

# Start UP! With Your Lifestyle

## 私の好きなことで 仕事を始める!

**地域の課題解決やまちづくりに大切な、女性創業を特集!**

「やりたいこと」、「得意なこと」を生かし、地域とのかかわりをビジネスの分野から目指す女性創業。先輩起業家の体験談やグループワーク等を通じ自分のやりたいことを事業化する方法を学び、参加者のライフスタイル・ライフステージ、地域のコミュニティを意識した学びや出会いの機会を提供しています。

☎経済振興課 ☎967-4680

### 女性創業支援セミナーで「はじめる」を全力で後押し!



会社の現場監督  
合同会社 代表  
一般社団法人マリス  
市場真理子さん

**Profile**  
2008年に創業し、現場改善・組織作りの専門家として、全国の企業や自治体で研修や講演を行っている。また、自身の子育て・介護と仕事の両立の経験から、働きたい女性への育成と企業への派遣を実施している。越谷市が主催する女性創業支援セミナー「越谷ウーマンズアントレプレナーズスクール」の講師として女性の創業を後押ししている。

**一女性創業の特徴を教えてください。**  
女性は、ライフステージごとの変化が大きいことが特徴です。子育て中にママ友と話をしたとき、「働く」選択肢として、やりたいかどうかに関わらずパートを選ぶ人が多いことに違和感を持ちました。私自身も子育てや介護と仕事を両立するなかで、社会の価値観や先入観といった見えないプレッシャーが多いことに気づきました。「働く」ことを我慢せざるを得ない現実をどうにかできないかと考え、新しい女性の働き方を支援してきました。

私が講師を務める女性創業支援セミナー「越谷ウーマンズアントレプレナーズスクール」には、「成長したい」、「得意なこと誰かの役に立ちたい」、「仲間とつながりたい」、「交流したい」など、毎年、さまざまな目的を持った女性たちが学びにきています。

**一アントレプレナーズスクールで学ぶ女性に変化はありますか。**  
「やるならきちんと」をテーマにしています。企業研修と同じレベルで、仕事として責任をもつことやお金を稼ぐということの意味をしっかりと伝えていきます。

りと伝えていきます。  
創業の疑似体験、ビジネス戦略の策定、事業計画づくり、ビジネスコンテストといった段階を踏む過程で、みなさんが生き生きと変化していく姿に毎回感動しています。

「自分の好きなことをビジネスにする方法がわかった」「やりたかったことに踏みだせるきっかけになった」や「堂々と自分の意見を言うようになった」といった声も寄せられています。

**一女性創業が地域に与える影響をどのように考えますか。**  
地域で暮らす女性が、経験やスキルを活かし、地域とのかかわり、社会とつながることは、多様性の視点からも大切だと感じます。既存の価値観にとらわれず、新しい働き方や、やわらかい感性で暮らす女性が増えるといいなと思います。そういった女性たちを起点にいまちになっていくと思っています。

まずは、自分自身のやりたいことを見つめる時間をもって、その実現に向けて、一歩踏み出していただきたいと思っています。

### 女性創業支援セミナーで学びました!

#### 「子どもの心が動く瞬間を作る」が私の成功体験

出産や育児を経験して、これからのライフステージに戸惑い、不安を感じていました。約10年一般企業でキャリアを積み上げるも、出産を機に、自分の人生についてこのままでいいのか悩み、育休中に自分のやりたいことを探し始めました。

女性創業支援セミナーでは、これまでの人生を振り返り、大切な価値観を洗い出して自分軸を確立、これからのやりたい自分やキャリアプランを明確にします。講座を通じて、自分の挫

折し続けた過去から、達成感や成功体験に強い想いがあることを発見しました。子ども好きも相まって、こどもたちの「できた!」の芽を育てたい、という思いをゆめずかんIchibaの活動に落とし込みました。一緒に学んだ仲間たちとゆめずかんIchibaを通して、想いを形にし続けています。出産や子育てをきっかけに人生観が変わっても、自分らしく生きるためのヒントを探すいい機会になるのでは。



ゆめずかんIchiba  
実行委員 代表  
庭山友香さん

**Profile**  
令和3年に市が主催する女性創業支援セミナーを受講。その後、講座の同期卒業生とゆめずかんIchiba(おしごと体験型マルシェ)を運営している。



Akplanning  
秋葉彰子さん

**Profile**  
令和5年に市が主催する女性創業支援セミナーを受講。現在はシニアライフコンサルタントとしてセミナーの開催など、幅広く事業を手掛けている。

#### 「働きたい」が私の原点

越谷市で生まれ育ったんですが、結婚を機に福島県に転居しました。3人の子どもを育てながら、これまで総合商社での秘書や学習塾の経営などを経験しています。

子育てが一段落し、越谷市に戻ってきたときに、これからの自分のライフデザインを考えました。これからは「ずっと働きたい」と思っていたんです。自分らしく穏やかに働きながら暮らしていけたらって。そんな時に、女性創業支援

セミナーを受講しました。  
もともと自分自身の軸として、「人に寄り添いたい」、「見守りたい」というものがあり、シニアライフコンサルタント等の仕事で創業しました。自分の軸を仕事にするのは、責任が伴うので大変ですが、人生が楽しくなります。自分を見つめ直し向き合うことや、少しでいいので始めてみるのが大事なのかなと思います。

