏、縫製や工作など、その人が得意な分野を担当し、協同で作業を進めたことが長続きの理由かもしれませんね。

満足度

週3回程度、幼稚園や小学校で、既製本の他にオリジナルの絵本や大型しかけ絵本など、喜ぶ子どもの顔を想像しながら製作し読み聞かせをしています。読みきかせを始めると、黙って見ていた子どもが、やがて身を乗り出し目をきらきら輝かせ、笑ったり驚いたりする表情を見ると、「やったー」と嬉しくなります。読みきかせの対象は、赤ちゃんから高齢者の方まで広がっています。2011年には高橋はるみ知事も見学に来てくれました。「なまちじ（生知事）だー」と子どもたちは大喜び。知事には飛び入り参加で「牛」の大役を引き受けていただき、とても盛り上がりました。

これから

オリジナルの作品も増え、読みきかせが充実するとともに、町外のボランティア団体との交流も進むなど、活動の幅が広がっています。2014年度には、子どもや若者を育成する活動として、内閣府特命担当大臣表彰（チャイルド・ユースサポート章）を受章しました。受章は大きな励みになるとともに、メンバーや協力していただいた方たちへのご褒美だと思っています。今金町は「読書と作文のまち」を掲げています。乳幼児から小学生まで関わりを持つことで、子どもたちの成長を見守り、地域で子育てをする気運をこれからも高めていきたいですね。

北の☆女性たちへのメッセージ

子どもたちや高齢者の方たちの笑顔が活力です。仲間とやり遂げる充実感とともに、「自分にとってかけがえのない場所」として楽しく活動しています。無理をしない、無理をさせないでこれからも活動し、いずれは「ババーズ・呆けっと」と呼ばれるまで続けたいですね。

取材年月日：2016年2月21日

道北
25

上川【名寄市】

伊藤（いとう）　美和子（みわこ）さん　株式会社エフエムなよろ（Airてっし）　局長

1966年生まれ、天塩町出身。天塩高校、名寄女子短大と進み、中川町職員となる。役場には23年間勤務し、43歳になる直前の2009年2月、株式会社エフエムなよろの社員に転職。2011年4月から局長。放送局の愛称「Ａｉｒてっし」は、名寄市を流れる天塩川が由来。

「おそざきの花」、夢を叶えて地域に寄りそう情報を発信中

きっかけ

マイクに向かってしゃべることをやってみたいと最初に思ったのは中学生の時。手を挙げて放送委員になりました。この中学時代が原点だと思います。中川町に勤めて20年過ぎた2006年に、ラジオ局が名寄市にできると知って「なんて素敵なこと！」と思いました。開局2年目の社員募集に、ものは試しと履歴書を持っていったところ、「まずはボランティアで」と録音で番組を持たせてくれました。約1年後の社員募集の時に「もし気持ちが変わっていなければ」と誘っていただき、「もちろん変わっていません！」と即答しました。

苦労

局長を任されて5年になります。自分の力不足を感じる時もありますが、人との出会いがあり、取材や営業先、市民パーソナリティーの方々や知り合いが増えていくことで、人からエネルギーをもらっていると感じます。隣の家まで100mという酪農地帯で生まれ育ったので、自分自身を人見知りかと思っていましたが、逆に人好きだったのかもしれません。「私なんか平凡な人生よ」と言うおばあさんが実は波乱万丈な生き方だったりするなど、人とおしゃべりすることで、私がくよくよしていることはちっぽけなことだな、と元気をもらっています。

満足度

2015年4月にスタジオを名寄市民文化センター（エンレイホール）に移転し、同時に施設全体の管理も受託することになりました。同年秋からは月刊のフリーペーパーも創刊し、現在、ラジオ放送、ホール管理、情報誌発行が3つの大きな柱です。開局当時2人だった社員が今は8人。放送を支えてくれている市民パーソナリティーの方は約70人です。私の足りないところ、たくさんありますが、スタッフや市民パーソナリティーの皆さんに助けられて今があるのだと感謝しています。

これから

Airてっしは、新名寄市の誕生と同時に青年会議所OBの皆さんを中心に市民有志が立ち上げた民営のローカル局で、2016年3月に10周年を迎えます。中継などで街に出た際に「聞いてるよ」と声を掛けてもらえることが増えましたし、エフエムなよろが認知されていることを実感します。私が入局したての頃に声を録音した小学生たちが、いま高校生パーソナリティーを務めてくれるなど、感慨深いものがあります。これからも誰もが気軽に参加できて、身近な情報が聴ける、地域の皆さんにとって敷居の低い放送局であり続けたいと思います。

北の★女性たちへのメッセージ

ボランティア時代から担当している私の番組名は「おそざきの花」です。いくつになっても自分の「やりたいな」という思いを形にすることはできます。「私は何もできないわ」と言うあなたも、実はすごいエネルギーを秘めていると思います。やってみましょうよ！

取材年月日：2016年2月21日

道北
26

上川【士別市】

辰巳（たつみ）　美恵（みえ）さん　めん羊工芸館くるるん　代表

1943年生まれ、士別市出身。士別高校を卒業し、消防職員の夫と結婚。3人の娘に恵まれる。1982年の「サフォーク研究会」の立ち上げ時のメンバーで2009年から1期会長を務める。2009年には、めん羊牧場がある「羊と雲の丘」に「めん羊工芸館くるるん」を開設。木製の糸車や織機などを設け、手づくりの羊毛製品の製作指導にあたる。

毛糸と時を紡いで技術の伝承を

きっかけ

幼いころに母親から編み物を教えてもらいました。長女だったので、冬になると弟たちの靴下や手袋を毛糸で編んでいました。1970年代になると、士別市が直営で羊の放牧場を開設。食用サフォークを観光資源にする研究が始まりました。そんな中、青年が中心となり、1982年に町おこし団体「サフォーク研究会」を設立。私は手芸が得意だったので、春に牧場で刈る羊毛を使ってマフラーを作れないかと考え、翌年に同研究会の部会として、羊毛加工グループ「くるるん会」を立ち上げました。

苦労

士別市は羊・サフォークのまちとして、認知度が高まってきましたが、そこに至るまでさまざまな努力がありました。くるるん会では、牧場で刈り取った羊毛を洗浄、染色し、毛糸玉にするまで、多くの方に協力を頂いて試行錯誤を重ねてきました。さらに毛織り技術の向上を図るため、自ら東京の専門学校で講習を受け、士別市に戻って仲間に指導しました。札幌市のデパートでの展示販売会では、羊毛製品の素晴らしさを紹介したり、多くの方に工芸体験をしてもらえるよう、根気強くPRを重ねていきました。

満足度

2014年は羊年だったので、行政と市内の商工団体が集まって「サフォークランド士別プロジェクト」と称した各種イベントを催しました。2015年11月15日には、市民ら約330人が集まり、くるるん会員の作品を着用した「ニットファッションショー」を開催。地元の高校生がモデルになるなど大盛況でした。近年、夏になると、東京都など首都圏から道北の周遊観光の1つとして、工芸館に立ち寄り手芸体験をされます。さらに外国人観光客も訪れるようなるなど、今後の展開が楽しみになってきました。

これから

少子高齢化社会を迎え、士別市も高齢者が多くなってきました。この工芸館は、そんな高齢者の方々が気軽に集まれるような空間にしたいと思っています。毛糸玉を触っていると、自然と心が安らぎ、会話が弾んできます。さらに工芸館内にある木製の糸車や織機などが簡単に使えるよう、技術の伝承を図り、もっと若い世代に毛糸の紡ぎ方を教えていきたいです。小中学校の研修旅行の一環として、工芸館に立ち寄ってもらえるよう、地元の観光協会などと連携しながら集客に努めていきます。

北の☆女性たちへのメッセージ

手づくりのマフラーを大事な人に渡したことはありますか？昔と違って、若い女性が編み物をする機会が少なくなっています。1度でも時間をかけて、毛糸玉から編んでみてください。完成した時の達成感は最高ですよ。若いお母さんも子どもに手袋や靴下を編んであげると、あなたの愛情はきっと子どもに届きますから。

取材年月日：2015年12月17日

道北
27

上川【下川町】

田邊（たなべ）　真理恵（まりえ）さん　株式会社フプの森　代表取締役

1976年生まれ、千歳市出身。北大経済学部卒。札幌市で、花屋、WEB販売の会社勤務を経て、2007年に下川町に移住。2012年に下川町森林組合のトドマツ精油事業を、移管されていたNPO法人から引き継ぎ、株式会社化。2015年末に新ブランド「NALUQ（ナルーク）」をリリースした。

リアルに森のある生活を伝えたい

きっかけ

大学時代から、森林関係の仕事に憧れていましたが、「きこり」か「研究者」しか知りませんでした。二十代後半になり本格的に動き始め、森や環境保全に関係する展示会などに行って企業や団体の方に話を聞いて回り、企業にはメールを出し、とっかかりを探しました。下川町が森林の先進地区だと知ったのは、東京都のNGOの方から聞いたからです。早速、下川町森林組合を見学して、一ファンとして応援しようと思っていましたが、精油事業担当者が辞めるのをきっかけに下川町に移住し、私が担当者になりました。

苦労

地方で何かいい素材があっても、それを事業として継続するのは「難しいことだなぁ」と考えています。素材はいいモノだけど、需要が多いものではありませんので、どうやって事業を展開していくか、常にみんなで考えています。会社にしたのは、シンプルに製品を製造する体制でコンセプトを明確にしたかったからです。現在の事務所や蒸留施設は、森林組合時代から使っていたものをそのまま使わせてもらっています。恵まれていますが、独立し頼れる本体組織がなくなった分、資金面でのやりくりも頑張らなきゃいけないと思っています。

満足度

森に関する仕事に就けたという点では、満足度100パーセントです。本当は、工房ももっと山の中にありたいですし、会社としてもまだまだ道半ばですから、株式会社フプの森の満足度は60パーセント位でしょうか。山の中では製品づくりだけでなく、おもてなしも出来たらなと思います。私たちは創業時から、商品を作るだけでなく、森の手入れをどうやっているのか、森を身近に感じる生活とはどういうものなのかを伝えたいという使命感から始まっています。そういう面での発信力もつけていきたいですね。

これから

「リアルに森のある生活を伝えたい」と思っています。今は、林業と多くの方の生活は分断されていて、森林の保全やそれに携わっている方々の姿があまり見えません。もっと気軽に森に行けたり、森から生まれたモノが身近に感じられるよう、頑張りたいです。一昨年、自分たちで1.5ヘクタールの山を買いました。ここをフィールドにして、蒸留体験などを行うことを考えています。将来的には、商品を見てもらえるような小屋を作ったり、森の中での活動を増やしたいですね。新ブランド「NALUQ（ナルーク）は、より多くの方に広がればと期待しています。

北の★女性たちへのメッセージ

やりたいことがあるなら、その中に飛び込んでみるのが一番。まずは動いてみることです。怖がらないで声を掛けてみるというのが、とっかかりになります。一回で掴もうとせずに、辿っていけば誰かが教えてくれますよ。

取材年月日：2016年1月12日

道北
28

上川【富良野市・美瑛町】

び・ふらねっと　～農家・デザイナーグループ～

それぞれが暮らす美瑛町の「び」と富良野市の「ふら」を取って名付けた。メンバーの井川公子さん（1953年生まれ／美瑛町）、菅野三津子さん（1958年生まれ／美瑛町）、竹内紀代子さん（1956年生まれ／富良野市）は、それぞれの営農スタイルに応じた作品を提供する。

メンバーの井川さん（左）、竹内さん（中央）、菅野さん（右）

ビューティフル４Ｋで農業を元気に

きっかけ

３人とも元々裁縫が好きで、近所の方に作ったり、エプロンや洋服をカフェで委託販売していました。2008年、美瑛町で開かれた「フィールド（農作業着）ファッションショー」への参加がきっかけで３人が出会いました。「このまま終わってしまうのはもったいない」と、知人の勧めもあり、内閣府の六次産業化プロジェクトの支援を受け「び・ふらねっと」をブランドとして立ち上げました。毎年、旭川市で展示会を開き、ファッションショーの依頼もあります。機能性に加え「きれい」「かわいい」「かっこいい」の“ビューティフル４Ｋ”がコンセプトです。

苦労

それぞれの自宅で、時間の取れる時にアイデアを絞り、作品を作っています。みんな、営農スタイルが違いますが、農業の繁忙期に入ってからの注文は、お客様に少し待ってもらうことは多々あります。製作は主に、農業が一段落し、時間のとれる冬に集中的に行っています。家族に迷惑を掛けないよう気配りしながら、１に農業、２に主婦業、３でやっと製作です。将来、注文が増えれば部分的な外注も考えられますが、現在は個々人の全くの手作りです。本業と主婦業、製作のやりくりには、やはり苦慮しています。

満足度

３人が農家に嫁いで30年ほど経ちました。当時の農作業着は地味で同じ型の物ばかり…。選びようもなく、仕方なくという思いで着ていました。「び・ふらねっと」の作業服は、３人３様の「あったらいいな」を形にしたものです。竹内さんはハウス作業が多いため「暑さ対策」。井川さんは外の作業が多く、訪問客も多いため「日よけ対策と携帯電話・スマホの収納」、菅野さんは機械作業が多く、「作業の邪魔にならない」が出発点です。女性はいくつになってもかわいいものが好き。この服を着て楽しく仕事ができる女性が増えてくれれば、と思っています。

これから

今は、ネットからの注文や展示会用の製作をこなすのに精一杯ですが、将来的には、農作業着といえば「び・ふらねっと」と言われるようになれるといいな、というのが３人の想いです。今は、それぞれの営農経験からデザインをひねり出していますが、例えば、酪農の方にも使ってもらえる作業着も作ってみたいな、と思っています。最近は、農作業に関わらず、ガーデニングやウォーキング用のオーダーが増えています。需要の広がりと手応えを感じていますが、デザインの一層の充実が課題ですね。

北の★女性たちへのメッセージ

「かっこかわいいスタイルで仕事ができる！」。若い方も憧れる農業を目指し、後継者や嫁不足の解消ができればいいと思っています。食を支える農業は、とても大切な仕事です。３人３様の苦労があったからこそ生まれた「４Ｋ作業着」から、農業を変えていければと思います。

取材年月日：2015年12月20日

道北
29

上川【東川町】

宮竹（みやたけ）　眞澄（ますみ）さん　人形作家

1949年生まれ、大分県宇佐市出身。福岡県福岡市の調理師専門学校を卒業後上京し、沖電気の社員寮の調理師となる。
1973年に結婚し退社。これまでに70回を超える展示会を夫の博信さんとともに開催してきた。今は旭川市東旭川地区で仮住まい。

過ぎ去りし良き時代の優しさと暖かさを笑顔で

きっかけ

幼いころから「作ること」が好きでした。人形創作を始めたのは29歳の時。「人形を作ってみようか」と人形創作の本を買ってきました。趣味の範囲でその後も続けてきましたが、人形作家を「職」としてスタートさせたのは1991年に東川町に移住し、子育ても終わった2008年のこと。東川町への移住は、豊かな自然の中で暮らしたい、という夫の決断です。このまちに住む方々の暮らしや表情を観察し、こつこつと人形を作っていたのですが、夫から「どうせやるなら職業としてやってみたら」という一言が踏み出すきっかけになりました。

