

悩みながら  
 試行錯誤  
 しながら

# 私たち、子育てしながら 自分らしい働き方へ 第一歩を踏み出しました！

対談

## 出張型鍼灸院開業 Yumi Yatabe

アトピーや生理不順が鍼灸で改善したことをきっかけに、鍼灸の道へ。3人の子どもとの毎日を楽しみながら、マタニティー・産後ママ向けに出張にて、針灸を行っている。以下 (谷)



マザーズ鍼灸院  
 谷田部 優美さん

フルート奏者・アレクサンダー  
 テクニック教師 青沼 愛さん

## アレクサンダー テクニック教室をスタート Ai Aonuma

緊張する本番で、実力を出すために体の使い方の技術を学ぶ。自身の経験を活かし、様々な職種の方向けにレッスンを開始する。以下 (青)

## 事前準備ができれば、壁を回避できる 仲間がいれば、一緒に頑張れる

「(谷) お客様・子ども・主人・自分の都合がかみ合わず苦心することが多いです。(青) なかなか「自分の事だけを考えると仕事」とはいかないなあ」と。事業を始めるにあたって、悩んでいたことはありますか？

(青) 個人でお仕事を始めることは、分らないことも多く、子育てとの両立ができるのか不安に感じていました。

(青) アレクサンダーテクニクは知名度がなく、怪しいと思われがち。楽器奏者以外の方に、その効果を知ってもらうにはどうしたらよいか悩みました。

(谷) ハンサム・ママに参加したきっかけは？

(谷) 開業準備を始めようと考えていた時、主人がハンサム・ママを見つけて「市が主催だし、怪しくなさそうだから、行ってみたいら？」と言ってくれたんです(笑)。ホームページに、公園で時々見かける方が載っていてびっくり！

(青) フリーで仕事をしていたんですが、「もつとちゃんとやりたい」と考えていたんです。そんな時、チラシを見て、子連れOK、平日昼間・家の近くというのがすごくありがたかったです。子どもを隣に寝かせながら受講したりできて、参加してみて、印象に残る事は？

(谷) 私は、コーディネータの浅川さんの「仕事は、週二日からでも始められますよ」の言葉。起業は準備して準備してドカン！とフルでやるものと思っていたのが、「ああなんだ、ちよつとずつ起業というスタイルもあるんだ」と、大転換。

(青) それと、「鍼灸は怪しいと思われるのではな

いか」とばかり気にしていたけれど、講座に参加するうちに「身構えずやっている事を伝えていくだけで良いのかも」と意識が変わりました。そうしたら自然に新規のお客様が来るようになって。

(青) 『子育てしながら起業』という未知の世界での、先輩方の働き方を知る貴重な機会でした。ハンサム・ママでは、思った事や感じた事をはっきり言ってくれる人が多いですね。安心して遠慮なく聞ける場、そして「一緒に考えてくれる場があるのは本当に貴重だと思います。

(谷) これからのような自分・事業主を目指していきたいですか？

(谷) ハンサム・ママで知り合う方たちは、みなサービスの質が高く、きめ細かいです。感じています。子育てが仕事に活きているからかなと感じています。子ども達が将来「好きな事を仕事にしてみよう」と自分の力で進んでいけるように、私自身がその姿を見せていきたいです、収入につなげていきたいです。

(青) なるべく、子どもと一緒に時間を過ごせる働き方に挑戦したいと考えているんです。私自身、ひとりの人間としてずつと成長していきたいし、子どもにもその姿を見たいです。

おふたりの対談の  
 全容はウェブから  
 ご覧ください



チラシに載せきれなかった、楽しく、深く・ヒントになる言葉が沢山！



## ハンサム・ママ プロジェクトとは？

子どもや家庭を大切にしながらも母として、女性として輝いて働いてみたい！そんな子育てしながらの「理想の働き方」の実現に向けて、ひとりひとりに合わせた起業・就労の伴走型サポートを行っています。子育て世代の女性に特化した「すぐ使える・挑戦できる」ノウハウを無理なく・楽しく学べる工夫がいっぱい！ご興味のある講座を選んでご参加ください。

全講座  
 子連れ歓迎

### 導入

子育てしながらの働き方について考える子連れ参加型の講座です。

### 就労

子育てしながら働く上で、活用できる技術の習得を目指します。

### 基礎

子育て中の起業について学ぶ創業基礎講座です。

### 専門・ スクール

小さな事業のための集客方法等について具体的に学ぶ創業講座です。

### 交流

起業・就労に関する課題について、参加者同士で討論しながら学びます。