## 「なりたい自分」に 目覚める!

### 「SAITAMA Smile Women ピッチ」で最優秀賞、審査員特別賞を受賞した2人に特別インタビュー!



Came came 30  
CAFE & BURGER  
鈴木美緒さん

**Profile**  
「SAITAMA Smile Women ピッチ 2017」で最優秀賞を受賞。Camecame30の他、介護施設や保育園といった幅広い業種で起業、経営している。

**一創業のきっかけを教えてください。**  
鈴木さん：もともと体育の教師になりたくって。ただその前に社会勉強もしたくて大手居酒屋チェーンで働き、店長も経験しました。その後、念願だった教師となり、子どもも生まれて充実した日々を過ごしていたんですが、中途半端さを感じていて…、仕事を辞めて子育てに専念しました。東日本大震災をきっかけに改めて生き方を見つめ直していたときに、縁と運が巡ってきて創業に至りました。

**妹尾さん：私は関西出身ですが、結婚や出産を経て、夫の転勤で越谷市に転居してきました。以前から興味のあったキャンプを家族や友人と楽しんでいましたが、コロナ禍で行動が制限される中、「近くにキャンプ場があれば、みんながリフレッシュできるのでは」と考え、「キャンプナノ越谷キャンプ場」をオープンしました。**

**一女性創業の特徴を教えてください。**  
妹尾さん：稼ぐ価値観に幅があることだと思います。自分の想いや住んでいる地域の困りごとを重要視し、得意なことや好きなことを活かしている人が多い気がします。

鈴木さん：多様性ですかね。趣味から始める人もいれば稼ぎたい人もいます。自立も重要な要素です。自立していない人はある特定の人に依存していて、自立している人はさまざまな人を頼ることができるんだと思いま

す。さまざまなかかわりが大切だと思えます。

**妹尾さん：家族とのかかわりに悩むこともありますよね。**

鈴木さん：時間の経過や状況によって関係性も変わってくるだろうし、考えて模索し続けていかなければならないのになって。悩んで考える中で自分らしさが見えてくることもあると思います。

**一女性創業のこれからについて、どう思いますか。**

鈴木さん：時代や価値観が変化し、女性が創業しやすい環境に向かうと思います。

妹尾さん：副業をはじめとした働き方や夫婦の形が多様化しています。出産や子育ての経験や地域への関心の高さも強みになると思います。

鈴木さん：仕事でお金を稼ぐというのは、「ありがとう」の対価なので、たくさんの「ありがとう」を楽しく集めることができればと思っています。これから創業を目指す人には、「やりたいこと」、「できること」、「求められること」のど真ん中を突き進んで欲しいですね。

妹尾さん：創業は大変ですが、創業という挑戦の中で、幸福度や安心感が大きくなったと感じています。今も人とのつながりが、広がって、深くなっていて、ワクワクしています。



キャンプナノ(株)  
妹尾早南さん

**Profile**  
「SAITAMA Smile Women ピッチ 2024」で審査員特別賞を受賞。関西から越谷へ移住し、都市型キャンプ場を経営している。市内外でのイベント等にも積極的に出店。

### 創業で夢に向かって前進!



自家焙煎  
陽の香珈琲  
黒田倫代さん

**Profile**  
令和5年に市が主催する女性創業支援セミナーを受講。前職とコーヒーの修行を10年間併行し、退職後に念願だった珈琲店を開業した。

#### 地域のほっと一息つける場所に

会社勤めを30年以上してきました。大変でしたが、コーヒーの香りが癒しのひとときだったんです。「癒しの時間を地域のみなさんにも提供したい」、「地元をもっと元気にしたい」という想いが創業のきっかけです。仕事を続けながら、豆の産地や個性、焙煎、抽出、テイस्टینگなどの勉強を10年してきました。「慌てなくてもいい、機が熟す時は必ず来る」という言葉を信じてこれまでやってきました。このお店をつなぐが深められる暖かい場所にしていきたいと思います。

#### 漬物で故郷と地元の魅力を発信

山形県出身で、故郷の祖母が漬けた漬物のおいしい味をいろいろの人に広めていきたいと思って創業しました。地元越谷と故郷山形の素材にこだわった毎日食べたくなる手作り創作漬物を提供しています。自分の好きなことで夢を実現するために大切にしていることは、「とにかく行動すること」、そして、「自分に自信を持つこと」です。いろいろな人との出会いやつながりを大切にしつつ、自分の軸はしっかり持っていたいんです。



(株)佐藤留美商店  
佐藤留美さん

**Profile**  
市の創業支援補助金等を活用し創業。故郷の山形県産と越谷産の素材を使用したこだわりの漬物を販売している。

### 女性の創業をやさしく後押し!

創業に関心があるけれど、なかなか一歩を踏み出せない、そんな悩みも気軽な雰囲気で見守りやライフプランなどを丁寧にサポートしていきます。

#### 女性創業サロン

先輩起業家の貴重な体験談を聴いたり参加者同士で交流ができる女性限定の交流会。  
創業に関する気付き、仲間、チャンスに出会える時間を提供します。  
▶日時：▶第2回…11月10日(月) ▶第3回…令和8年2月16日(月)  
各回10:00～12:00 (第1回(9月1日開催)は受け付け終了)  
▶講師：(同)ババパラ 代表の桑原静さん  
▶申込み：市ホームページへ ☎76201

#### ビジネスサポートセンターこしがや

市では、起業家の相談窓口として「ビジネスサポートセンターこしがや」を設置しています。創業前はもちろん、創業したあとでも、経営支援の専門家である中小企業診断士が幅広い内容の相談に応じ、起業家を全力でサポートしています。  
▶申込み：市ホームページへ ☎89781

#### アントレプレナーズスクール

創業のはじめ方を学べる模擬体験から事業計画の作成まで、初めてでもビジネスを一から学べる実践的講座。最終回はビジネスアイデアコンテストも開催。自分の想いやアイデアをカタチにします!  
▶日時：9月29日(月)・10月6日(月)・17日(金)・27日(月)10:00～13:00  
▶講師：会社の現場監督(同) 代表の市場真理子さん  
▶申込み：市ホームページへ ☎77874