

特集

# 「のりこえよう」とするキミへ

## まずは動き出すこと、それが今を変えるヒント!

何を着る? 何食べる? …人生は選択の連続です。進路や就職となれば、簡単にはいきません。とはいえ、考え込んでいても、身動きがとれなくなるばかり。ときには、助走をつけて、飛んでみる勇氣も必要で…やってみたら難なく越えられたということもあると思います。つまずいたら、跳ね返されたら、と想像するより先に、一步を踏み出してみませんか。うまくいなくても、また態勢を整えて、トライすればいいだけのこと。たくさんの失敗から出た芽は、たくましく育つもの…。今、あなたが探すのは、逃げ道ではなく、本当の居場所です。

若年者地域連携事業推進。今月は、若者を元気にする就活支援特集です。

# 相談でのりこえる！

雇用情勢の変化や、若者の価値観の多様化から、フリーター、ニートなどという言葉も生まれてきました。仕事に就かず、あるいは就けず、次への二歩が踏み出せないままにいると「何をしたらいいのかわからない」「また失敗してしまう気がする」というように、自信を失い、また人との接点をなくして、閉じこもってしまうケースもあります。

悩んでいる人も、家族も、ちょっと勇気を出して、外に目を向けてみてください。「悩んでいるのは自分やわが子だけではない」「周囲に助けを求めていい」「仲間といっしょだと乗り越えられる」と知ってください。まずは、相談してみませんか。きっと糸口が見つかります。

## 1人で相談

工業振興課では、国、県、学校との共催、NPO法人や個人との協力などにより、さまざまな施策を実施しています。

たとえば、テクノプラザおかやで開催している「若者のための就労相談会」は、若年求職者、フリーター、新卒未内定者、労働者など、さまざまな人に向けたキャリア支援のための相談の場。就職活動や仕事上の悩みを、キャリア・カウンセラーが個別で、具体的に聴くなか、一人ひとりの課題とじっくり向き合い、状況に合わせた支援メニューを提案します。

そのほか、ハローワーク、ジョブカフェ信州、若者サポートステーションをはじめ、福祉機関なども協働し、全力で若者のサポートを行っています。

※キャリア＝職歴、経歴といった意味で用いられている。



お仕事をされている方など、昼間時間のない方は、夜間相談をご利用ください。来所できない場合は、メールでの相談も受け付けています。

厚生労働省によると、ニート（若年無業者）「15〜34歳の非労働人口のうち、通学、家事を行っていない者」の数は平成14年以降60万人台で推移しているとのこと。家事手伝いの方を含めるとかなりの数の方が家の外で働いていないこととなります。

相談に来られる方は、実にさまざまです。自分で求職している場合、しようとしている場合なら、必要となるスキルの提案などで、うまく進んでいくことが多いです。働く気があまりない、社会と関わろうとしないという場合は、問題の本質が別のところにあるため、悩みの中身を切り分け、福祉などの関係機関へも働きかけて、解決へのプログラムを模索します。

ご家族がお見えになることも多いですね。本人の足が相談に向かない場合でも、家人の協力があると、いい結果につながりやすいです。人には話せない、自分たちで何とかと踏みどまっていると、本人の自立を阻んだり、家族関係が煮詰まったり、より問題が深刻になることもあります。相談により、問題の存在が明らかになってくれば、適切な支援を受けながら解決に向かう可能性も出てきます。どうかしたい、状況を変えたいという思いを大切に、一度お越しください。チームで本人を支える、10年後のイメージをして、いっしょに見通しを立てるなど、前向きに考えていきましょう。

### 相談員 白石 真樹さん

CDAキャリアカウンセラー  
産業カウンセラー



厚生労働省から若年者地域連携事業を受託する、株式会社コミュニケーションズ・アイに勤務し、県内で若者の就職や自立を応援

するための相談やセミナーを担当。趣味は、スノーボード、サーフィン、ウエイクボードなどの横ノリ系で、今どき世代との同調感と、森林セラピストの資格を持ち、森で過ごす時間を大切にしているという、癒し系な雰囲気です。若者に寄り添う。

※CDA…キャリアディベロップメントアドバイザー

## 7月のおしごと相談 これらの相談は毎月行っています

### ●キャリアサポート[予約制]

悩みを打ち明ける相手がいない、がまんするしかないと  
思っている人の相談所  
日時…7月14日(日) 午前9時～午後0時30分  
対象者…仕事上の悩みを抱えている人とその家族

### ●若者のための就労相談会(夜間) [予約制]

日時…7月25日(木) 午後6時～8時  
対象者…40代前半までの人

### ●ミニジョブカフェ [予約制・随時受付]

若年者の就職活動における疑問や悩みの相談  
会場…勤労青少年ホーム  
対象者…概ね39歳未満の人

### ●巡回労働相談[予約制]

雇用、労働条件、人事、労働管理などの疑問や悩みを  
専門家に相談  
日時…7月10日(水) 午後1時～4時  
場所…勤労青少年ホーム  
相談員…南信労政事務所の労働相談員

