

2025. 11 月 女性チャレンジ応援拠点だより

～チャレンジロードの歩き方～



コラム

「節目をいかしてチカラをつける」

ようやく秋らしくなってきました。そろそろ暖房のいる季節ですが、ハーバード大学の最新の研究によると「脳のパフォーマンスが最高状態になる室温」は、20℃から24℃だそうです。（※）ちょっと寒いぐらいが、集中力や記憶力、判断力が効き、学習や創造的な作業に適している。くわえて湿度や空調、音や採光など、作業環境が能率に影響することが知られています。屋内にいたことが多くなる季節、仕事空間をちょっと見直してパフォーマンスを高めていきましょう。

さて『チャレンジロードの歩き方』の11月は、「節目をいかしてチカラをつける」です。6月号では「未来を構造化する」と題し、物ごとの進展には一般的な流れ・節目があり、それを見込んで先を読みましようかと勧めました。とはいえ、8月号で紹介したように「日常業務は戦略的業務を駆逐する」ことが一般的です。そこで今回は、先を読んで具体的に取り組む例を挙げてみましょう。単独で活動する方、グループや団体で活動する、それぞれの典型例です。

単独・「ソリスト」として活動する場合、多くは初期3年のうちに現実を知り、5年目を過ぎる頃には自他ともの観察がすすし進み、他の人にとって自分にはないもの、自分にとって他の人にはないものが見えてきます。そうすると自然に次の課題が浮かんできます。だいたい、「もっと専門的に、体系的な勉強が必要…」例えば、講習受講で取得できる専門資格でチャレンジしたAさんは一念発起して、経営コンサルティングの国家資格といわれる中小企業診断士にトライしました。企業にむけて活動したいと考えて始めたものの、経営者にアプローチしようと思えば、「経営」を知らない相手してもらえないと痛感してのことです。

単独・「ソリスト」の方は自身が「商品」ですから、品質の安定と向上が欠かせません。チャレンジ開始から10年の〈序章〉のうちに、まずは専門性の土台をしっかりとっておくことで、次の10年の〈本章〉に本領を発揮できるでしょう。〈序章〉で

途絶えると〈本章〉には入れないのですから、5年目ごろ、ひょっとすると前後して3年目または7年目ごろに課題に目覚めるかもしれません。早くても遅くても、とにかく頭に浮かんだ課題をスルーせず、実際の行動につなげる。その先に飛躍が待っています。

グループ・団体で活動している場合、お勧めするのは、10周年、20周年の節目に記念誌発行の計画を立てることです。地域や社会のさまざまな課題にとりくみ、10年または20年の経験と実績から、問題の本質や課題解決の糸口が見えてくるはず。それを提言としてまとめ、活動履歴や物語も織り交ぜながら製本化するのです。10年目は内容的にまだ浅いものになるかもしれませんが、作る意味はあります。まとめる過程で自分たちがどれほど奮闘してきたかを実感します。同時に、成否こもごもふり返ることになり、学び直しになります。20周年となると、内容的にも深いものになるでしょう。20周年記念誌をまとめたある団体の代表は完成させた冊子を手に「自信と誇りをもった」と話していました。

記念誌を周年に合わせるなら1年前には準備にかかる必要があるでしょう。2027年が10周年なら今年2025年内には案にあげ、来年の活動計画に盛り込む。小さな作業の積み重ねが必要ですから、団体内の協調、協力、協働を促すことになります。完成本は団体の「知的財産」であり、団体の存在感を対外的にしめす広報誌にもあります。

といったところで今回は終わるとして、みなさん誰もが少しずつチカラをつけて飛躍の道をたどることを願って、「女性チャレンジ応援拠点」のスタッフ一同、引き続きみなさんを後押ししていきます。ご利用をお待ちしております。

《参考資料》（※）ニューズウィーク日本版「脳のパフォーマンスが「最高状態」になる室温とは？」
https://www.newsweekjapan.jp/stories/lifestyle/2025/02/535537_1.php (参照 2025-11-06)

女性チャレンジ応援拠点

場所：大阪市天王寺区上汐 5-6-25 クレオ大阪中央 4 階
メール：women-kyoten@danjo.osaka.jp

運営：大阪市立男女共同参画センター中央館
電話 06-6770-7200 FAX 06-6770-7705

開室日

※祝日、祝休日の翌日の場合は休室

水	木	金	土
18:00 ～ 20:00	13:00 ～ 15:00	10:30 ～ 12:30	13:00 ～ 15:00

開室時間内は自由に入退室いただけます。
お気軽にお立ち寄りください。