苦労

1つの作品の創作には1か月から2か月ほどかかります。頭の中で「ああかなぁ、こうかなぁ」と、何日も構図を考え、表情やしぐさは作業をしながら作り上げていきます。教室に通ったことはありません。自分の世界で自分の人形を作りたかったからです。好きなことをやっているので苦労とは感じません。あるとすれば、道外の展示会の際の周知ですね。地縁も血縁もない場所での開催なので、夫とともにマスコミを訪れ、紹介していただけるようお願いします。幸い、ほとんどの方が協力してくれます。ありがたいですね。

満足度

今の活動範囲は道外にまで広がっています。移動の時は、運転する夫の隣で風景を眺め、そこのいる方々の表情を観察し作品に活かします。今も続いている「心のふる里人形展」は、2008年から始めました。忘れかけている田舎の生活にあった喜びや笑顔を人形を通して伝えたい、残しておきたい、という思いがあります。展示会を訪れた方々の中には、昔を思い出し、私の手を握って「初めてあなたに話すことができた。ありがとう」と泣きながら話をした方もいます。人形を見た方に少しだけ笑顔と元気を与えているのかな、と思うと嬉しいですね。

これから

いろんな土地に行って多くの方に出会うことが何よりも楽しいです。開催期間中はずっと会場にいて、訪れた方と会話します。作品のヒントもこうした方たちからいただくこともあります。元気でいる限りは展示会を開催したいですね。常設の展示施設があったら良いのに、という方もいます。いつかはそうした施設も持ちたいな、とは思っていますが、まだ当分は今の活動を続けたいですね。「あんな年でも元気にやっているんだ」と、元気を与えることができれば、と思っています。

北の★女性たちへのメッセージ

チャンスだと思えば結果をおそれずに飛び込むべきです。やめることはいつでもできますから。困難にぶつかっても、やり続けようという意志と努力があれば、必ず手を差し伸べてくれる方が出てきます。前向きに行動すれば結果オーライですよ。

取材年月日：2016年1月20日

道北
30

上川【幌加内町】

宮原（みやはら）　光恵（みつえ）さん　Mt.ピッシリ森の国　農業・写真家

1962年生まれ、標茶町出身。写真スタジオのアシスタントを経てフリーランスに。アラスカの自然と野生動物をライフワークに取材を続けていた際、現在の夫・克弘さんと出会い、1990年に結婚。1995年に家族で幌加内町朱鞠内地区に移住。1997年から就農開始。

朱鞠内の苛烈さと豊穣さを抱きしめて

きっかけ

人間としてどう生きるべきかを追求していた夫とアラスカで出会い、狩猟採集を基本とした冬の生活技術と犬ぞりを学ぶためアラスカネイティブ社会を経験、自然と共に暮らす生活の場を母国で、との思いから道内のいくつかの土地を訪れ、選んだのは幌加内町朱鞠内地区。険しすぎない広大な森と多様な動植物、広い湖とそこに生息する魚たち、雪が多く、夏冬の寒暖差は日本でも有数の地。これらすべてがすばらしい。一目でここだ！と思い、その足で幌加内町役場に行き「朱鞠内で農業をやります」と告げました。20年前のことです。

苦労

私たちの就農した農地は、とても痩せた土地でした。1年目の春、トマトの苗を植えましたが、1か月たっても「じっ」としているんです。秋に実が一つだけつきましたが、赤くならないまま霜にやられました。毎年EM菌と堆肥などを使い、時間はかかりましたがいい土になってゆきました。2008年のそばの大暴落は最大のピンチでした。農地を拡大し、機械も購入したばかり。「私達はこれでおしまい」と泣いていると、夫の携帯が鳴りました。以前営業に行った首都圏の高級食材店・成城石井さんからでした。「すばらしい、ぜひ納品を」と声がかかりました。本当に色々なことがありましたね。

満足度

私も夫も農業は未体験。でも若かったから意欲満々でした。5歳の娘と4歳の息子の子育て、20ヘクタールの農地でジャガイモやそばを育てる休みのない作業、今になれば、よくこんな無謀なことを、と思いますが、毎日が充実していましたね。自分たちの好きなことをすばらしい大地でできることの喜びを家族で実感しました。ただ苦労して耕作するだけの生活ではなく「生きている」ことと「命」を味わいながらの生活でした。経営が大変な時も誰かが手を差し伸べてくれました。夫婦だけではここまでは来ることはできませんでした。多くの友人たちに心から感謝ですね。

これから

子どもたちは今、24歳と23歳です。後を継ぐかどうかは分かりません。農家と農業は好きだと思いますが、朱鞠内地区という地域のコミュニティ自体が維持できるのか、という状況ですから。この地域は、入植当時の農家は4戸から今は2戸です。もし1戸になると、100ヘクタール以上の農地を我が家が維持することは難しい。人が住み続けるためには仕事と雇用が不可欠です。そのためにも、農産物の加工販売など、付加価値をつける体制を作り、雇用を生み出すことが必要です。その取り組みを進めるために、2016年は農業生産法人化と農商工連携を考えています。

北の★女性たちへのメッセージ

農業には女性だからこそできることがたくさんあります。その方の特技や才能を生かせる仕事です。勇気と希望を持って飛び込んできてほしい。 経験がなくても大丈夫。私もそうでした。マイナスに考えて良いことはありませんよ。いつも前向きに、プラスに考えると道は開けますから。

取材年月日：2016年1月13日

道北
31

上川【上富良野町】

安丸（やすまる）　千加（ちか）さん　農業女子ネットワーク はらぺ娘（こ）　代表

1986年生まれ、上富良野町出身。2007年に北海道立農業大学校を卒業後、メロン農家である実家で就農。
2012年に管内の女性農業後継者を中心とした「ふら農嬢（ふらのっこ）」を立ち上げ、その後「はらぺ娘」の設立を進め、代表に就く。

跡取り娘たちの熱い思いが北海道の農業を元気に！

きっかけ

農業は大好き。継ぐことにも迷いはありませんでしたが、大学を卒業して両親と農業を始めると、知らないことばかり。農家を継ごうという女性が周りにいてくれたらすごく助かるし、楽しいな、と感じました。でも女性後継者の組織はありません。婦人部ともちょっと違うし。だったら自分たちで作ってみよう、と思いました。北海道農業公社が開催した研修会で知り合った仲間らとともに、2013年12月に全道各地の25人で「はらぺ娘」を立ち上げました。年齢層は20歳代から30歳代が中心。独身から既婚者までさまざまです。

苦労

農業はまだまだ男性社会ですね。跡継ぎになる娘も「嫁に行かず家を手伝っている」と見られがち。メディアにも登場しましたが、地域で理解が十分に深まったかというと、どうかなって思います。活動が尻すぼみになってしまうと「やっぱりね」という声も出るでしょうから、それなりにプレッシャーを感じています。シンポジウムに出ても「女性の視点からの話を」など、女性ばかりが強調されることが多いですね。好きでやっているのだから特別に見ないで、と思うこともたびたびあります。

満足度

「悩みを分かち合い、楽しく元気に農業を」が「はらぺ娘」の活動方針です。2014年12月には「シンデレラパーティー」という婚活を企画しました。農家の跡取り娘が夫を、というのは珍しかったようで、結構話題になりました。「はらぺ娘」のPRになったのはありがたかったのですが、「はらぺ娘」＝「夫探し」のように受け止める方もいて、ちょっとね、という感じです。みんなが一堂に会するのは年に一度の総会程度ですが、仲間同士で連絡を取り合い、愚痴をこぼしたり励ましたりなど、楽しくやっています。

これから

発足して3年目を迎え、会員も35人に増えました。活動の手応えとともに、会員の温度差も感じます。2015年に入ってからは、道北、道東、そして道央・道南の3つのブロックに分け、それぞれのリーダーが中心になって活動をすることにしました。門戸は広く開けています。「はらぺ娘」に入って、地域のリーダー的な存在になってくれればいいなぁ。3年ぐらいが節目かな、と思っていましたが、今はすっかり「はらぺ娘」にはまっています。

北の★女性たちへのメッセージ

地域と農業を元気にしたい、という思いで活動しています。農業に限らずさまざま仕事で女性を特別視する風潮は根強いですが、理解して協力してくれる方もたくさんいます。明るく楽しくがんばりましょう！

取材年月日：2015年10月13日

道北 応援

上川【旭川市】

旭川医科大学 復職・子育て・介護支援センター「二輪草センター」

2007年10月の開設以降、託児システムや研修制度などを構築し、女性職員の復職支援を展開。開設前の企画段階から関わった旭川医大皮膚科学講座教授の山本明美さんが、2013年4月からセンター長を務める。2014年1月に北海道男女平等参画チャレンジ賞を受賞。

大地にしっかりと根を張る野花のように共同参画の和を

きっかけ

医師・看護師不足と、それに伴う地域医療の崩壊という深刻な課題の解決策として、女性の復職支援に取り組む「二輪草センター」を立案しました。2007年10月に開設し、旭川医科大学と付属病院の職員を対象に、病児・病後児保育、学童保育サポートなどを展開しています。シンボルの「二輪草」は、春に白い花が1本の茎から2輪咲く多年草。どこにでも咲いている野草ですが、大地にしっかりと根を張るように、男女共同参画社会が地域に広がるよう願いを込めて名付けました。

苦労

開設前から、組織全体で医師不足という課題を共有し、協力し合って一つの方向に進んで来られたのでこれといった苦労はありませんでした。しいて挙げるとすれば、現在職員向けに、子育てや介護を経験した職員が講師を務めるセミナーなどを開催しているのですが、参加者を集めるのが大変です。仕事が落ち着く夕方に設定すると子育て中の職員の帰宅時間と重なるし、ランチタイムはシフト制の看護師らは参加しやすいのですが、医師は診察時間中のため難しく、試行錯誤しています。

満足度

センター発足以降、女性の職員や幹部職員が増えました。組織としての満足度は100パーセントですが、センター長としては90パーセントでしょうか。子育て以外にも、親の介護や不妊治療など支援の必要な部分はあります。子育て世代が比較的若い職員なのに対し、介護世代は経験を積んだ幹部職員が多く、代わりの効かない職員が抜けた穴をどう埋めるかも現場の課題。不妊治療は公にしにくいデリケートな問題なので、普通の病気で通院するのと同じように、直属の上司に話せるような環境を作り上げることが必要です。

これから

まだ行き届いていない、介護と妊活の支援に取り組みます。センターの事業を継続してくれる後継者の育成も、重要な課題です。将来、ワークライフバランスの考え方が定着していれば、センター自体が要らなくなっているかもしれません…が、ちょっとまだ先の話かと思います。我々センタースタッフも、つい長時間労働をしてしまい、周囲にプレッシャーを与えてしまっていたかもしれません。上手にワークシェアをすることが、勤務時間の改善と人材育成の双方につながると思います。

北の★女性たちへのメッセージ

今は、日本全体が女性に「もっと活躍しよう」と働きかけている時代。女性たちが能力を生かして、仕事ができる絶好のチャンスです。この機会にぜひ、自分の能力を生かせる場所を探して、チャレンジしてみてください。

取材年月日：2016年1月4日（山本センター長からお話をお伺いしました。）

道北
32

留萌【苫前町】

伊藤（いとう）　まち子（こ）さん　北海道指導農業士協会　理事

1964年生まれ、苫前町出身。農協職員だった27歳の時、夫の克司さんと結婚。負債農家だった牧場を、財務経理の経験を生かして立て直す。町内の酪農女性グループ「モーモーみるく倶楽部」代表や、2001年の「留萌管内農村女性ネットワーク"オロロン"」の立ち上げにも参画する。3女の母。

ドアを開け、外に出て、女性という「個性」発揮を

きっかけ

1998年に、自分が経験してきたパートナーシップ型経営を全国酪農青年婦人会議で発表しました。これがきっかけで、さまざまな方から声がかかるようになり、2006年には指導農業士にも選ばれました。外に出て行くことで、さまざまな刺激や出会いがあり、それが縁でさらに輪が広がっていきました。道外の方とお話をしていると、いつも北海道の「食」のすばらしさを話してくれます。地元だけにいるとなかなか気付かない北海道、農業、酪農そして苫前町の良さが自信となって、さらに前進、となりました。

苦労

結婚する前は農協で経理や財務を担当していたので、結婚相手の財務状況は知っていました。「ここに嫁ぐ人は大変だなー」と思っていましたが、こうなったのは「勢い」ですね。牧場の負債はそれほど気になりませんでした。財務と経理の経験を生かせば何とかなる、と思いましたから。苦労したのは育児と酪農という仕事です。すべて初めての経験で、本当に忙しくて時間に追われる毎日でした。ある時期は24時間夫と交代で働いたこともあります。でも、何とかなったのは「手抜き」のおかげかもしれませんね。

満足度

自分から進んで先に立って、という気持ちはありませんでしたが、行動していて、ふと後ろを見るとそうなっていた、という感じですね。大事にしたのは「無理をしない、させない」ことです。年齢や生活環境が異なる女性の集まりですから、どうしても個人差が出ます。「継続は力なり」を信条に「手抜き上手」をうまく使い分けてきたので続いたのかな、と思っています。外に出て行くことは、良い意味での刺激となります。でも一人ではなかなか難しい。みんなが集まればそれが可能で、参加した方々が元気と自信を持つことができたのでは、と考えています。

これから

2015年に町議会議員に選ばれました。女性議員は初めてです。まずは町の審議会や委員会などの女性の登用率を高めることを求めています。女性には一本気な行動力があります。もっと多くの場面で女性が意見を発信できるようになれば、間違いなく町の活性化につながると思います。議員という立場を活かして、女性の「のびしろ」を具体化するために行動します。酪農家としては、TPPが課題です。今後は外国だけではなく地域間の競争が激しくなると思います。「苫前カラー」をつくり上げるためには、女性の存在が不可欠だと思います。

北の★女性たちへのメッセージ

私は外に出る前、自分の仕事に誇りが持てませんでした。３Ｋ（汚い・苦しい・危険）ですから。でも、外に出ることで、大切な「食」に携わる自分の仕事と、ふるさと・苫前町に誇りと自信を持つことができました。女性であるということは「個性」です。ドアを開け、外に出て「個性」を発揮しましょう！

取材年月日：2016年1月28日

道北
33

留萌【留萌市】

田中（たなか）　和子（かずこ）さん　株式会社丸タ田中青果　代表取締役

1937年生まれ、増毛町出身。1955年に、留萌市で青果店を営む夫の常男さんに嫁ぐ。看板商品の「やん衆にしん漬け」は、独自の製法でにしんと野菜の旨みを逃すことなく凝縮し、道内を始め道外の物産展でも絶大な人気を集める感動の一品。

母から伝承されたふるさとの味を笑顔で提供

きっかけ

18歳の時に増毛町から嫁いできました。「果物が好きなのでいいかな」ぐらいの気持ちでしたが、商売なんて全く知りません。当時は野菜や果物を入れたかごを背負って、近所に御用聞きに行き、車に乗って遠くは稚内市まで行きました。にしん漬けは、40年ほど前から始めました。私の母・ハマが地元では漬物名人と呼ばれていて「漬物をやりなさい、絶対に売れるから」と言われたことがきっかけです。夫の常男が母の元で修行し、販売を始めました。今では店の主力商品です。母の味が皆さんに喜ばれることは、娘として何よりも嬉しいですね。

苦労

若いころはとにかく忙しかったですよ。休みは正月とお産の時だけ。寒い中、リンゴを売っていると手があかぎれになって痛くて。でもね、お客さんの所に行くと「ああ、田中さんのお嫁さんかい、よく来たね。暖まっていきなさい」と歓迎してくれます。あかぎれの手を見て「かわいそうに。この薬を使いなさい」と手を握ってくれました。本当に心の温かい方が多く、どの方も優しい言葉をかけてくれました。慣れない仕事で不安だらけだったけど、たくさんの人に支えられ励まされてきました。感謝の気持ちで一杯です。