申込み・問合せ ●テクノプラザおかや ☎21-7000

# 仲間とのりこえろ！

自分らしく輝ける居場所を見つけた仲間からのエール  
「のりこえろ」の経験談

“理系”で身を立てる…  
あきらめないところがチャンス呼び寄せた



(株)コーエキ  
今井 貴彬さん

行ったりしました。思い切つて気分転換すると「やるぞ」という気持ちで、また湧いてきました。

この会社めぐり会えたのは、ほんの偶然。タイミングと運に恵まれたといかんじです。興味のある会社だったので、たまたまネットでチェックして、専門分野の求人を見発見。昨年の12月のことです。そして、今年の3月に採用していただき、営業研修を経て、5月から検査課に配属になりました。

先輩の仕事を引き継げるように勉強していくことと、仕事に活用できる資格を取ることが目標です。



海洋、水産の大学に行き、研究室では、遺伝子を研究しましたので、就職をめざして理系の就活。在学中は、首都圏の企業を中心に40社を受けましたが、ことごとく不合格でした。情報を集め、勉強をして、そこに参加したいと夢を抱いて試験に臨むので、不合格が続くと正直つらかったですね。卒業時点で就職が決まっていなかった友人も、5月頃には、契約社員になったり、方向転換したりして、仕事に就いていきましたが、自分はやりたいことをやる、という気持ちで、ふしぎとブレはありませんでした。特殊な分野の専門職ということで、情報収集は専らネット。食品メーカーにもアンケートを向けてみたり、県庁の水産課で募集があれば、公務員試験の勉強もしつつ、という日々で…。会社や仕事を調べていくのは、とても興味深いことだったので、モチベーションはわりとキープできたのですが、マイナス思考になりそうなときは、何もしないと決めて、旅行に



自分の持っているものを、誇れるものを、自分らしくアピールしていくのがいい。タイミングはひとそれぞれです。希望に向かっているだけ、道は拓けると思っています。

思い切つて未知の世界へ

家庭と仕事のバランスを考えてキャリアアチェンジ



信越ハーネス(株)  
田中 昌子さん

く女性を応援している会社ですよ」と、ハローワークで薦めてくださったとおり、女性が多く、雰囲気がとてもよく、社屋も明るくきれいで、満足しています。休憩時間には、先輩女性社員のみなさんと、料理や家のことをおしゃべりさせていただいたり…。同年代の友だちとはまた違う親しみというか、信頼感というか、そういう意味でも世界が広がりました。

仕事は、早く安心して任せてもらえようにと、まだまだ奮闘中ですが、飛び込んでみて、本当によかったです。

昨年の12月から、この会社でお世話になっていきます。結婚後、家庭での時間を大切にしたいと考えたのが、転職のきっかけ。店舗に勤めていると帰りが遅く、また土日も休めないのが、家族とコミュニケーションを多くとるため、と決断しました。前の職場に勤めながら職探をしましたから、両方の会社に迷惑をかけないようにと気をつけました。

製造業は初めての経験。社会人になって、ずっと接客や販売の仕事をしてきたので、動き回る「動」から持ち場につく「静」、向き合う相手も人から電線、…まるで違うので、果たして務まるだろうか、と不安もありましたが、「働



これはムリ、自分には向かない、と決めつけられないほうがいいと思います。自分ではできないと思つたことも、まわりの手助けで、きつとできるようになりますよ。

できる、やれる、と自分を信じて  
「こうなりたい」…に本気でロックオン！

就活は、もう3年前ですが、現職を受けたその1回が最初で最後、幸運にもワンショットで決めることができました。「英語の取材ができる記者」という募集の条件を見て、自分のために用意された場所だ、く



(株)岡谷市民新聞社  
記者 笠原 潤一さん





自分ならでできる、自分のことが好き、と思  
い込んでみてください。知らず知らず自信  
がきます。これじゃいかん！と思えたら、  
もつ浮上したようなもの。あとは、好きなこ  
とを見つけて、仲間をつくって、楽しみましょ。

このなぶうにいうと、ポジティブな人間の方ですけど、  
もとはネクラで、人と話すのが苦手で、そんな自分のこと  
が嫌いでした。それでもあるとき、これじゃいかん！と奮  
起したんです。まずは引越して環境を変え、自分をほめ  
るように習慣づけ、明るく前向きに振る舞うように。先に  
は希望がある！と思ひ込むことで、性格が変わりました。  
仕事と音楽と仲間と家族に感謝。将来は、生まれ育ったこ  
のまち、大好きな岡谷に何か恩返しできたらと思います。

