

第3回

ひめラボ

in 南予

参加
募集人数

20名程度

先着順となります

対象者

愛媛で働く
主に20～30代の
女性

自分らしいキャリアデザインの構築や課題解決の糸口を見つける
組織、業種、世代、様々な枠を超えて互いにフォローし合う繋がりがここに！

愛媛の働く女性たちのために、人生の山あり谷ありを経験した
個性的でとても魅力のあるゲストたちが再び「全員」集結します。
最終回は、ゲストの事例を参考に自分の仕事に対する考え方、
生活との両立などのヒントを深掘りするとともに、
仕事にも家庭にも活かせる自分の強みを探ります。

2025 2.12 水 (14:00受付開始) 14:15～16:45

3回シリーズ開催 初めの方でも大歓迎

POINT

01

共感と支えの場を提供

似た想いや悩みを持つ仲間との出会い。他の参加者との交流を通じて、共感し合い、励まし合うことで、自分の状況や課題を理解することができます。

POINT

02

ロールモデルとの出会い

先輩女性たちの経験や成功事例から学び、自分のキャリアデザインや課題解決のヒントを得ることができます。

POINT

03

多様なつながりとフォロー体制の構築

組織や業種、世代を超えた参加者との交流を通じて、新たなつながりを構築。異なるバックグラウンドや経験を持つ人々からのアドバイスを受けることで、自分のキャリアや働き方における課題の解決に役立てることができます。

お申し込みは
こちらから

会場

大洲イノベーションセンター 〒795-0012 愛媛県大洲市大洲38

主催

公益財団法人えひめ女性財団（愛媛県男女共同参画センター指定管理者） 〒791-8014 松山市山越町450番地

（お問合せ先）

電話：089-926-1633（代表） FAX：089-926-1661（月曜、祝日休館）

共催

愛媛大学教育・学生支援機構 / 合同会社Cheer for / 大洲市



SCHEDULE スケジュール

14:00 ● 受付

14:15 ● 概要と目的の説明 / 主催紹介 / ゲスト紹介

14:20 ● テーブル毎の自己紹介

14:25 ● サイコロトーク
ゲストに楽しく質問！

14:55 ● グループ共有

15:15 ● 休憩

15:25 ● 強み発見ワーク
自分自身の強みを探す！

16:25 ● 全体の共有

16:35 ● 総括

16:45 ● 終了



GUEST INTRODUCTION ゲスト紹介



ゲスト 01 池田 有佐 Sunlit
(いけだ ありさ)

自分の病気をきっかけに、「生きている幸せ」「健康」「人と人との関わりの中にある愛情」に気付く。母親になってやりたいことを諦めていたけど、やりたいことをやると決意。自分で自分を諦めない生き方が今の私です。



ゲスト 02 高田 名奈 株式会社日本政策投資銀行
(たかた なな)

2000年一般職として入行。2回の育児休業取得後、外回りができる職種に転換。観光、地域コンテンツ(日本酒、砥部焼)等の情報発信や自治体の委員会などに参加。2022年ミセスコンテストに出場、日本大会ファイナリスト。



ゲスト 03 越智 繭子 富士通コミュニケーションサービス株式会社
(おち まゆこ)

2003年入社。本社勤務後、採用を通年で15年間経験した後、現在は人事・総務と社内外ブランディング活動に従事している。強みであるコミュ力を活かし、人や地域との縁繋ぎを実現するため、奔走中。猫7匹と暮らす無類の猫好き。



ゲスト 04 鈴木 理絵 愛媛大学松山大学非常勤講師
(すずき りえ)

約10年の高校・大学での教員経験を経て、現在は認定NPO法人カタリバ カタリバオンライン for teensで全国の高校生へ探究学習の支援をオンラインで行い、県内の複数の大学にて非常勤講師として英語を教えている。教育支援に携わる3児の母。



ゲスト 05 勇 明希 愛媛トヨベツト株式会社
(いさみ あき)

2009年受付事務として入社し、お客様対応メインの仕事に従事。2021年6月より採用教育担当となり、新卒採用や新入社員、若年層の育成を主に行っている。「ギャルマインド」「飽くなき探究心」を大切に生きてきようと日々奮闘中。



ゲスト 06 横山 真紀 愛媛県少子化対策・男女参画室
(よこやま まき)

2001年入行。長女の中学3年間の不登校と自身の昇任に、コロナ禍も重なり、特にこの数年は公私ともに激動の一方、ジェンダー平等の業務に携わることで、自身がエンパワメントされる日々。吉田兄弟に憧れて始めた津軽三味線が息抜きの一助。母。

REVIEW 前回参加者の声



人生の先輩たちのライフプランを見て、乗り越えるためのモチベーションや出来事を学ぶことができた。(20代)



辛い時にどう乗り越えたら良いか1つ強くなった気がします。(30代)

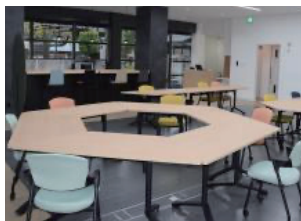
前回の様子や、参加者の実際の声を動画で見れます！→

Check!



VENUE 会場詳細

会場：大洲イノベーションセンター
〒795-0012 愛媛県大洲市大洲38



今回のデザート

おしゃれな会場で甘いものを食べながらゆったりと交流しましょう！



Sunlitの
ほうじ茶ラテと
焼き菓子をご用意♪



※写真はイメージです