満足度

1998年に夫が亡くなりました。市議を3期務め、町内会の会長も18年間続けるなど、公私ともに忙しい人でした。人とにぎやかに過ごすことが好きな人で、飲みに行くといつも誰かを連れて帰ってきましたね。病気になって亡くなる時に「本当に苦労をかけたな、すまんな」と言いましたけど、私は幸せでしたよ。2007年に建てた今の社屋を見せてあげることが出来なかったのは残念ですが、息子の考えで、少しでも駅前が賑わうように、と屋上を住民の方に開放して楽しく過ごしていただいています。夫も天国からそれを眺めて喜んでいるでしょう。

これから

今の店は長女が花と果物、長男が漬物を担当しています。それぞれ夫と妻がいて、孫も4人になりました。長男の嫁は世界一の嫁ですよ。彼女が作ったピクルスは、北海道が主催する「北のハイグレード食品+2014」にも選ばれました。ニシン漬けと並ぶ看板商品です。家族がみんなで店をもり立ててくれます。私もまもなく80歳。最後の願いは古くなった漬物工場を新しくすること。これが完成したら、にっこりと笑って悔いなく人生を終えることができそうです。あと少しがんばってみますね。

北の☆女性たちへのメッセージ

生きていれば苦しい時やつらいことがあるでしょう。でも、暗い顔ばかりしていてはだめ。せっかくの幸せが逃げてしまうから。にっこりと笑顔を見せて、人に優しくしていれば、幸せは必ず自分に返ってきますよ。苦労は決して無駄にはならないからね。

取材年月日：2016年2月12日

道北
34

宗谷【豊富町】

堂脇（どうわき）　聖美（さとみ）さん　餅cafe & stay わが家　経営

1974年生まれ、旭川市出身。幼い頃からアトピー性皮膚炎を患い、2009年に湯治治療で豊富町に移住。
2011年に自宅兼店舗「餅cafe & stay わが家」を開業。移住仲間で「豊富温泉もりあげ隊」を作り、活動中。

豊富町への感謝が原動力。親子湯治をサポートしたい

きっかけ

生まれた頃から20数年以上、アトピー性皮膚炎を患い、出産後の30歳前半で、最も重篤な状態になりました。「服を身に着けることすら辛い」。そんな中で、1歳半の子どもも発症。以前、偶然訪れ、私の病状に効果のあった豊富温泉に親子で移住を決めました。「生きるために行くしかない」。選択肢はありませんでした。乳飲み子と二人、豊富町でアパートを借り、湯治生活を始め、3か月程で二人の症状が回復しました。それを機に「湯治に訪れる方をサポートしたい」と、カフェを始めたのがきっかけです。

苦労

自分が出来ることを、できる範囲でやってきました。店舗は、2年前に他界した実父と二人で“日曜大工”レベルのやり方で手を加えたもので、いわゆる開業資金は10数万円でした。湯治客だけではなく、地元の方にも来ていただきたいと思っていましたが、そうなるまでは開業から一年はかかりました。今の私のベースは、あくまでも子育てです。子どもの発熱や冬の雪かき、まき割りなど、日常の雑務が増えると休業することもありますが、そこは無理をせず、自分のペースで進めています。

満足度

今、取り組んでいることは、私が6年前に豊富町に来た頃に「あったらいいな」と思っていたことです。カフェの運営で、長期湯治に来ている方だけではなく、地域との繋がりも増えました、2015年3月には、「長期療養者の負担を軽くできれば」と女性専用シェアハウスを始めました。移住当時からは全く想像できない姿です。夢は、親子湯治の全面サポートと、湯治に来る子どものホームステイ受け入れです。施設の整備や人的問題などはありますが、夢の実現まで50パーセントぐらいの地点まで来ているのかもしれません。

これから

豊富町のように、こんなに人に感謝されている町はありません。感謝の度合いも「命を救われた」というレベルの深いものです。この町で普通の生活と人生を取り戻しました。私のように、幼い頃から皮膚疾患で苦しむ子どもを、早い段階で救ってあげたい。そうすることで、子どもたちの人生は大きく変わります。シェアハウス滞在者や地元には、専門スキルを持っている方が数多くいます。「わが家」が、その方たちの活動拠点となり、療養者の豊富町への移住、自立支援の足掛かりになればと思っています。

北の★女性たちへのメッセージ

「生きることは繋ぐこと」。そう思って活動しています。人は、存在しているだけで生命を受け継ぎ、いのちを繋いでいます。人それぞれの歩幅があり、感じ方があり、幸せがあります。頑張りすぎず、そのままの自分で出来ることがたくさんある、そう実感しながら日々歩んでいます。

取材年月日：2015年11月9日

道北
35

宗谷【稚内市】

門間（もんま）　奈月（なつき）さん　健幸サポート happy moon　代表

1973年生まれ、稚内市出身。北海道女子短期大学（現・北翔大学短期大学部）保健体育科を卒業後、1996年から稚内市の体育施設「水夢館」にスポーツインストラクターとして勤務する傍ら、2012年に宗谷ご当地体操、2014年に利尻富士町健康体操をプロデュース。現在は独立し、宗谷管内各地で運動指導員として活躍中。

「前より楽になったよ」の一言が一番の喜び

きっかけ

体育の先生を目指し、北海道女子短期大学（現・北翔大学短期大学部）で学んでいたのですが、卒業時に故郷・稚内市の体育施設「水夢館」でオープニングスタッフを募集していたのを見つけ、地元に戻ってスポーツインストラクターになりました。18年間勤務していたのですが、宗谷管内に運動を指導できる人材が不足しており、離島を含む9町村に出張して指導していた状況でした。指導員がいなくても、住民が気軽に運動に取り組み、継続した健康づくりができないかと考え、国の助成金を活用して「宗谷ご当地体操」をプロデュースし、DVD化しました。

苦労

DVDの作成時は、さまざまな場所で披露し、メディアを通じて話題にはなりましたが、DVDを率先して利用してくれる人材を育成しなかったため、大きな広がりを作ることができませんでした。DVDや健康体操というのは、あくまでツールです。このツールを利用する方のために、ツールを使える人が必要になります。地域が高齢化、過疎化していく中で、誰もが手軽に、継続的に運動するために、ツールの作成だけではなく、人材の育成との両輪で取り組んでいくことが大切だと実感しました。

満足度

最終的な目標は、地域に健康づくりの仕組みをつくることです。DVD作成から2年後、今度は利尻富士町で健康体操をプロデュースしました。利尻富士町では、体操の振り付けを考えるだけでなく、講座を通じて健康体操の特徴を学び、住民たちに教えることができるリーダーを育成するため、健康体操マイスター制度という仕組みづくりにも行政とともに取り組みました。利尻富士町での取り組みをモデル事業として位置付けて、ほかの管内市町村でも自発的に運動ができるような環境づくりのお手伝いをしていきたいですね。

これから

さまざまな場所で健康指導をしていく中で、健康づくりは地域づくりだと感じました。人は、心と体が健康でなくては、前向きに生きていくことができません。また、人というのは、地域にとって細胞の一つ。元気で前向きな人、つまり健康な人が多くいる町は、逆境に負けない、明るい元気な町になるな、と。とはいえ、実は私にとっての一番の喜びは「前より楽になったよ」「旅行を楽しめるようになったよ」という言葉。これからも、一人一人の健康づくりを支えることで、少しでも地域の活性化につながっていけばいいな、と思っています。

北の☆女性たちへのメッセージ

夢をかなえるために必要なものは、楽しむこと、わくわくすること、そして仲間との出会いです。仲間と夢を語り合い、心の中に楽しい気持ちがあふれた時、最初の一歩が踏み出せるはず。楽しい気持ちと夢を応援してくれる仲間との縁を大切に！

取材年月日：2016年2月22日

オホーツク
36

オホーツク【訓子府町】

菅野（かんの）　菊枝（きくえ）さん　株式会社菅野養蜂場　取締役

1956年生まれ、東京都台東区浅草出身。大学卒業後、豊島区駒込の病院で管理栄養士として勤務。26歳の時に、株式会社菅野養蜂場の3代目である夫と結婚し、訓子府町へ。町の教育委員を12年間務め、地元小学校で、みつばちの生態や採蜜技術まで授業の一環として教える食育活動にも従事。

感動と情熱に導かれ、国産天然はちみつの普及に全力!

きっかけ

実家は、東京都台東区浅草で卸問屋を営んでいましたが、跡継ぎの兄が数年間、鹿児島の養蜂場に弟子入りし、そこの数年兄弟子に夫が居ました。それが縁で、26歳の時、菅野養蜂場3代目の夫と結婚。訓子府町に来ました。小売を始めたのは、平成3年から。蜂蜜は、父の代（2代目）まで100パーセント問屋卸しで、そこで安価な輸入品を混ぜ、市場で売られていました。夫婦ともに、その売り方に疑問を感じ、輸入品を混ぜずに自分たちで売る小売へと転換しました。はちみつ好きの方々の間で、ようやく定着してきた感じです。

苦労

菅野養蜂場は、蜜源花を追って移動する転地養蜂家です。現在は、1月から5月中旬まで静岡県伊豆市修善寺、岐阜県大垣市を巡り、5月下旬にようやく拠点の訓子府町へ戻るという生活です。子どもの手が離れるまでの17年間、冬の間、夫は本州へ単身赴任し、私が訓子府町で子育てと両親の世話をしていましたが、冬に男手がないのは生活面でとても厳しいものでした。1991年に小売へ転換しましたが、始めた当初は、夫と地元の商店から一般家庭まで一戸一戸販売して回り、軌道に乗るまで5～6年掛かり、1998年頃までは設備投資の借金返済に追われる日々でした。

満足度

夫の蜂蜜採取の技術と姿勢、ミツバチに対する愛情には100パーセントの信頼を持っています。私たちの蜂蜜は、無農薬地帯での採蜜とミツバチに抗生物質を与えないことで、250種類の農薬や抗生物質が一切検出されない高品質を誇っています。自然に恵まれた北海道の蜂蜜の品質は高く、特に、菩提樹（シナノキ）からとれる蜂蜜は日本一と確信していますが、知名度はあまり高くありません。この菩提樹から採れる蜂蜜の素晴らしさを、広く知らせていきたい。それが、私たちの今後の課題です。

これから

人類最古のお酒とも言われ、「ハニームーン」としてヨーロッパで親しまれているハチミツ酒〝ミード〟を、菩提樹蜜で作ろうと考え、北海道初の〝菩提樹のミード〟を2014年に誕生させました。まさに私たちの思いが詰まった結晶です。国産ミードの製造も広がりつつあります。ミード文化が日本にも根付くように、北海道から発信していきたいですね。4代目の後継者も決まり、ともに今後も北海道養蜂の発展に全力を尽くしたいと考えています。

北の☆女性たちへのメッセージ

養蜂という仕事、ミツバチの素晴らしさ、北海道の雄大な自然。全てが感動、感動の連続でした。生活面で大変なこともありましたが、それよりも北海道の蜂蜜やみつばちの素晴らしい世界を多くの方に理解してほしい。その想いが大変さを上回っています。女性たちには、自分の抱いた思いを忘れず大切にし、まい進してほしい、そう思っています。

取材年月日：2015年11月6日

オホーツク
37

オホーツク【北見市】

倉本（くらもと）　ひと恵（え）さん　オホーツクキャリアデザインネットワーク　代表

1963年生まれ、北見市出身。アナウンサーなどを経て、26歳で倉本鉄工所（北見市）専務の夫と結婚。3人の子育てを経て、2009年に自宅を改装し「オホーツクベーグル」を開業。安全・安心な品質に定評があり、地元食材にこだわったベーグルづくりに日々奮闘中。

「全てがキャリア！」幅広いネットワークで地域の活性化を

きっかけ

2014年3月、北見市内で行われた十勝キャリアデザインネットワークの北村貴さんの講習会を聞いたのがきっかけです。北村さんのお話を聞いて、ぜひオホーツクでも十勝のような働く女性たちのネットワークがほしいと思いました。同年11月に準備組織を立ち上げ、2015年4月に正式に発足しました。現在の会員は26人で、30～50代の北見市内や近郊町村で働く女性たちです。スタートしたばかりで、まだ手探り状態ですが、働く女性だけではなく、幅広い層の女性たちの参加を目指しています。

苦労

「働く女性たちのネットワークをつくり、地域の活性化に貢献したい」。会の発足に携わったメンバーの思いは共通でしたが、いざ新しい組織を立ち上げるとなると、規約の作成など具体的で細かな作業と知識が求められました。発足したばかりで、運営費はなく、フォーラムやデザイン大賞の費用の捻出も大きな課題でした。グループを作り作業を進めていますが、メンバー同士の情報交換の中で補助金の存在を知り、上手くそれを活用できることになりました。あらためてネットワークの大切さを実感しました。

満足度

発足したばかりなので、今後の展望などはまだ描き切れていませんが、2016年2月には、初のキャリアデザインフォーラム開催を準備しています。脚本家の大石静さんを招いてのトークショーと、第1回オホーツクキャリアデザイン大賞の表彰式をします。表彰は①起業・事業家部門、②キャリア部門、③特別部門「夢を語る」の3部門。すでに数件の応募があります。フォーラムで、「やる気」や「元気」を感じてもらったり、「自分も何かやれるのでは」と思ってくれる方が一人でも出てくれるといいな、と思っています。

これから

現在のメンバーは、自分で起業、または実家の事業を継承など、経営サイドの女性が多いですが、会では、「子育ても介護も立派なキャリア」と考え、幅広い女性のネットワークにしたいと思っています。私も6年前に起業しましたが、「起業はハードルが高い」と感じていました。集う仲間や先輩がいると心強く、女性ならではの育児、介護などの問題を相談しやすい、というメリットもあります。オホーツクキャリアデザインネットワークでは、仲間作りを通して地域活性化に寄与し、次の世代に繋げていきたいと思っています。

北の★女性たちへのメッセージ

自分が今まで生きてきたこと全てがキャリアです。起業したとか、素晴らしい実績を積み重ねてきたということだけではなく、「年月を積み重ねてきたキャリア」があります。立場はそれぞれ違っても「オホーツクを盛り上げる」という点で一致できると思っています。是非、ご一緒に！

取材年月日：2015年12月17日

オホーツク
38

オホーツク【北見市】

田澤（たざわ）　由利（ゆり）さん　株式会社ワイズスタッフ　代表取締役、株式会社テレワークマネジメント　代表取締役

1962年生まれ、奈良県生駒市出身。上智大学卒業後シャープに入社。退職後、株式会社ワイズスタッフと株式会社テレワークマネジメントを設立する。自宅でくつろぐことができるのは月の3分の1程度だが、その時は高校生の三女とじっくりと向き合う。「普段会えない分、一緒の時の絆は深まりますね」

テレワークを活用し、しなやかに輝く生き方を

きっかけ

大学卒業後、会社員として6年半勤めましたが、子育てや夫の転勤で退職しました。でも、能力と意欲があるのに同様の理由で退職する女性は大勢います。そんな女性を支援したい、という思いが強まり、北見市で、在宅勤務や在宅ワークが可能なインターネット上のオフィス「ワイズスタッフ」を1998年に立ち上げました。10年経った頃、ふと思いました。「在宅勤務する人をもっと増やすには企業を変えなければ」。そこで企業の在宅勤務導入などを支援するコンサルティング会社「テレワークマネジメント」を設立しました。

