

自治労連
新聞

ふりーじあ

本部 〒114-8508 東京都北区王子本町 1-15-22 北区役所 B1 全連協事務所内 (03)3907-5177

全国自治団体労働組合連合

ふりーじあ 第55号
発行日：令和6年12月
自治労連教宣部発行

第7回 働く女性のステップアップセミナー開催しました！

令和6年11月9日（土）、第7回 働く女性のステップアップセミナーを開催しました！

今回のテーマは、料理。

「カラダに嬉しい発酵料理をつくって食べて、単組のご当地郷土料理を発表し合う」というプログラムです。

こう聞くと、ただただ楽しい料理教室を想像されるかもしれません、そんな簡単なモノではありません。

このステップアップセミナーでは、講師の先生の話を聴く力、段取り力、コミュニケーション力、おいしいものを全力で味わう力、各地のご当地料理の良さを(再)発見する力、自分たちの言葉で伝える力、学んだことを日常に置き換えて考える力、…etc.さまざまなスキル(力)を培い、スキルアップした1日となりました！

■事業名

「第7回 働く女性のステップアップセミナー」

第1部：発酵食料理体験 Lesson～塩麹とジンジャーの香りを添えて～

第2部：郷土料理プレゼン「味覚の冒険！日本の美味しい旅」

■開催

日 時：令和6年11月9日（土）11:00～16:00

場 所：福岡県春日市クローバープラザ

■参加者

23名 ※7単組

(東北町、周南市、長洲町、大村市、西都市、石垣市、宮古島市)

■講師



発酵料理教室 Lien(リアン)主宰

発酵料理研究家/栄養士 山本知美

お米パンレッスン、発酵食レッスン、レシピ考案、献立監修、
メディア出演など多数

〈講師プロフィール〉

お米パン・発酵料理研究家 / 栄養士 山本 知美

福岡でお米パン・発酵食料理教室「Lien ~リアン~」を主宰。

“旬の食材を発酵食でさらに美味しく”をモットーにレシピを制作。

生のお米から作るお米パンレッスン、発酵食レッスン、レシピ考案、

料理教室講師、献立監修、メディア出演などを行なう。

レシピコンテスト受賞歴多数。

宗像・福津市の特産品を使った、食品添加物無添加の甘酒玄米グラノーラ

『むなかた福津グラノーラ』を開発・販売。

(第23回福岡デザインアワード銀賞受賞)

※当日の詳しい内容は、全国自治労連の公式HPに企画運営を行った組織部が開催報告を投稿しておりますので、ぜひ[こちら](#)または、【全国自治労連公式HP▶お知らせ or 組織対策部▶2024.11.23 投稿「第7回働く女性のステップアップセミナーを開催しました☆(R6.11.9)」からアクセスの上ご覧ください◎

参加者にインタビューしてみました！

■こちらの記事では、当日の様子や感想を、参加された方へのインタビューでお伝えしていきます！■

Q1.このステップアップセミナーに参加した理由や決め手を教えてください！

A1.もともと発酵食や腸活に興味がありました。今回のステップアップセミナーのテーマが「発酵食」をテーマにした料理体験、ということで、「これは絶対に参加したい！」と思いました。
また、ステップアップセミナーで仲良くなったり、ほかの単組の人との再会もすごく楽しみで！今回は仕事や家族の予定も調整ができたので、ぜひ参加しよう！と思い応募しました。

Q2.ステップアップセミナーに参加した率直な感想を教えてください！

A2.料理体験はもちろん楽しかったですし、今回は自分で作った塩麹もお土産にもらえたのが嬉しかったです。
セミナーで学んだことをそのまま身近な食生活に活かせる実用性もとてもよかったです。
あとは、ほかの単組の方と仕事のことや家庭・プライベートのことなどいろいろな話ができたり、各単組の地域の郷土料理を知ることができたことも、各地域に仲間がいる自治労連ならではの面白さだな、と感じました！
夜の懇親会の後は、話が盛り上がったメンバーと博多のクリスマスマーケットを満喫でき、場所は離れていてもこうして繋がって交流ができるので、また次回以降も可能な範囲で参加したいと思います！

Q3.最後に、今回の「働く女性のステップアップセミナー」をはじめとする、自治労連の活動への参加したことがない方へ一言メッセージをお願いします！

A3.仕事が休みの日を使っての参加になるので、仕事や家庭などの調整も必要にはなることが多いですが、参加してから初めてわかる楽しさや学びがそれ以上にあると思います。
また、さまざまな単組の取組や実情を知ることができるので、自分自身の視野も広がり、とてもいい刺激をもらえる機会になっています。特に、働く女性のステップアップセミナーは、ただの座学だけではなく、どんな場面にでも役に立つコミュニケーション力が磨かれるように感じています。
人と話すことが好きな人はもちろんですが、いろいろな人・地域の考え方を知ることで自分の成長にもつながると思いますので、まだ参加したことがない人は、自分の組合の執行部に参加してみたい、と相談してみてはどうでしょうか？きっと快く送り出してくださいだと思いますよ！

【当日の様子を一部ご紹介します】





【筆者よりひとこと】

自治労連の活動に参加して毎回思うことですが、皆さんとってもポジティブで参加するたびに元気をもらいます。今回のステップアップセミナーでは、初めましてでも、会って10分そこそこで、まるで最初から知り合いだったかのような仲の良さに。「カラダにやさしく、おいしいものをみんなで作り上げて食べる！」という共通ゴールの元、コミュニケーションを積極的に取りながら、テキパキと作業を着実に進めていく様子を見て、すでにこの時点で、冒頭でお話しした力が培われ向上しているのに加え、自治労連の良さがぎゅーっと濃縮されたような場面を目の当たりにすることができました。

後半部分の郷土料理発表でも、各単組ごとにそれぞれのカラーが出たプレゼン内容・構成になっていました。そのカラーや“らしさ”をお互いに認め合って尊重し、それを素直に言葉にできるのも、自治労連の大切にしているスタンスがしっかりと構成単組のマインドとしても醸成されているのを改めて感じる一場面でした。楽しい中にも、学びと成長を感じられるさまざまな活動を中央執行部一同精一杯企画運営してまいりますので、ぜひご参加いただき感想をお寄せいただけますと嬉しいです！