

# 未来の自分、どうデザインする？

## 仙台市ライフデザインセミナー レポート

11/7fri. 12/10wed. 東北学院大学 五橋キャンパス 未来の扉センター

### 第一部

### 基調講演

## 「この街(まち)で描く、私の未来の設計図」



講師  
Kaziプロジェクト 代表  
木村 秀則氏

### 伝えたいメッセージ

人生は思ったよりも選択肢があります。結婚や子育てを選んだ人生も、選ばなかった人生も、「それぞれが等しく尊い」ものです。結婚、子育ては強制されるものではありません。育ってきた環境や現在の状況、感性など、価値観は人それぞれです。

5年後、10年後に自分がどうなっていたかを考えて視野を広く、たくさんの人と出会い、交流をもっていたきたいです。学生時代に結婚や子育てを意識することも難しい部分もあります。結婚、子育てには、楽しいことだけではなく、大変なことも少なくはないです。それでも自分だけの人生より結婚して家族のいる人生のほうが、その喜びを倍以上に大きく感じています。

### Q:【学生からの質問】

就職活動中に興味のない業界、分野にどうしたら興味をもてるか？

A: 企業説明会などに参加したり、まずは動いてみるのが重要だと思います。働き方の将来のイメージや、将来の可能性を信じながら、様々な企業、人と出会うきっかけづくりが大切だと考えています。



講師  
NPO法人エムケイベース 代表  
齋藤 愛氏



### 第二部

## 「パパママと学生の“リアル”トークカフェ」

### ■1回目:3家族参加

家族①共働き夫婦  
小学2年、5歳、3歳、0歳  
家族②共働き夫婦  
小学3年、小学1年、2歳  
家族③共働き夫婦  
高校生2名、小学生1名  
※高校生1名と小学生1名は欠席

### トークカフェの内容

市内在住の子育て中の家庭を招き、直接交流する体験プログラムを実施しました。  
子どもたちが自由に遊ぶ様子を見ながら、パパママと交流し、各家庭でのリアルな生活や結婚・子育てへの思いなど、テーマに沿ってお話をいただきました。

トークテーマ①仕事と家事の両立  
トークテーマ②将来のために学生のうちにやっておいた方がいいことは？  
トークテーマ③自分の未来設計に基づく現在について

### Q:【学生からの質問】

将来のためにどんな経験をしていたほうがいいか？

A: 一個人の回答として、1つの経験だけでなく、自分があるものを見つけて、将来的に「自分が何をやりたいか」、「何に紐づくかどうか」を考えて広い視野で行動してみてください。

### ■2回目:3家族参加

家族①共働き夫婦  
小学2年、5歳、3歳、0歳  
家族②共働き夫婦  
中学1年、小学4年  
家族③共働き夫婦  
小学2年、3歳



# 未来の自分、どうデザインする？

## 仙台市ライフデザインセミナー レポート

2/14sat. 仙臺緑彩館交流体験ホール

### 第一部

### 基調講演

## 「キャリア・生活・家族のバランスを考える」



講師  
(株)東北博報堂  
クリエイティブ局 GM  
武田 陽介氏

### ライフイベントの時に 何を重要視して選択してきたか

**武田氏:** マネージャーという立場でも3ヶ月の育児休業も経験しました。仕事はもちろん全力ですが、アイドルを熱心に推すといった自分自身の「ヲタク」な趣味も大切な要素としています。家族という「縛り」ができると自由がなくなると思われがちですが、僕の場合はその制約があるからこそ、逆にモチベーションが高まる感覚があります。何事も1人より2人のほうが面白いですし、家族の分だけ嬉しいことは倍になります。自分1人だけでは決して出会えなかった人や経験に出会える今の人生を、とても幸せに感じています。



講師  
NPO法人エムケイベース 代表  
齋藤 愛氏

**齋藤氏:** 「すべては、愛」だという信念を持って、これまで歩んできました。24歳で結婚して3人の男の子の母になりましたが、上海へ行ったり、時には夫を現地に残してこどもと仙台へ移住したりと、かなり変化の激しい人生を楽しんでいます。今はNPOの代表なども務めています。どんな時も「自分の幸せは自分で決める」という直感を大切にしています。母や働く人など、自分の中にたくさんの「顔」を持つことで、世界の見え方がガラッと変わり、日常の中にある「小さな幸せ」を以前よりもずっと見つけやすくなったと感じています。

### まとめ

#### 1. 内発と外発のチャンスを活かす

内なる気持ちと、外から訪れるチャンスにアンテナを張ると、人生が豊かな方向に進む可能性が高くなると思います。

#### 2. 自分の選択を信じて人生を楽しむ

結婚や子育てにこだわることなく、自分で決めたことを信じて、自分の決めたことをリスペクトして、自分の道を歩むのが大事だと思います。



### 第二部

## 「10年後の自分!? 子育て家庭と“リアル”トークカフェ」

### ■3家族参加

家族①共働き夫婦、  
5歳、2歳

家族②共働き夫婦、  
中学1年、小学4年

家族③共働き夫婦、  
小学2年、3歳

### トークカフェの内容

「市内在住の子育て中の家庭を招き、直接交流する体験プログラム」を実施しました。こどもたちが自由に遊ぶ様子を見ながら、子育て家庭と交流し、各家庭でのリアルな生活や結婚・子育てへの思いなど、テーマに沿ってお話をいただきました。

トークテーマ①仕事と家事の両立

トークテーマ②未来の設計について

### Q: 【参加者からの質問】

パパの皆様へ、もしご自身が子育て初心者に戻ってアドバイスするならば？

A:

■: パパ向けの教室は通いましたが、なかなかイメージがわかなかったです。イメージしておくことが重要だと思うので、抱っここの仕方など自分で調べておくほうが良かったです。

■: 自分なりに準備はしていましたが、いざこどもと対面すると難しさはたくさんありますので、妻の言うことを必ず聞いて行動しました。

■: 保育士の仕事をしているので、こどもは慣れていると思っていたら、いざ自分のこどもになると想像より難しいと感じました。また、夜中に起きる覚悟をもっていたほうが良いことは過去の自分に伝えたいです。また、夫婦間での意見交換は積極的に実施していたほうが良いと思いました。