苦労

テレワークが広がれば、それぞれの個性や能力、生活環境に応じた働き方が可能となります。でも、これまでの日本の社会では、9時から17時まで、オフィスに来て働くのが当たり前というのが絶対的な価値観です。また、テレワークを導入すると人間関係が希薄になるのでは、と懸念する方もいます。テレワークはすべての仕事を在宅で、ということではありません。会って話すことはコミュニケーションの基本です。これを補完する柔軟な働き方がテレワークです、ということを皆さんに伝えています。

満足度

「テレワーク」とは「離れた場所で仕事をする」こと。働きながら子育てしている方は、保育園などで子どもが熱を出した場合、仕事を中断して迎えに行かなければなりません。在宅勤務が可能になれば、子どもを迎えに行って、自宅で仕事の続きができます。また、北海道で子育てを、と思っている方もたくさんいます。テレワークが実現すると、東京都から北海道に住もうと思う方が増え、北海道の活性化にもつながるのでは。柔軟で活力のある社会の実現に向けて取り組んでいる、という充実感があります。

これから

テレワークと並行してテレエデュケーション（遠隔教育）への取り組みを考えています。都市と地方の教育格差が問題になっています。ICTを活用し、通常の教室と同様に、決まった時間に席につき、先生と議論しながら教育を受けることができる環境を提供することで、こうした問題の解決の一歩となるのでは、と考えています。教育も、テレワークと同様に人との出会いが不可欠です。ICTをバランス良く組み合わせる中で、地方にとって望ましい教育環境の創造が可能になると思います。

北の★女性たちへのメッセージ

壁にぶつかり、悩んでいる皆さん。そんな時は周囲をよく見て下さい。抜け道があるかもしれません。壁を壊すことのできる道具が見つかるかもしれません。くじけず、焦らず、しなやかに生きることを忘れずにいれば、道は必ず開けるはずです。

取材年月日：2015年11月11日

オホーツク
39

オホーツク【紋別市】

田中（たなか）　夕貴（ゆき）さん　北海道の地域とみちをつなぐネットワーク連携会議　代表

紋別市出身。父親の急死後、家業の紋別セントラルホテルへ入社。現在常務取締役。
23歳で紋別青年会議所に入会し、2006年には理事長を務める。

「未来のためのみちづくり」を女性の視点から発信

きっかけ

紋別市では、2005年から産科医師不足により市内で出産することができなくなりました。そのため紋別市の妊産婦の多くは、50㎞以上離れた遠軽町まで通院し出産しなければならなくなりました。私自身も遠軽町で子どもを出産しました経験から、地域と地域を繋ぐ安心安全な「みち」は、私たちの暮らしに必要不可欠なものと実感し、2007年に「オホーツクのみちと未来を考える会」を立ち上げ、2010年からは、全道組織の「北海道の地域とみちをつなぐネットワーク連携会議」（みちネットの会）の代表にも就いています。

苦労

毎年、各地の住民団体の代表の方々とともに上京し、国への要望活動も行っていますが、要望通りにはなかなか進まず心が折れそうになる時もあります。それ以前に道外の方には、北海道が日本の国土の1/5も占めることや、都市間の距離、貢献度などを認識してもらっていないことがとても多いと感じます。皆さんに北海道のことをもっと知ってもらい、理解して頂くことが必要です。行政だけに任せるのではなく、私たち市民も一丸となりオール北海道として諦めずに声を上げていくことが大切だと思います。

満足度

活動を始めて多くの方と出会い、北海道各地の魅力や資源を知ることができました。一次産業や観光はもちろん、環境問題やエネルギー問題など、私たち北海道は日本人の豊かな暮らしに多大な貢献をしていると、誇りを持つことができました。その反面、地域の課題も共有しました。それらの課題解決のために、私たちの運動はまだまだ続けなければなりません。北海道の暮らしを守ることは、日本人の暮らしを守ること。子どもたちの未来を守るためにも、私に与えられた使命と思って頑張っていきたいと思います。

これから

現在では、女性の視点から道づくりを考える懇談会「Rosehips（ローズヒップス）」という女性団体も立ち上がり活動しています。「ローズヒップ」とは「ハマナスの実」のことです。北海道の花であり、紋別市の花でもあります。厳しい自然環境の中でも美しい花を咲かせ、栄養豊富な実をつける花。私たちは「みち」だけでなく、北海道のため、地域のため、私たち自身のためにできることから始めていきたいと思っています。北海道のみちづくり、そして女性の活躍の場づくり、これからもたくさんの仲間と力を合わせ、続けていきたいと思います。

北の★女性たちへのメッセージ

もしも今、悩んだり心が迷子になっている女性がいたら、常識や人と比べたりせず、焦らず無理せず諦めず、自分が納得できる「貴女らしいみち」を見つけてね！未熟な私がこれまでたくさんの方に支えて頂き励まして頂けたように、貴女のそばにも貴女のみちを照らしてくれる方がきっといるはず！

取材年月日：2015年10月31日

オホーツク
40

オホーツク【網走市】

道山（みちやま）　マミさん　合同会社大地のりんご　代表

1969年生まれ、千葉県出身。1992年東京農業大学オホーツクキャンパスを卒業し、百貨店で販売業を経験。
2011年に製造・販売を中心とした「合同会社大地のりんご」を網走市で立ち上げ、代表に就く。

T－1グランプリチャンピオンが地元意識を変える

きっかけ

大学生の頃、農業は汚い･苦しい･危険の3K産業と言われていました。でも日本の農業を大切にしたいと卒業後もずっと思っていました。東京で働き、結婚し、子育て中だった30代後半のある時、大学の恩師から「農業支援のベンチャー企業を網走市で立ち上げないか」と声がかかりました。夫と相談し、2人の子どもを連れて網走市に戻ることを決断しました。当時の網走市は原料があっても農産物の加工施設がない、施設があってもノウハウがない、という状況でした。生産者と加工業者を繋ぐ中間支援を、と思い立ち上げました。

苦労

女性は結婚や子育てで仕事が制限されますよね。仕事を始めてからは、子どもを優先していないと自分を責め、家庭を暗くしてしまう時もありました。家事も仕事も、すべて自分でやろうとすると苦しくなります。「大地のりんご」では、昼の3時間だけ働ける主婦の方をパートで雇っています。同じ勤務体制の人を組み合わせれば1人分になります。60代以上の高齢者でもすごく手際がいい。やれることは実はたくさんあります。できる、できないというのは実は工夫次第。活躍の場を提供したいと思っています。

満足度

会社立ち上げ後、山わさびの規格外品活用の相談があり、農家の話を聞き回っている時、山わさびの粕漬に出会いました。今の家庭では作られなくなり、失われつつある食文化です。多くの農家からレシピを集め、原料、設備から知恵まで、地域の方から多くの協力をいただき完成させました。それが漬物日本一を決める「T－1グランプリ」で初代グランプリに輝いた「ガツンと辛い山わさび粕漬け」。みんなが「うん」って納得できるものにするには時間と苦労がかかりますが、同時にやりがいも感じます。

これから

グランプリ獲得後、環境はがらっと変わりました。全国の方が認めてくれたことで、「こんな手作りの田舎の味、誰も食べないよ」と思っていた地元の方々の意識が変わりました。地域の可能性をできないづくしであきらめるのではなく、人がつながることで可能性が広がることに気付いたんです。情報をつなぐこと、それが「大地のりんご」の役目と考えます。販売に特化した「オホーツクテロワールドゥ」も立ち上げました。寒冷地のオホーツクは農薬の散布が少なくて済むことが特徴です。冷凍の有機野菜シリーズを生産者と連携し、販路を広げる仕組みにチャレンジしています！

北の☆女性たちへのメッセージ

40、50歳でも新たに取り組めることはたくさんあります。つくりだす喜びはものづくりに限りません。インターネットの普及で多くのことが勉強できるし、まだまだ活躍できる場がある。そういう学ぶチャンスを女性もあきらめずにつかんでほしいです。がんばろうね！

十勝
41

十勝【帯広市】

北村（きたむら）　貴（たか）さん　株式会社グロッシー　代表取締役

1967年生まれ、浦幌町出身。2007年に食をテーマとしたコンサルティング企業「株式会社グロッシー」を立ち上げる。女性の起業やキャリアアップをサポートする「十勝キャリアデザインネットワーク」の事務局長。食育や人口減少問題などの有識者会議の公職も務める。

限界を超えた時、新たな自分が見つかる

きっかけ

短大卒業後、大手石油メーカーに就職しましたが、もっと仕事の幅を広げたいと思い、2年で退職。人材派遣やコンサルティング会社などに転職しました。1997年に女性をターゲットにしたインターネット専業のマーケティング会社を立ち上げました。主に化粧品や下着メーカーなどをクライアントとし、商品開発から販売促進などを手掛けました。その後、リサーチのターゲットを「食」に絞り、そこから料理のレシピ開発や食育関連の各種イベントを催すなど、さまざまなコミュニティを広げていきました。

苦労

マーケティングの仕事は、時代の最先端を追い求めなければなりません。常に頭をブラッシュアップ（磨き上げ）する必要があります。数年前に催した大手家電メーカーの調理家電の販促では、料理教室と組み合わせて、その家電の最新機能を際立たせるような仕掛けをしました。料理家と生徒とのコミュニケーションを広げながら、いかにして商品をＰＲしていくかが大変でした。すぐ結果が出るような仕事ではないので、いつも緊張感があります。

満足度

現在販売されている伊藤園の野菜ドリンク「充実野菜」のペットボトルには、当社が考案した当該商品の料理レシピが載っています。長年培ってきた料理家のネットワークを活用し、代理店を通じてパスタや煮込み料理などを提案、大変好評を得ています。2007年には「十勝キャリアデザインネットワーク」を設立。事務局長として、地域で働く女性をネットワークしながら、起業や社内におけるキャリアアップをサポート。2年に１回実施する「キャリアデザイン大賞」では、多くのロールモデルを輩出しています。

これから

2015年は、東京都で常設のキッチンスタジオ開設を目指します。そこでの料理教室はもちろんですが、スタジオの中にクライアントが求める商品開発の要素を取り込み、料理家のネットワークを通じて、さまざまなプレゼンテーションができるような空間を提供していきたいですね。さらに十勝だけではなく、他の地域についても、地元の方が地域の特産物についての素晴らしさをもっと知ってもらえるような、食育に関する講座を増やしていきたいと思っています。

北の★女性たちへのメッセージ

マーケティングの分野では、女性だからこそ共感できるアイディアがあります。人は限界を超えた時、はじめて新たな自分を見つけることができます。色々なことに興味を持ち、女性ならではの感性を持って視野を広げてみてください。きっと何かが変わってくるはずです。

取材年月日：2015年11月27日

十勝
42

十勝【帯広市】

紫竹（しちく）　昭葉（あきよ）さん　紫竹ガーデン　オーナー

1927年生まれ、帯広市出身。宮坂建設工業創業者・宮坂寿美雄さんの次女として育ち、20歳の時に同社の社員だった紫竹勲さんと結婚。1983年に勲さんが死去。その後、帯広市郊外に1万8,000坪の農地を買い、1992年に紫竹ガーデンを開園する。

少女の夢、多くの人に幸せを運ぶお花畑に

きっかけ

56歳の時、最愛の夫・勲が亡くなりました。とても悲しくて泣いてばかりの毎日でした。ある時、長女の和葉から「お父さんは太陽のようなお母さんが大好きだったでしょ。泣いてばかりでいいの？」と言われました。「あぁ、そうだ」と思い、考えました。「残りの人生で何ができるだろう」と。浮かんだのは「子どものころ大好きだったお花畑を作ろう」でした。でも、若くない、経験もない、お金もないの「ないないづくし」なので、みんなは猛反対。そんな時、和葉の夫の毅さんが「夢を持つのはその人だけの才能。誰も止めることはできない」と説得してくれたんです。

苦労

購入した土地は農地でしたが、耕作放棄地のため、雑草と石が多く大変でした。でも土地をお世話してくれた方に「初代は苦労して物事を成すものだよ。あなたは初代でしょ」と言われ「なるほどな」と思いました。庭をどうやって作るのかも分かりませんでした。そんな時、友人がイギリスでガーデンデザインを学んだ奥峰子先生を紹介してくれました。庭の設計を引き受けていただき、これが紫竹ガーデンの出発点になりました。また、庭の造成工事も「勲さんには大変お世話になったから」と、地元の建設業者の方が協力してくれました。

満足度

オープン当時は年間2,000人ほどのお客様でしたが、今では10万人を超える方が来てくれます。本当にありがたいですね。夢のようです。お花畑を訪れた方は「幸せな気持ちになる」「すごく癒やされる」と言ってくれます。「自分も、そしてみんなも幸せになるようなことをしよう」と考えて、この庭を始めました。野原のような庭は、四季折々の表情を見せてくれます。春の息吹、夏の躍動、秋の実り、そして冬の静けさ。訪れる方に少しだけ幸せを提供できているのかな、と考えると、この庭を作って本当に良かったな、と思います。

これから

今は長女夫婦と孫たちが力を合わせて一緒に紫竹ガーデンを支えてくれます。私は、毎朝4時頃には起きて、庭をぐるっと回って雑草を取ったり、植え替えをしたり、虫を取ったりします。夢中になって夜の7、8時になることもしょっちゅうあります。でも、庭の仕事が大変だと思ったことは一度もありません。庭にいることが大好きですし、疲れなんて全然感じません。この庭には今までに多くの方が訪れていただきました。でも、もっとたくさんの方に来てほしい、もっと喜んで幸せになってほしい、そう思うと庭づくりには終わりはありませんね。

北の☆女性たちへのメッセージ

こんなことをしたい、でもできるかな、と悩んでいる方へ。自分に魔法をかけなさい。「できる」「やれる」って。人生は楽しいもの。つらいこともあるけど、そんな時はできる人が助けてあげなきゃね。私もいっぱい助けてもらったのよ。人と仲良くしていれば、手をさしのべてくれる方はきっといるから。あきらめないで。

取材年月日：2015年12月21日

十勝
43

十勝【帯広市】

谷（たに）　あゆみさん　　ばんえい十勝　調教師

1966年生まれ、奈良県出身。帯広畜産大学卒業後、牧場に就職。その後、ばんえい競馬のきゅう務員として就職、2005年に調教師試験に合格。2006年、谷きゅう舎を開く。2012年に出産し、1児の母に。競馬場のきゅう舎で馬とともに生活を送る。

北海道の伝統文化をしっかりと次世代へ

きっかけ

午（うま）年生まれで、子どもの頃から馬の絵ばかり描いていて、自然と馬が好きになっていました。大きな動物を飼いながら絵を描いて暮らす生活に憧れ、大学進学で北海道に来ました。学生時代に、先輩に誘われて行った牧場でシンザンと出会い、卒業後、その日高管内の牧場に就職しました。牧場勤務時代にばんえい競馬を知り、そのダイナミックさに夢中になりました。1993年にばんえい競馬のきゅう務員になり、その後、周囲からの勧めもあり調教師の試験を受け、合格しました。

苦労

日高管内の牧場に就職した時、きゅう務員時代、そして調教師になってからも、女性は珍しい存在で、完全な男社会の中で過ごしてきました。ばんえい競馬のきゅう務員になってからは、理不尽な事に対しては言い返せるようになり、「地震、かみなり、谷あゆみ」と言われていましたね。きゅう舎を構えた時も、「女のくせに」という見方もあったと思います。女だから技術的に劣っていても仕方ないと言われたくないと思っています。母親としては、子どものことだけに集中しきれない環境なので、申し訳ないという思いがあります。