どのつながりが広がったし、読者や取材対象の人に喜んでも  
らえることが、何より励みになっていきます。といっても、仕  
事はかりしていると息がたります。ギターはそんなときの  
ワンクッション。仕事以外の何かに夢中になる…、この切り  
替えこそが、仕事へのテンションを高く保つヒケツだと思つて  
います。バンドは、ギターを教えてもらったのがきっかけで、  
その人が活動していたバンドの仲間に入れてもらいました。  
練習は週1回、勤青ホームに集まって…とにかく楽しもう！  
とやっています。勤青ホームには「ホーム祭」というのがあつて、  
ほかのサークルの活動を知ったり、交流できる機会もあり  
ます。やりたいことをそれぞれにみんなやっていて、楽しん  
でいて、いい刺激をもらいますよ。



らいに自分をたきつけ、猛ア  
ピールしました。英語が大好  
き、大学は英文科、サークル  
では週刊で新聞も発行してい  
たので、自分ならできる、と  
自分に信じ込ませました。  
仕事は、好きですよ。や  
り直しがきかない、失敗でき  
ないというプレッシャーはあり  
ますが、経験の幅や知識、人

## わーくピア岡谷で、見つけよう、タカラもの！

働く市民が気軽に集える施設で、レクリエーションやサークル活動などに利用することが出来ます。既存のサークルへの参加も大歓迎！夏の講座も始まります。出かけてみませんか。サークルの活動状況、利用料など、詳しくはお問い合わせください。



### 夏の講座 受講生 募集

対象…市内在住・在勤の勤労青少年(39歳まで)の人

受講料…1講座1,150円(保険料含む) ※材料費など負担金が別途かかる講座もあります。

※「ゆかた」の着付けと美味しい煎茶の入れ方、英会話(初級編)、アロマとペディキュア講座は1,000円、ゴルフA・B・Cは2,300円(保険料含む)、MINAKOIわっさか踊りの中学生以下は650円

申込み…7月9日(火)午後6時30分から受付(先着順、定員になり次第締め切り)。受講料などを添えてお申し込みください(電話での仮受け付けもします)。

講座名	期 間	時 間	定員	会 場
ゴルフA・B・C(夏・秋連続講座)	7月23日～10月29日(8/13休み) [火曜・全14回]	午後7時～9時	25名	スワイクサイドグリーン
アクアビクス☆ダンス	7月24日～9月11日(8/14休み) [水曜・全7回]	午後7時～8時15分	25名	市民屋内プール
テニスに挑戦(硬式)	7月25日～9月12日(8/15休み) [木曜・全7回]	午後7時～9時	30名	市宮庭球場
ボクシング・フィットネス	7月22日～9月9日(8/12休み) [月曜・全7回]	午後7時30分～9時	30名	勤青ホーム
ビューティー・パワーヨガ	7月26日～9月13日(8/16休み) [金曜・全7回]	午後7時～8時30分	30名	諏訪湖ハイツ
有酸素&骨盤(ボーン)体操	7月25日～9月12日(8/15休み) [木曜・全7回]	午後7時30分～9時	25名	勤青ホーム
姿勢づくり～美ウォーキング～	7月26日～9月13日(8/16休み) [金曜・全7回]	午後7時30分～9時	30名	勤青ホーム
「ゆかた」の着付けと美味しい煎茶の入れ方	7月25日～9月5日(8/15休み) [木曜・全6回]	午後7時～9時	15名	勤青ホーム
魅力的“ハワイアンフラ”	7月23日～9月10日(8/13休み) [火曜・全7回]	午後7時30分～9時	30名	勤青ホーム
日常英会話(初級編)	7月25日～9月12日(8/15休み) [木曜・全7回]	午後7時～8時30分	15名	勤青ホーム
さわやかクッキング	7月25日～9月5日(8/15休み) [木曜・全6回]	午後7時～9時	20名	勤青ホーム
MINAKOIわっさか踊り(再掲)	4月23日～7月30日[火曜・全14回]	午後7時～8時30分	30名	勤青ホーム
アロマとペディキュア講座	8月22日～9月12日[木曜・全4回]	午後7時～8時30分	30名	勤青ホーム

勤青ホーム(わーくピア岡谷)では、講座情報をメールマガジンで配信しています。みなさんどんどん登録してください!!

登録方法…登録用メールアドレス sub-195983@mc.melma.com に空メールを送信してください。

※携帯電話のドメイン指定受信をお使いの場合、melma.comを受信可能ドメインに指定してください。

申込み・問合せ●わーくピア岡谷(勤労青少年ホーム・勤労会館) ☎23-2201・24-3010

問合せ●テクノプラザおかや(工業振興課) ☎21-7000