満足度

2006年に馬5頭、きゅう務員さん1人という体制で谷きゅう舎を開業しました。今は、馬20頭、きゅう務員さんは5人になりました。調教師としての技量、きゅう舎の経営や成績など、まだまだ満足はしていません。3歳半になる息子が居ますが、出産してから自分が思うように仕事に携われなくなった時に、経営不振に陥りきゅう舎を畳むことも考えましたが、優秀なきゅう務員たちに支えられ、続けることができました。今は、徐々に、谷きゅう舎の名前も知られ、馬主さんから信頼を得られるようになってきましたが、まだまだこれからですね。

これから

きゅう舎としては、重賞レースの優勝馬を輩出できるきゅう舎を目指していますが、まずは、きゅう舎1棟に24頭入れるので、それを埋めたいと思っています。ばんえい競馬に携わる者としては、世界唯一の北海道の大切な馬文化を、私たちの世代で終わらせたくない。「バンバ」の血筋は、開拓時代から脈々と受け継がれてきたもので、この血筋が一旦途切れると、復活させるのは大変です。しっかりと守り、次の世代に繋いでいきたい。母親としては、子どもが物心ついた頃にも、現役の調教師としての姿を見せたい。そう思っています。

北の☆女性たちへのメッセージ

「継続は力なり」です。頑張り過ぎずに、目の前の事、自分の出来ることを「とつとつ」とやる。そうすることで、周りからの信頼も得られていきます。頑張り過ぎると、ある日、突然糸が切れてしまうこともあるかもしれません。頑張り過ぎず、自分のペースで進むことが大切だと思っています。

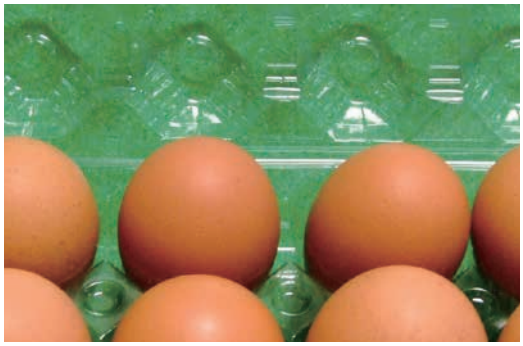
取材年月日：2015年11月27日

十勝
44

十勝【中札内村】

道見（どうみ）　ひろみさん　株式会社あんてぃー　代表

1959年生まれ、中札内村出身。帯広農高卒業後、海外での農業研修を経て実家の農家を継ぎ、結婚。子育てが一段落付いた2007年に地元の道の駅改修に併せて、物産販売所と飲食店を開設。じゃがいもや枝豆、卵など新鮮な地場産品が大好評となる。



中札内の新鮮な野菜を味わってほしい

きっかけ

実家は石川県から十勝地方に入植して４代目を迎える農家。まだ女性が農業に携わることが少ない中、帯広農業高に進んで、農業の基礎などを学び、卒業後はデンマークで１年間、研修をしました。その後は、実家を継いで結婚。３人の子どもにも恵まれ、40歳ぐらいまでは農作業と子育てで精一杯。ようやく子どもから手が離れ、地元農協の女性部で役員をするなど、地域の会合に出るうちに「道の駅なかさつない」の改修に併せて、物産販売所開設の話が持ち上がり、仲間と一緒に準備を始めました。

苦労

販売所は、地元の農家の皆さんの協力が不可欠です。それでも秋の収穫期を迎えると、野菜の品出しが大変になってしまいます。長年、地元で農業をしてきたので、仲間の農家がいつ、どのような作物を植え、収穫し、どこに運搬するのかを把握していました。だからこそ無理なことは言えません。そこを調整しながら、常に品揃えを意識し、お客さまが満足するよう心掛けています。さらに道外で人気の道の駅や物産販売所などを視察に行ったりと、研究を重ねています。

満足度

中札内村に訪れる方が増えれば地域が元気になる、との思いから、販売所を手掛けました。じゃがいもや小豆、枝豆、卵などの農畜産品、パンなどの加工品や手芸品と、取扱う品物は多岐にわたります。地元の食材を使ったソーセージ、揚げ卵などの軽食を販売する「畑のキッチン・あんてぃー」も2007年に開設。とかち帯広空港に近いため、観光スポットとして帯広市からも多くの方が買い物に来てくれ、年間来場者数は75万人にも達しました。旅行関連情報紙では、常に道の駅ランキングで上位にランクされるなど、認知度は高まっていますね。

これから

物産直売所をオープンして12年目を迎えます。毎年４月から11月までの期間限定営業ですが、卵は自動販売機で通年販売しています。春になると、長い冬を待ちわびてくれたリピーターのお客様がたくさん来てくれます。その方々に飽きられないよう、新たな取り組みをしていきたい。私たちが普段食べ慣れているホクホクしたジャガイモや甘いカボチャなど、新鮮な野菜をもっと広く知ってもらいたい。まずは家庭で簡単に調理できる加工品に取り掛かっています。

北の★女性たちへのメッセージ

高校の時、女性が少ない中、自ら６人集めてバレーボール部を作るなど、自ら決めた目標に対して全力でぶつかってきました。この販売所も同じ。何事にも妥協せず、まずはチャレンジすることが大切ですよ。それが実現した時、達成感に包まれ、幸せになれます。

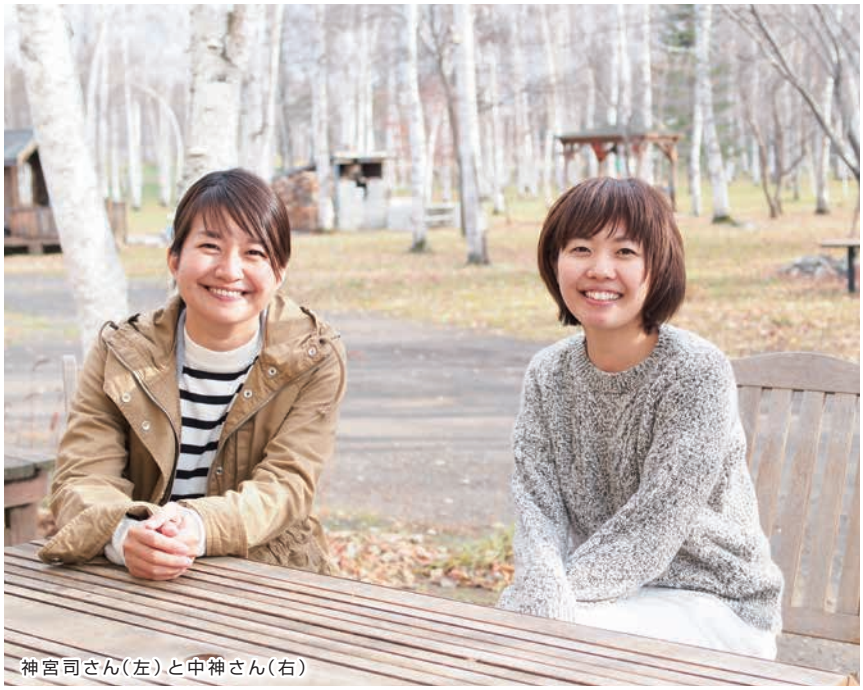
取材年月日：2016年１月19日

十勝
45

十勝【大樹町】

神宮司（じんぐうじ） 亜沙美（あさみ）さん・中神（なかがみ） 美佳（みか）さん　大樹町地域おこし協力隊

2人とも大樹町出身。神宮司さん（1985年生まれ）は、東京都内のIT企業に就職。中神さん（1986年生まれ）は神奈川県の大手自動車メーカーでマーケティング業務に従事。首都圏在住の道産子が集まるイベントで知り合い、2015年にUターン。地域おこし協力として、地元の魅力を発信している。


神宮司さん（左）と中神さん（右）

離れたからこそ気付いたふるさとの魅力を発信

きっかけ

お互いに大樹町出身ですが、東京都・神奈川県で就職し、首都圏に居住する道産子が集うイベントで出会いました。そこで同郷だと知り、さらに同じような境遇だったことで親交を深めていきました。それぞれ結婚していて、神宮司さんには子どもがいて、子育てを北海道でしたいという思い、さらに中神さんもUターンしたいという思いが一致。そんな時、大樹町役場で地域おこし協力隊の応募があると知り、夫や家族と相談を重ね、大樹町に移住。2015年から嘱託職員として勤務することになりました。

苦労

15年近く大樹町を離れていたので、正直に言うと、マチの魅力をどう発信していけば良いのか不安でした。地元の方から「このマチには何もないからね」と言われますが、協力隊の仕事をやっていくうちに、子どもの頃にはそれほど感じなかった素晴らしい風景や美味しいピザを焼いてくれるカフェ、無添加のソーセージを作っている牧場など、町外に誇れる素材がたくさんあることを発見しました。お互い実家で暮らしていますが、夫と両親の協力もあって、ようやく家事と仕事を両立できるようになりました。

満足度

神宮司さんは、このほど創刊した町のフリーペーパー「ソラユメ」の編集長として取材、編集を担当。特集では、写真を交えながら町内のケーキ店や牧場経営者の方々を紹介しています。小さなマチですが、住んでいても知らないことは実は沢山あるんです。大変好評で次号は増刷も検討中です。中神さんは、ふるさと納税のお返し品をPRする仕事がメイン。自動車メーカーで培ったマーケティング感覚を生かしながら、特産のホエー豚や和牛、チーズなどの乳製品をHPなどで紹介。何と納税額は約6倍にも跳ね上がりました。

これから

大樹町に住んでいる方がより楽しく暮らすことのできるような、そして観光に訪れた方や仕事で立ち寄る方がまた来たくなるような、そんな素敵なマチづくりを目指しています。30年ほど前から大樹町では「宇宙のまちづくり」と称して、さまざまな活動をしています。「ソラユメ」は、宙（そら）に夢（ゆめ）を架けるマチの住民を紹介するマガジンです。ふるさと納税のお返し品に「ソラユメ」を同封し、道内外の方に大樹町をPRしています。3年の任期ですが、色々な事業を企画し、効果的な仕掛けを作っていきたいですね。

北の☆女性たちへのメッセージ

離れたからこそ、ふるさとの魅力に気付いたのかもしれません。そして再び住んでみて、さらにこのマチが大好きになりました。だって生まれ育ったマチだから…。女性独自の目線で物事を捉えると、新たな発見があるかも。皆さんもふるさとの魅力を見つけてみませんか？

取材年月日：2016年2月3日

十勝
46

十勝【士幌町】

山岸（やまぎし）　厚子（あつこ）さん　せわやき玉子　代表

1956年生まれ、士幌町出身。23歳の時に、士幌町佐倉地区で入植から4代続く酪農家の夫と結婚。乳牛を飼育する一方で、娘と一緒にヨーグルトを製造する「さくら工房」を開設。2006年に「せわやき玉子」を立ち上げるなど、地域のアイデアウーマンとして多方面で活躍する。

男爵イモとこしあんで作ったスイーツ
「おいもとおまめがドッキングー！」

食文化を伝えながら、人と触れ合い・通じ合いたい

きっかけ

ポテトチップスで使用しているジャガイモをはじめ、新鮮な牛乳やしほろ牛肉など豊かな農畜産物に恵まれた町なのに、気の利いた地元のお土産って思い当たらないよね、と何気ない主婦の会話から始まったのが設立のきっかけ。それなら自分たちでやってみようと、異業種の女性6人が集まりました。地元の食材だけを使ったご当地グルメの開発から手掛けることになり、和食･洋食･中華などジャンルにこだわらず、いろいろな食材を持ち寄り、みんなで将来の夢を語り合いました。

苦労

メンバーは、私のような酪農家をはじめ、畑作農家、建築業者とさまざま。みんなが時間を合せて作業するには限りがあります。特に農繁期は集まることすらできず、集まっても意見が噛み合わず、みんなを調整してまとめていくのが大変でした。私たちの活動をＰＲするパンフレットも作りました。お揃いの割烹着を着て、6人がそれぞれ違った色のマフラーを付けるなど、さまざまな方に協力してもらいました。それでも和気あいあいと楽しむことをモットーに各種活動を続けてきました。

満足度

設立翌年の2007年に「食彩inしほろ」と題した試食会を開催しました。まずは、町民に自分の町の素晴らしさを知ってもらうのが重要だと考えたからです。このように食をテーマにしたイベントは毎回盛況で、地元の農畜産物をテーマにした料理教室を開いたりしています。さらに料理コンクールにも参加。男爵イモとこしあんで作ったスイーツ「おいもとおまめがドッキングー！」は、あるコンテストの全国大会で最優秀に輝くなど、徐々にではありますが、目に見える成果が出てきました。

これから

世話好き、もの好き、しほろ好きの女性6人からスタートしましたが、そろそろ後継者を探す時期になりました。当然ながら、各酪農家、畑作農家にも同じような問題があります。まずは若者にこの町を好きになってもらいたい。こんなに食に恵まれた素晴らしい地域はありません。食文化を伝えながら、人と触れ合い・通じ合いたい。これからは若い方々の知恵と行動力を仰ぎ、うまく融合して、士幌町を総合プロデュースするような集団になりたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

「せわやき玉子」とは、玉子から何がかえるか分からないけど、とりあえず温め、育て、行動してみよう、そんな思いを込めています。世話焼き（好き）って決して悪いわけではなく、目配りが利くってことじゃないかな。そんな素敵な女性になりましょうね。

取材年月日：2016年2月4日

十勝
47

十勝【新得町】

湯浅（ゆあさ）　優子（ゆうこ）さん　スローフード・フレンズ北海道　リーダー

1950年生まれ、東京都出身。23歳の時、農業実習生として新得町へ。翌年結婚し、1996年に夫とともに日本初の酪農ファームイン「つっちゃんと優子の牧場のへや」を開業（現在は休業中）。2002年に北海道スローフード・フレンズ帯広（現スローフード・フレンズ北海道）を設立。

「母なる大地とともに生きる喜び」を広げて

きっかけ

昭和も終わりの頃、農場は乳牛を80頭ほど飼う規模にまで拡大しました。でも、少しずつ「おかしい」って思うようになりました。一日中がむしゃらに働いても経営は厳しく、余裕もなく働かされている、という思いが強まりました。ちょうど時代が平成に変わる頃、ヨーロッパの持続型農業を学ぶフォーラムに参加しました。衝撃でした。「農業は多様で良いんだ」と気付き、その後グリーン・ツーリズムを学び、ファームインを始めました。そうした中で、スローフード運動に出会いました。「自分が本当にやりたいこと、伝えたいことはこれだ！」と直感しました。

苦労

「食」に対する不安は多くの方が感じています。でも、「危機感」を持つだけでは何も変わりません。まずは、できることをやっていこうと思い、多くの仲間と語り合いました。食のあり方を見つめ、暮らし方を変えていきたいという思いはいつのまにか、北海道でスローフードのネットワークとなりました。これまでの組織的なものではなく、フラットな関係を大切にする会となりました。リーダーという存在は特別ではなく、みんなが各地で自主性を持って取り組んできたことが、ここまで来られたのだと思います。みなさんのおかげですね。

満足度

グリーン・ツーリズムに取り組む際、私のバイブルは、当時農政部の主任で後に副知事になる荒川裕生さんたちが作った、ヨーロッパ農業に関するレポートでした。ここで紹介された都市と農村の共存・交流を実践するために、ファームインを開業しました。食卓を囲むことの楽しさ、大地の恵み、食の大切さ。お客様との交流から多くを学びました。私の原点です。スローフード運動のスローガンは「おいしい・きれい・正しい」です。農業・農村は、人と地域とつながりながら、大地に根ざして生きていく大切さと共にそのことを伝えられる場だと実感しています。

これから

2015年11月に、十勝、占冠、札幌の3会場で、北海道では初となる「テッラ・マードレ・ジャパンin北海道2015」を開催しました。「テッラ・マードレ」は「母なる大地」という意味。様々な団体や個人が集い、つながり、食を育む大地の未来を考えようという、スローフード協会の世界的なミーティングです。多くの方と出会い、つながることができました。ボランティアで参加してくれた学生たちも、自発的に動き、手づくりのイベントを楽しみました。彼らの感動とたくましさは、大きな財産です。「母なる大地とともに生きる喜び」が次世代へとつながる手応えを感じました。

北の☆女性たちへのメッセージ

おいしいものをみんなで食べると心が通い合い、会話も弾みます。人生はいろいろな悲しみや苦難もありますが、笑顔で楽しく生きることの大切さを忘れずに、と思っています。暮らしや仕事に志や哲学を持つと、人生は豊かになります。食卓を囲む笑顔の周りには人が集まり、きっと生きる力になりますよ。

取材年月日：2015年12月21日

道東
48

釧路【標茶町】

伊藤（いとう）　朋子（ともこ）さん　手づくりクレヨン工房 Ｔｕｎａ－Ｋａｉ　代表

1966年生まれ、岡山県出身。帯広畜産大卒。北海道での農業に惹かれて、道内で農業改良普及員となり、農家を目指すも断念。転職後に草木染めに興味を持つようになり、100パーセント自然素材のクレヨン制作の研究を進め、2008年に自ら工房を立ち上げ、2012年から一般販売を始める。

自然素材のクレヨンでみんなに笑顔を届けたい

きっかけ

北海道の農業に憧れ、帯広畜産大に進学し、卒業後に農業改良普及員になりましたが諸条件が噛み合わず、農業を断念。転職して草木染めの講師をしていた時、１人の少年に出会いました。彼は化学物質アレルギーがあり、市販のクレヨンや絵具が使えず、色を使った絵が描けないことを知りました。この少年に思いっきり好きな色で絵を描いてもらいたいとの思いから、染色技術を応用した自然由来のクレヨンをつくるようになりました。

苦労

工房は、標茶町の老朽化し閉鎖していた旧青年会館を町役場から借りることにしました。家賃は格安でしたが、設備面の修復に苦労しましたね。それでも地元の方々が親身になって手伝ってくれて、小さな工房が完成。みなさんには本当に感謝しています。顔料は、地域に自生しているヨモギやタンポポ、ドングリなども使います。そのため鮮やかな色が出にくく、さらに時間が経つと固くなって描けなくなるなどの課題も。それでも試行錯誤を重ねながら、ようやく商品化することができました。

満足度

手間ひまをかけているので、各商品とも高価になってしまいますが、東京都など首都圏の百貨店でも販売できるようになりました。購入されるのは、孫の誕生や入学祝いに購入される高齢の方が多いですね。自然の草木や土、貝殻などから煮沸して色を取り出し、それを蜜蝋に混ぜてクレヨンに、アラビアゴムを混ぜて絵の具に仕立てます。この取り組みに賛同してくれた画家やイラストレーターが、当工房のクレヨンや絵の具を使って、それぞれ得意分野の絵を描いてもらい、小さな個展を開くようになりました。

これから

「Ｔｕｎａ－Ｋａｉ」はアイヌ語でトナカイを意味します。息子が４歳の時にパソコンで描いたトナカイの絵をロゴマークとして使っています。Ｔｕｎａは「ものを運ぶ」、Ｋａｉは「家畜」が語源。みんなに笑顔を届けるトナカイでありたい、そんな想いを込めています。クレヨンと絵の具の顔料は20種類を超えました。もっときれいな色が出るよう研究を重ねると同時に、クレヨンや絵の具を使った個展も引き続き、開催していきたい。今春には、知床財団とコラボした「ヒグマ足跡パレット」を販売する予定で、準備を進めています。

北の☆女性たちへのメッセージ

手づくりのクレヨンは、１つ１つに個性があります。草木を煮沸する時間によって、発色具合が微妙に変化します。これって子育てに似ているのかな。子どもの個性を伸ばしてあげたい、そんなお母さんの気持ちって大切ですよね。

取材年月日：2016年２月18日

道東
49

釧路【浜中町】

三膳（さんぜん）　時子（ときこ）さん　認定NPO法人霧多布湿原ナショナルトラスト　理事長

1957年生まれ、浜中町出身。札幌市での短大進学・就職で一度浜中町を離れるが、地元に戻り結婚。1986年に発足した霧多布湿原ファンクラブを事務方として支える。2001年に、民有地を買い上げるナショナルトラスト活動を展開するための「ＮＰＯ法人霧多布湿原ナショナルトラスト」の立ち上げと同時に理事長就任。

自ら遊んだ花の湿原を子どもたちへ残す

きっかけ

湿原は子どもの頃からの遊び場でしたが、ここが好きで東京都から移住してきたご夫婦が始めた喫茶店で旅行者と話すうちに、自分も気付かなかった魅力を知りました。ファンクラブを作ろうと会員を募りましたが、1986年8月に立ち上げてわずか4か月で1,000人を超えました。その後2～3年で会員は3,000人ほどになり、会報発行など裏方として関わってきました。湿原を保全し、子どもたちが花を身近に見ることができるよう、当初は地主さんから借りる形でしたが、買い上げてほしいという話をいただいたのをきっかけに、ＮＰＯ法人を立ち上げました。

苦労

理事長に就任して、実際に動き始めた時にはすごく後悔しました。ものを知らな過ぎて。いろいろな会議にも声がかかるようになりましたが、参加者には女性も少ないし、話をするのも苦手でした。今でも、皆さんの気持ちにこたえることができているのか、感謝の伝え方が足りないのではないか、と思っています。でも、活動のたびに多くの方が集まり、とても暖かいメッセージが届いたりします。自分だったらここまでできるのかなと思うくらい。本当に感謝しています。会員は全国にいますが、機会があればできるだけ多くの会員にお会いしたいと思っています。

満足度

ファンクラブ発足から30年経ちました。これだけ長く継続して活動ができたことは、感慨深いです。１次産業の町なので自然と関わることが多い分、住民の皆さんも自然環境を大切にすることで、自分たちの生活に大きな影響がある、という意識が強くなったと感じます。レジ袋削減、エコバッグ持参運動も、それほど抵抗なく進みました。「湿原クリーン作戦や町内へのアピールなど、環境問題を長くやってきたことが啓発になった」「きれいな湿原という活動が、ごみの減量の啓蒙になっていた」と言われて、うれしかったですね。

これから

世代交代を常に考えていますが、なかなか実現できないのが課題です。地元の若い方々とつながって、ガイドなどの技術を身に付けて活動に参加してくれたらいいな。霧多布高校にはボランティア同好会があって、木道づくりなど色々お世話になっています。最近は地元の方々などを講師に招いて「浜中学」という授業を行っています。学んだことを実践する場所として、トラストを活用させてほしいという話もあります。2016年の夏には、高校生とのコラボレーションが実現する予定です。高校生が花の湿原を案内するなんて、楽しいと思いませんか。

北の★女性たちへのメッセージ

人と会うのが好きで、楽しいと思いながらやり続けることができました。楽しいことの割合を多くすると、もっと頑張れてしまうのが女性かもしれない、と思います。ここは本当に不便なところですが、湿原に立って広大な自然のままの花を眺めると、心が安らぎますよ。ぜひいらしてくださいね。

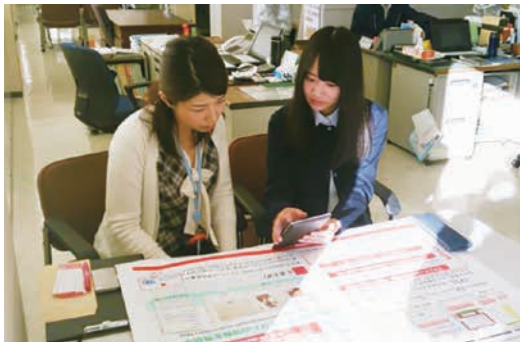
取材年月日：2016年2月17日

道東
50

釧路【白糠町】

土田（つちだ）　栞（しおり）さん　釧路公立大学経営学科４年生

1994年生まれ、白糠町出身。現在も白糠町から車で大学に通う生粋の「白糠娘」だが、大学２年生の時には、語学留学のため、カナダのバンクーバー市で４か月間のホームスティの経験を持つ国際派でもある。



マタニティに優しく寄り添うアプリを開発

きっかけ

「栞を妊娠していた時は、陣痛がひどく、記録するのに苦労したのよ」と母から聞いたことがスマートフォン向けのアプリ「陣痛ダイアリー」開発のきっかけです。特に、初めて出産する方は痛みに加え、不安と闘いながらの日々となります。スマホで手軽に記録できるアプリがあればマタニティの負担が減るはず、と考え開発を始めました。病院から遠隔地に住む方にとっても、手軽に記録できて病院連絡の際に役立つので、不安解消につながるのでは、と思っています。

苦労

ITの知識に乏しく、妊娠も出産も未経験ですので、開発当初は「本当に大丈夫かな」と考えました。どの程度のニーズがあるかも未知数でしたし。アプリをより身近に感じてもらい、利用しやすいようにするために、マタニティの模擬体験もしてみました。陣痛というマタニティに非常に負担のある状況で使用してもらうため、安全性と正確性には特に注意し、医療関係者の方を中心に多くのアドバイスを受けました。苦労は多かったですが、その分、達成感も大きかったですね。

満足度

開発の際には、医師や看護師、助産師の方から多くのアドバイスをいただきました。また、機能の検証では、お産の時期を迎えているマタニティの自宅を訪問し、彼女たちの要望を聞き反映させました。実際に使った方からは、「初めての出産で不安があったが、このアプリのおかげで安心してお産の時期を過ごすことができた」との評価を受け、大変うれしかったですね。内閣府の「2015年度女性のチャレンジ賞」を受賞できたことも、多くの方に協力いただいた結果だと思っています。

これから

今回のアプリ開発では、一つのものを作り上げていく楽しさを経験しました。できあがったものを評価していただいたことはもちろんうれしいのですが、それよりも、さまざまな方の協力をいただき、開発したアプリを地域社会に向けて投入する過程が何よりも大きな財産になりました。2016年春には、社会人になります。開発系の仕事ができるかどうかは分かりませんが、いずれ結婚し、家庭を持ち、30代、40代になっても、仕事と家庭を両立していきたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

「マタニティに思いやりを」というコンセプトでアプリを開発しました。開発を通じて、医療過疎地域の現状も知ることができました。出産は、配偶者の方の理解と協力が不可欠です。社会人になっても、女性が安心して出産できる環境作りに向けて役に立てれば、と思っています。

取材年月日：2015年10月24日

道東
51

釧路【鶴居村】

服部（はっとり）　佐知子（さちこ）さん　ファームレストラン ハートンツリー　オーナーシェフ

1961年生まれ、旧・阿寒町（現・釧路市）出身。22歳で結婚し、30歳の時に北海道で憧れだった酪農業に携わる。1999年に鶴居村で「ファームレストラン ハートンツリー」を開設。チーズ工房などの体験型施設などを備え、常時、国内外の若者をホームステイで受け入れている。

酪農家の応援団であり続けたい

きっかけ

大阪府阿倍野区の辻調理師専門学校に進んで、フランス料理から製菓、製パン技術を学びました。大阪府で夫と結婚。北海道で子育てをしたいとの思いがあったので、憧れていた酪農の仕事を探して標茶町に移住。まずは町営牧場でお手伝いを始めました。その後は、鶴居村で酪農家を手助けする「酪農ヘルパー」になり、牧場ごとで異なる生乳のおいしさを発見しました。得意な料理でこの味を表現して、多くのお客さんに喜んでもらいたいと思ったのがきっかけです。

苦労

本当は牧場を兼ねたレストランをやりたかった。ただ酪農をするには、牧場の敷地や乳牛の確保、生乳を搬送するルートなど、さまざまな制約があったので諦めました。レストラン開業も、資金繰りが大変でした。親交があった地元の大工さんが、親身に面倒を見てくれ、鶴居村雪裡地区の小高い丘の上に小さなレストランを作ってくれました。酪農ヘルパーで担当した牧場に足を運んで、生乳の提供を求めたほか、地元農家にも採れたての野菜を分けてほしいとお願いし、ようやく現在のスタイルが出来上がりました。

満足度

小さなレストランから始まり、チーズ工房や農家のD型ハウスを改装した宿泊工房、バーベキューハウスなどの各種施設を夫と一緒に作りました。食育活動では、地域の小学校で料理教室を開いたり、海外の料理を学ぶため、地元の農家さんと一緒に研修旅行に行ったりしています。さらに国際的な農業体験と交流を図る「WWOOF Japan（ウーフジャパン）」のホストに登録。ホームステイしている外国人の若者が、レストラン業務を手伝ってくれます。毎日たくさんの仲間に囲まれ、とても賑やかで楽しいですよ。

これから

酪農家など多くの方の協力で、おいしい料理を作ることができます。今は、生乳を牛乳として販売できるよう、準備を進めています。当レストランは、ずっと酪農家の応援団でありたい。おいしい生乳が採れるからこそ、チーズやヨーグルトなどの発酵品ができ、パンやピザなどにアレンジできます。この豊かな食材は、地域の宝です。調理法を教える料理教室も充実させていきたい。ここで学んだ若い外国人が、自国に帰ってミルクカレーなどのメニューを広めてほしい。夢は世界中に「ハートンツリー」ができることですね。

北の☆女性たちへのメッセージ

丘の上の木には、心が和むハートがある。この店はそんな思いを込めています。名字の「はっとり」にも掛けています。心和む空間を、という夢を実現するために努力を重ねました。でも、まだ夢の途中です。みなさんもNever Give Upの気持ちを持ってDreams come trueになるよう、一緒に頑張りましょう。

取材年月日：2016年2月2日

道東
52

釧路【弟子屈町】

藤原（ふじわら）　多美（たみ）さん　宿・花ふらり　オーナー

1969年生まれ、京都府出身。京都府の堀川高卒業後、宝塚音楽学校に合格し、宝塚歌劇団に入団。1990年に「ベルサイユのばら」で初舞台。14年間にわたって花組の男役のタカラジェンヌとして活躍する。退団後、長年の夢だったペンションを、2006年に阿寒国立公園内に両親と3人で開設する。

元タカラジェンヌの転身、手づくりの料理でおもてなし

きっかけ

幼いころからピアノを習っていて、親との約束で高校卒業時の1回だけということで宝塚音楽学校を受験し、合格しました。その後は、タカラジェンヌとして32歳まで舞台に立っていました。北海道には公演で何度か訪れ、その都度、自然の美しさ、雄大さに心を打たれました。厳しい稽古と舞台の合間に行くプライベート旅行では、いつも家庭的な雰囲気のペンションに泊り、心が癒されました。演者としてお客様に喜んでもらうことと、ペンションでのおもてなしが共通するものだな、と気付いたことが、ペンション開設のきっかけです。

苦労

「北海道でペンション経営なんて成功しないよ」ってよく言われました。確かに、全くの素人がペンションを始めるのは、とても大変なことでした。まずは親交があった京都府のペンションで、食事の修行をしました。調理師免許も取得しました。ペンション探しでは、良い物件がなかなか見つからず、最終的に中古のペンションを購入しました。その後リフォームやインテリアの入れ替えなど、慌ただしく準備を進めました。さらに、幼いころから使っていた思い出のグランドピアノの搬入も大変でしたね。提供する料理のメニューは、今でも奮闘しながら考えています。

満足度

ペンションから見える釧路川河川敷の風景がとても美しく、皆さん喜んでくれます。周遊旅行の拠点として、夏場は多くの方が宿泊してくれます。リピーターの方との再会も楽しみの一つです。2006年の開業時から、グランドピアノを囲んだ「ミニミニコンサート」を定期的に開催しています。今ではすぐに予約で埋まってしまうほど好評で、音楽を通じた地域の方々との交流に充実感があります。私は、何よりも犬好き。人懐っこい4匹のラブラドールレトリーバーと就寝を共にし、犬たちも一緒に接客してくれるのは幸せですね。

これから

多くのお客様と地元の農家さんなどの支えもあって、2016年4月で開設10周年を迎えることになりました。これからも、道東地方の魅力を伝えていきたいですね。釧路川でのカヌー体験や、神秘的な雲海が綺麗な摩周湖、屈斜路湖などを多くの方に自ら案内したいと思い、2015年末に旅行業の会社を立ち上げました。今後は、旅客自動車運送業を取得する予定です。さまざまな可能性を探りながら、地域の方々と一緒になって道東観光、さらには地域社会を盛り上げていきたいと思っています。

北の☆女性たちへのメッセージ

「あきらめない」ことも大事ですが、その前に「頑張っていれば必ず誰かが見てくれている。自分を信じてあきらめない！」が私の元気の素です。人に何を言われようが、まずは自分の意思を信じて、行動することが重要なのかもしれません。立ち止まることなくね…。

取材年月日：2016年1月12日

道東
53

釧路【釧路市】

森崎（もりさき）　三記子（みきこ）さん　釧路モカ女性プロジェクト　代表

1956年生まれ、釧路市出身。東日本大震災直後の2011年5月に、5人の仲間と市内の喫茶店でモカシェイクを食べながら会を立ち上げる。漁網を使ったボディタオルなどの売り上げは8,000個近くに達し、釧路市を代表するヒット商品に。

「人づくり」基本に、自分らしく輝く女性を支援

きっかけ

普段はハローワーク釧路のキャリアカウンセラーとして、仕事と子育ての両立をサポートする個別相談を担当しています。この仕事に就いて10年ほどになりますが、才能豊かで、情熱もあり、高い技術を持っているのに、さまざまな事情でそうした能力や情熱を発揮できないで、孤独感を募らせている方たちが多いことが分かり「もったいないな」という思いが強くなりました。「つなげれば強くなる」と考えて、2011年に「モカ」を立ち上げました。「もっと大きくカッコよくありたい」が名前の由来です。

苦労

立ち上げから5年目を迎え、会員にも温度差が出てきたように感じます。漁網タオルとたわしが好評なのはうれしいのですが、「モカ」の目的は利益を上げることではなく「人づくり」です。「もっと事業をしたい」という方がいる一方で、「研修会を」という方もいて、正直舵取りには苦労することがあります。でも、最近は無理に型にはめようとせず、「モカ」の原点である「人づくり」を基本に、自分らしくしたいことをどんどんしていこう、と思うようになりました。

満足度

「勉強会の場所代ぐらいは稼ごうか」と軽い気持ちで始めたのが、さんま漁網を使ったボディタオルの製作と販売です。漁網屋さんから無料でいただいて作ったのですが、これが想像以上に好評で、姉妹品のたわしと合わせて、今では活動の貴重な財源になっています。うれしいのは作業に携わっている方たちの反応です。彼女たちは、社会とつながりたくても育児や介護などでままなりません。「この場所があって本当に救われました」という声を聞くと、「モカ」やってて良かったな、と心から思います。

これから

30代で離婚してから、小学生と幼稚園の3人の子どもたちと生きていくために、仕事は何でもやりました。さまざま場面での人との出会いが背中を押してくれました。ハローワークで相談を受けていると、当時の自分に似た方が大勢います。そんな方たちに「自分らしく生きていいんだよ、もっと輝けるんだよ」と声をかけ、「困ったら『モカ』においで」と言えるような場所になれば、と思っています。釧路のまちが大好きです。釧路市に住む女性がもっと元気になれば、まちも輝くと思います。そのお手伝いをしたいですね。

北の★女性たちへのメッセージ

子育て中の女性は、社会とのつながりが薄く、孤独感に包まれています。そんな女性がつながって元気になれば、家庭も明るくなり、地域にも活気が生まれます。「自分らしく輝いて地域を元気にしよう」という女性がもっと増えてくれれば、と思っています。

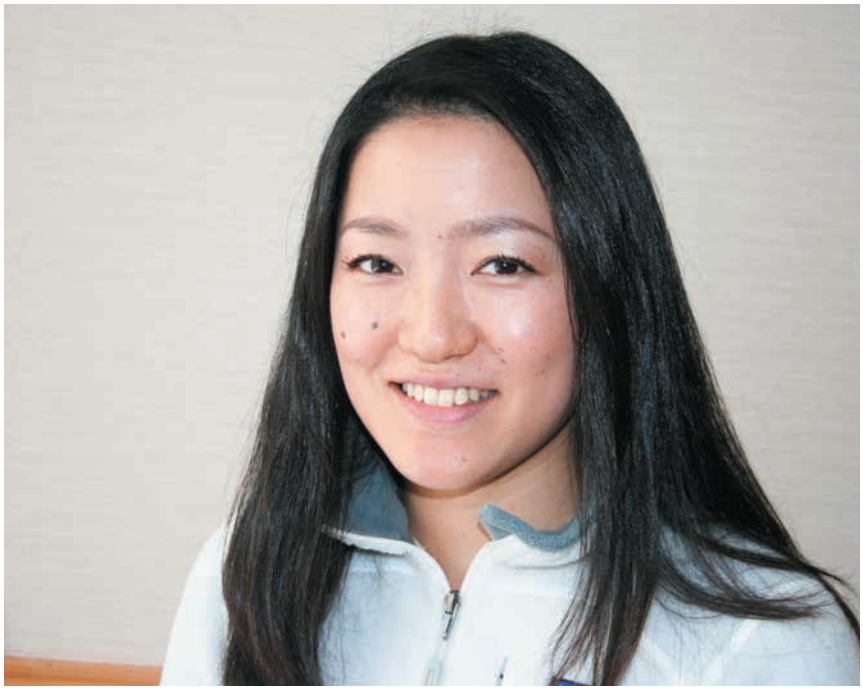
取材年月日：2015年10月24日

道東 54

根室【羅臼町】

後藤（ごとう）　菜生子（なおこ）さん　株式会社知床らうすリンクル　代表取締役

1982年生まれ、埼玉県出身。福島県内の動物病院に就職後、2008年から羅臼町で環境省のアクティブ・レンジャー（自然保護官補佐）に就く。知床国立公園内の動植物の生態調査などに携わりながら、2013年に自然と地元の漁業などを案内するガイド会社「株式会社知床らうすリンクル」を設立する。



自然と共生する地域住民に魅せられて

きっかけ

山登りが好きな両親だったので、幼いころから妹と一緒によく山に行きました。自然の中で動植物に触れることが多く、その影響もあって東京の専門学校では、環境工学を学びました。その後は動物病院に勤務しましたが、憧れの知床でアクティブ・レンジャーの募集があると聞き、羅臼町への移住を決断しました。手つかずの大自然はもちろんですが、厳しい環境下で漁業を生計としている住民にも惹かれ、知床を多くの方に案内したいと考え、会社を立ち上げました。

苦労

周りからは、道外から来た自然好きな若い女の子ってイメージがあるかと思います。それでも自ら地域の方々の中に飛び込んでいって、色々なことを教えていただき、さらに学ぶことで、より一層知床が好きになっていきます。知床半島を周遊する観光ツアーは同業他社が多いので、個性を出さなければなりません。そこで少し視点を変えて、地元で昆布漁を営む方々を紹介しながら、その方たちの歴史と文化を学ぶ産業ガイドを企画するなど、試行錯誤しながら頑張っています。

満足度

四季ごとにさまざまな表情を見せてくれる秘境の地、知床。アクティブ・レンジャーで何度も足を運んだ羅臼湖はお気に入りの一つ。6、7月に残雪の中を長靴で1時間ほど歩くと、おそらく日本で一番遅く咲くエゾヤマザクラが見えてきます。お客様は、そのコントラストの素晴らしさに感動を覚えます。私もその姿を見て共感し、この仕事を誇りに思ったりします。地元の漁師さんは、市場セリの見学や漁船でのウニ漁見学ツアーなど親身になって協力してくれるので、とてもありがたいですね。

これから

知床の世界自然遺産登録から10年が経ちました。多くの観光客が訪れていますが、自然の宝庫・知床の環境保全と観光推進については、いま一度考え直し、地域との繋がりを密にしながら、各種ツアーを企画していきたいですね。2014年から、東京都でデザイン関連の仕事をしていた妹・真希子が羅臼町に来て一緒に仕事をしています。パンフレットやホームページづくりなどを担当してくれるので、とても心強いですね。海産物の包装や商品パッケージのデザイン提案など、仕事の幅を広げていければと思います。

北の☆女性たちへのメッセージ

会社名の「リンクル」は、Link（リンク、つながる）とCycle（サイクル、循環）を合わせた造語です。支え合い、つながって暮らすのが「人」ですが、そんなLinkな感覚を羅臼町で感じています。女性ならではの感性や発想を打ち出し、それをCycleすると新しい発見があるかもしれません。何事にもチャレンジ！ですね。

取材年月日：2016年1月13日

道東

55

根室【中標津町】

松實（まつみ）　とよ実（み）さん　NPO法人子育てサポートネット る・る・る　代表

1956年生まれ、釧路市出身。釧路保育専門学校を卒業後、保育士となる。結婚後、中標津町に移住し、2人の子育てに励む。地元で起きた高校生による殺傷事件を契機に1999年に「ホットハンド」、2009年に「る・る・る」を設立。地域の子育て支援の旗振り役として奔走する。

独りで悩まず、家族がいつも笑顔でいられるように

きっかけ

28歳の時に自動車整備業を営む夫と結婚し、中標津町に移住しました。見ず知らずの地で、ひとりで子育てすることにとても不安がありました。そんな中、長男と長女が小中学生だった1998年と1999年に中標津町で高校生による殺傷事件が連続して発生したのです。これから子どもたちはどうなってしまうのだろうと心配し、6人のお母さんたちと一緒に子育て支援ボランティア「ホットハンド」という団体を設立。0歳児から高校生の子どもを持つ保護者にアンケート調査をしたのが、活動のスタートです。

苦労

中標津町は転勤族の若いお母さんが多い街です。活動当初は子育て支援という概念がなく、子育てに関する相談は、身内しかできないような状況だったと思います。最初に子どもとお母さんが集まるサロンを開設しましたが、来場者は少なかったんです。それは、子どもを連れて公園デビューする時の気持ちと同じなんじゃないかな、と思ったりしました。それでも活動に共感してくれる先輩ママが協力してくれて、PR活動に励んでくれました。ただ活動の基本はボランティアなので、経営者としてスタッフを束ねていくのは大変ですね。

満足度

「る・る・る」という名称は「人がいる」「集まる」「場所がある」の語尾から取ったものです。ひとりで子育てする若いお母さんにとって、こんなに心強い言葉はありません。ママ友のコミュニティは重要なんですね。スタッフは30～40代の先輩ママが中心で、看護師・保健師・保育士などの資格を持った方が集まっています。母乳育児相談から産後のボディケア・フィットネス教室、アレルギー対策教室、料理講座など、魅力的な事業を展開。まさに目指していたことが現実になり、とても充実感があります。

これから

育児をしながらパートやアルバイトをしているお母さんが増えているので、今まで以上に心のケアを含めたきめ細やかなサポートをしていこうと思います。少子高齢化が進むにつれ、子育てを終えられた50～60代の女性は、これから親の介護もしなければなりません。ようやく「る・る・る」の活動が軌道に乗ってきました。活動を理解してくれる方もたくさんいます。そんな方々と一緒に世代を越えて、子どもと高齢者の面倒を見てあげられるような地域社会を創りあげていきたいと考えています。

北の☆女性たちへのメッセージ

理想の実現は難しいですよね。でも、人が集まり、意見を出し合えば、その理想が叶うこともあります。独りで悩まず、相談できる方を探してみてください。子育ても一緒です。あなたの地域にも、私たちのような団体があると思います。家族がいつも笑顔でいられるように。一緒に頑張りましょうね。

取材年月日：2016年1月12日

女性の活躍を応援する北海道の取り組み

北の輝く女性応援会議

北海道では、経済界、産業団体、金融機関、女性団体、NPO、行政など20機関・団体で構成する「北の輝く女性応援会議」を設置し、オール北海道で女性の活躍を応援しています。

この会議では、各分野の代表が集まり、業種や分野を超えて、女性の活躍に向けた情報や課題を共有しながら、それぞれの役割を果たし、北海道ならではのムーブメントを喚起することとしています。

2015年2月には、応援会議として「女性の元気応援メッセージ」を発信するとともに、女性の活躍自主宣言やフォーラムの開催など、気運醸成に向けた取組みを進めています。

北の輝く
女性応援会議

輝く女性応援会議
in　北海道（H27.08.31）

女性の元気応援メッセージ

本道においては、長く厳しい歴史の中で、男女がともに手を携えて広大な大地を切り拓き、豊かな自然の恵みを受けながら生活を営み、北国の風土を生かした個性ある文化、暮らしを脈々と育んできました。

しかし今、全国を上回る速さで少子化、高齢化が進み、人口減少の問題や地域における経済、活力の低下など、将来に向けた懸念が拡大しています。

この直面する難問を解決し、本道の独自性や優位性を最大限に活かし、将来にわたって持続的に発展していくためには、家庭や地域、職場など社会のあらゆる分野で重要な役割を担っている女性の活躍や、その活躍を支援する環境づくりが求められています。

この豊かなふるさと北海道を次の世代の子どもたちに確実に引き継いでいくため、すべての女性が、仕事や結婚、育児などのライフステージにおいて多様な選択の下に、各々の希望に応じて個性と能力を十分に発揮できる社会、男女が共に住み慣れた地域で安心して心豊かに暮らすことができる地域社会を実現しましょう。

私たちは、活力に満ちた北海道の未来づくりに向け、幅広い分野の連携・協働により、女性の活躍を全力で応援します。

平成27年2月10日

北海道経済連合会 会長　大内　全
北海道商工会議所連合会 会頭　高向　巌
北海道商工会連合会 会長　荒尾　孝司
北海道農業協同組合中央会 会長　飛田　稔章
北海道漁業協同組合連合会 代表理事会長　川崎　一好
北海道森林組合連合会 代表理事会長　村上　守義
日本労働組合総連合会北海道連合会 会長　工藤　和男

北海道女性団体連絡協議会 会長　中田　和子
北海道立女性プラザ 館長　笹谷　春美
NPO法人北海道子育て支援ワーカーズ 代表理事　岡田　光子
株式会社ワイズスタッフ 代表取締役　田澤　由利
太田明子ビジネス工房 代表（EZONA代表）　太田　明子
株式会社北洋銀行 代表取締役頭取　石井　純二
（株）北海道銀行 代表取締役頭取　堰八　義博

一般社団法人北海道信用金庫協会 会長　杉山　信治
厚生労働省北海道労働局 局長　羽毛田　守
経済産業省北海道経済産業局 局長　秋庭　英人
北海道市長会 会長　田岡　克介
北海道町村会 会長　寺島光一郎
北海道知事　高橋はるみ

女性の活躍応援自主宣言

北海道では、地域や職場、家庭など様々な場面で、すべての女性が多様な選択のもとに、生き生きと活躍し、個性や能力が十分に発揮される社会をめざしています。

「北の輝く女性応援会議」（事務局　北海道）では、オール北海道で女性の活躍に向けた取組を進める気運を醸成するため、広く「自主宣言」を募集しています。

それぞれの立場で、女性の活躍支援の取組を内外に宣言し、全道各地に応援の輪を広げていきましょう。

応募の方法

■宣言の対象者

道内に事業所がある企業、事業者、団体、グループ、道内自治体など

■宣言の内容・方法

「女性の活躍応援自主宣言」の用紙に、「組織のトップからのメッセージ」や「今後の取組内容」など、宣言内容を記載し、ファックス、メールまたは郵送で事務局にお送りください。

■宣言団体には

- 北海道のホームページに宣言団体と内容を掲載します。
- 宣言団体等の情報を、道立施設や道内大学の就職窓口などに配布します。
- 道等が実施する女性の活躍支援に関するセミナー、講演会などの情報を提供します。
- 国や道の女性の活躍に向けた支援制度の紹介など個別相談に応じます。

■ホームページ

http://www.l-north.jp/katsuyaku/action/

【自主宣言の例】

- ○年以内に、女性管理職を○名（○%）にします。
- ○○町内会は、地域みんなで子育てを支援する○○に取り組みます。
- 我が○○グループは、活動への女性の参画を推進し、層の活性化を図ります。
- ○○年から、今まで女性が配属されなかった部署やポストに女性を配属します。
- ○○年までに、子供が生まれた社員は、男女を問わず、育児短時間勤務制度が取得できる環境を整備します。
- 男女を問わず、社員がイキイキと働く、ワークライフバランスの充実した企業を目指します。
- 子供の行事や地域の活動に社員を積極的に参加させます。
- ○○年までに、男性の育児休業取得率○%を目指します。

登録企業

- 株式会社アイエスエフネット札幌支店
- 麻の会
- 公益財団法人旭川市公園緑地協会
- アトリエテッラ株式会社
- 有限会社アフター
- 伊藤順子行政書士事務所
- 株式会社エコニクス
- EZONA（エゾーナ）
- 社会福祉法人江別昭光福祉会
- 大谷オアシス保育園
- NPO法人女のスペース・おん
- かあちゃん食堂たまりば
- カネクラホクト建設工業株式会社
- キャリアバンク株式会社
- 釧路モカ女性プロジェクト
- 社会福祉法人渓仁会
- KDDI株式会社北海道総支社
- 医療法人社団玄洋会
- 株式会社坂本建設
- 札幌大谷第二幼稚園
- 札幌大谷幼稚園
- 株式会社札幌丸井三越
- 自治労北海道本部
- 株式会社スタジオシンク
- 株式会社鮮魚かなざわ
- 株式会社ゼンリン
- ソリトン・コム株式会社
- 大和リース株式会社札幌支店
- 武ダ技建創株式会社
- 伊達信用金庫
- 株式会社谷組
- 株式会社道銀地域総合研究所
- 株式会社東伸
- 苫小牧市
- 株式会社日本政策金融公庫
- 日本郵政グループ労働組合北海道地方本部
- 日本労働組合総連合会北海道連合会
- ヌキタ・ロフィスド
- 株式会社プリプレス・センター
- 有限会社ペシェ・ミニョン
- 有限会社ボイスオブサッポロ
- 株式会社北洋銀行
- 北海道
- 公益社団法人北海道家庭生活総合カウンセリングセンター
- 公益社団法人北海道看護協会
- 北海道交通安全指導員連絡協議会
- 北海道交通安全母の会
- NPO法人北海道子育て支援ワーカーズ
- 公益財団法人北海道女性協会
- 北海道女性団体連絡協議会
- 北海道女性保護連絡協議会
- 公益財団法人北海道青少年育成協会
- 公益財団法人北海道体育協会
- 公益財団法人北海道地域活動振興協会
- 北海道テレビ放送株式会社
- 一般財団法人北海道電気保安協会
- 北海道電力株式会社
- NPO法人北海道マリッジ・カウンセリングセンター
- 有限会社みのり

2016年3月15日現在 59件

女性の活躍支援センター

女性のライフステージに応じた様々な相談に対応します。

ご相談は、来場による面談、もしくは電話、メールにて承ります。

お子様と一緒にご利用になれます。

■利用時間

月・火・木・金　10:00～16:00
水・土　　10:00～13:00

■休館日

日曜・祝日・年末年始

■場所

道立女性プラザ内（かでる2・7、6階）
札幌市中央区北2条西7丁目 道民活動センタービル

■相談電話等

電話 011-204-5711
FAX 011-232-8972
E-mail：kitanojyosei@sirius.ocn.ne.jp

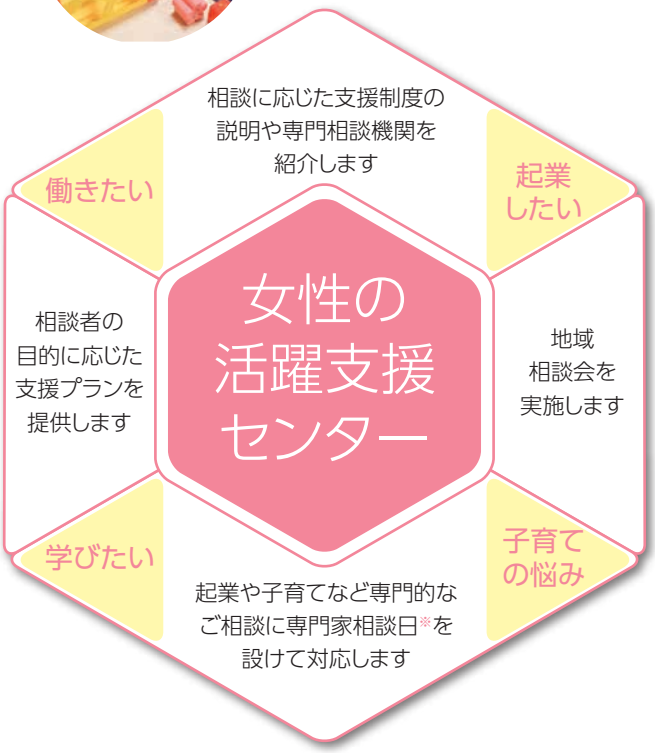
■対　象　者

道内に在住する女性　等

■相談支援について

女性の様々なライフステージや悩みに関する支援制度に精通し、相談対応に関する幅広い経験を持つ支援員が、コンシェルジュとして対応します。相談の内容に応じて検討チームを組み、問題解決に取り組みます。

※訪問相談日の詳細については、ご相談ください。



もっとキャリアアップしたい

働きながら安心して子育てしたい

私の職場にもっと女性を増やしたい

マザーズ・キャリアカフェ

マザーズ・コンシェルジュが、一人ひとりのニーズに応じて、女性のライフプランや子育てを踏まえた働き方を含め、専門的な就職カウンセリングを実施します。

ご利用はすべて無料!
※登録が必要です

年齢不問

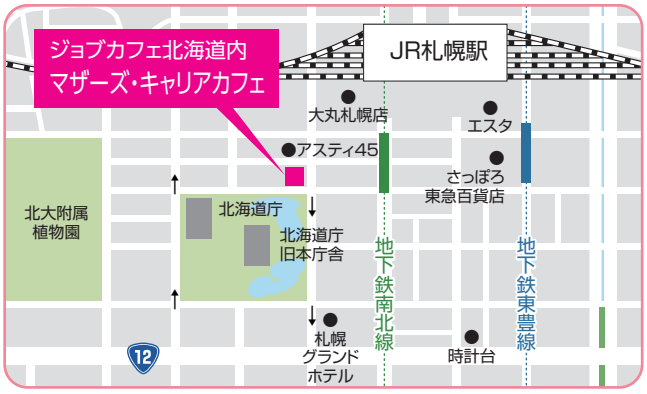
■**場所**
ジョブカフェ北海道内
札幌市中央区北4条西5丁目　三井生命札幌共同ビル7階

■**利用時間**
月～土　10:00～16:00(日曜・祝日休み)
(ジョブカフェ北海道:月～金 9:00～19:00/土 10:00～17:00)

■**相談時間**
月～土　10:00～16:00(12:00～13:00を除く)

■**支援対象**
子育てをしながら働きたい女性が対象です。
また、これに限らず、子育てを終えて働きたい方、仕事と子育ての両立を考える方なども対象とします。

■**お問い合せ先**
ジョブカフェ北海道
電話 011-209-4510　FAX 011-209-0715
https://www.facebook.com/jobcafe.hokkaido/



北海道立女性プラザ

女性プラザは、女性の自立と社会参加を促進するとともに男女平等参画を推進するための場です。個人やグループ・団体で、自由に学び・創り・出会い・語らう“ひろば”として、お気軽にご利用ください。もちろん男性も利用できます。

■**開館時間**
9:00～21:00(土曜日は17:00まで)
(図書の貸出は月～金は20:00・土曜日は17:00まで)

■**休館日**　日曜・祝日・年末年始

■**電　話**　011-251-6329

■**場　所**　かでる2・7、6階
札幌市中央区北2条西7丁目 道民活動センタービル

■**ホームページ**　http://www.l-north.jp/

https://www.facebook.com/hokkaido.womensplaza/

利用概要

- ●女性に関する諸問題及び男女平等参画についての情報を収集提供し、調査研究を行います。
- ●女性に関する諸問題及び男女平等参画についての研修会、講演会等を主催し、その開催を支援します。
- ●女性が行う自主的な交流活動、文化活動及び健康づくり活動を支援します。
- ●女性に関する諸問題についての相談に応じます。

北の女性★元気・活躍・応援サイト

北海道のポータルサイト

女性の活躍に係る総合的なポータルサイトとして、子育て・介護や起業に関する情報などの支援情報や、北海道内各地域の女性の活躍に関する団体や個人などの情報発信、Facebookのコミュニティサイトによる交流の場を、ご用意いたします。各分野で活躍できる環境をつくり、様々な場面での女性のチャレンジを応援することが、本サイトの目的です。

http://www.l-north.jp/katsuyaku/

ポータルサイトの4つの特徴

1 Facebookコミュニティサイトで双方向に情報交換できます

Facebookの機能を活用し、サイト利用者同士が相互交流を行う場をつくります。

団体・個人問わず情報を常に発信でき、イベント、セミナーへの参加を呼びかけたり、コメント欄を活用し、交流することができます。

ぜひとも、みなさんでご活用ください。

2 道内各地で活躍する女性の情報等を紹介します

北海道内の女性の方々を職業、年齢、地域を問わず紹介していきます。「この人のように、自分もできるかもしれない!」「目指せるかもしれない!」等と思えるよう、より身近に感じられる事例、対象者を選定し順次、掲載していきます。

なお、対象は、道内で活躍する女性（個人、団体・グループ）、応援する男性、企業等を予定しています。

3 北海道各地から、お知らせや最新情報が届けられます

北海道各地からの女性の活躍に係る様々なお知らせや、地域情報など、旬の情報が届けられます。

4 様々な支援情報を調べることができます

国や自治体、支援団体等がもつ転職、再就職、起業、社会活動、資格取得などについての支援制度やイベントなどの情報を一元的に掲載いたします。

Facebookもご覧ください

北海道女性の活躍支援センター

https://www.facebook.com/hokkaido.josei.katsuyaku.shien.center/

「女性の活躍支援センター」で検索

みんなで発信し、交流しよう

北の女性★元気・活躍・交流

「ひろば HIROBA」

https://www.facebook.com/groups/998064940258291/

「北の女性　ひろば」で検索

こちらでもロールモデルをご紹介しています

さっぽろ女子、仕事を語る。
（札幌市／札幌市男女共同参画センター）

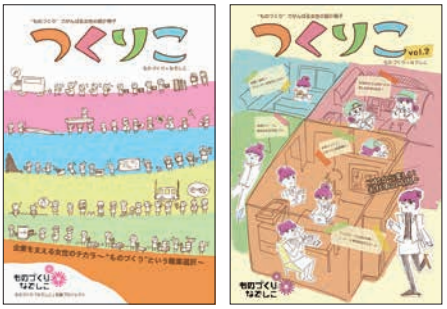
札幌の女性ロールモデル集です。札幌で活躍する女性に、仕事の取り組み方や子育て、家族に対する考え方などをインタビューしています。

http://www.danjyo.sl-plaza.jp/rolemodel/

つくりこ（北海道経済部）

ものづくりの企業で活躍する女性社員や、女性も働きやすいよう意識した職場の取り組みをご紹介しています。

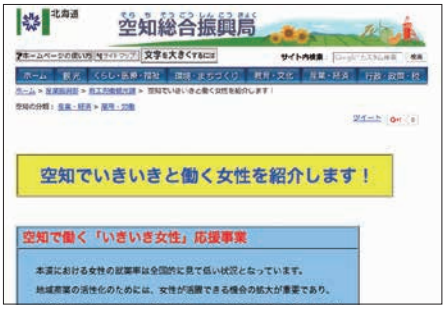
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/ssg/monodukuri/nadeshiko-ouenPJT.htm



空知でいきいきと働く女性を紹介します！
（北海道空知総合振興局）

空知管内の農業や、建設業などの現場で働く女性をレポートし、ホームページでご紹介しています。

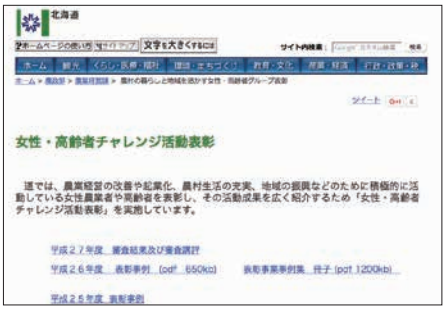
http://www.sorachi.pref.hokkaido.lg.jp/ss/srk/rodo/hatarakujosei.htm



女性・高齢者チャレンジ活動表彰（北海道農政部）

農業経営の改善や起業化、農村生活の充実、地域の振興などのために積極的に活動している女性農業者や高齢者を表彰し、ホームページでご紹介しています。

http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/kei/hyoushou.htm



北海道男女平等参画チャレンジ賞（北海道環境生活部）

職場、地域、家庭その他の社会のあらゆる分野で、女性や男性がそれぞれの校正と能力を生かしてチャレンジし、活躍している個人、団体・グループ及びそのようなチャレンジを支援している団体・グループを表彰し、ホームページでご紹介しています。

http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/dms/djb/challengeprize/challe_top.htm

発行者

北海道環境生活部くらし安全局道民生活課女性支援室
〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目
TEL 011-206-6954　FAX 011-232-4820
http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/dms/djb/index.htm

発　行

2016年3月

この冊子は「北の女性☆元気・活躍・応援サイト」からもダウンロードできます。☞

※この事業は「平成26年度地域女性活躍推進交付金」を活用しています。
制作「平成27年度北の輝く女性活躍推進事業（総合相談・見える化）委託業務」受託コンソーシアム
（株式会社道銀地域総合研究所／EZONA／株式会社プリプレス・センター）