

# 夢に限界も終わりもない！

## ～IT企業社長から

## 農業の世界へ～

【講師】 農事組合法人 ほんのぼの農園 代表理事

わたし流  
生き方セミナー

### 第1回

# 報告

## 高市 眞一 さん

令和元年5月18日、「わたし流生き方セミナー」の第1回目を開催しました。講師の高市さんは、37歳でソフトウェア会社を起業。その後60歳で会社を後進に譲り、農業に活躍の舞台を変え、チャレンジを続けています。農業はきつい、儲からないというネガティブなイメージがあります。しかし高市さんは、だからこそ、競合相手がいないからチャンスだと、逆転の発想をしました。IT企業社長としての成功と、農業の世界での躍進。「夢を実現し続ける人生」を生きてきた高市さんに、これからの人生をよりいきいきとしたものにするコツを教えてくださいました。高市さんが、広い視野で人生や世の中をとらえていらっしゃるのが大変印象的でした。

- ・人は自分が望んだもののためにしか行動しない。だから、夢しか実現しない。
- ・プラス思考でなければ問題は解決しない。
- ・人間は不平等だが、一日が24時間である事はみんな同じ。時間をどう使うかで人生が変わる。



といった、高市さんの言葉は、実体験に裏打ちされた説得力のあるものばかりでした。人生100年時代の現代を生きるヒントが満載の講座となりました。

### 参加者の声

農業が抱える問題や多様な生き方について参考になりました。農園への夢実現に向けた志気が高いことに感銘を受けました。  
(60代、男性)

今日は高市さんからたくさんの勇気をいただきました。私も頑張ります。  
(30代、女性)

いまを大切に、自分のため、社会の為に生きていきたいです。高市さんのエネルギー、笑顔、すばらしいと思いました。  
(70代、女性)

人生には必ず問題が起きます。プラス思考で問題解決していこうと思いました。  
(50代、女性)

生き方の指針を示していただいた。  
(70代、女性)



# 女性の次のステップを 応援したい！ ～自分の経験を糧に、 一歩ずつ前へ～

わたし流  
生き方セミナー

第2回

# 報告

【講師】（一社）愛媛県摂食障害支援機構 代表

## 鈴木 ころろ さん



令和元年7月6日、「わたし流生き方セミナー」の第2回目を開催しました。

講師の鈴木ころろさんは、2004年に摂食障害者の自助グループ「りぼんの会」を立ち上げ、コムズで月に一度、当事者たちが安心して集まることのできるミーティングをはじめました。活動は緩やかに広がり続け、現在では就労継続支援B型事業所を運営され、次のステップへのサポートにも力を注がれています。

悩みながら活動を続けてこられたこれまでの心情を、率直に語ってくださった鈴木さん。講座終了後の参加者へのアンケートでは、8割以上の方が、「自分の生き方を自分で決める大切さ」について学ぶことができた、と答えてくださいました。どんな時でも自分と向き合うことをやめないかぎり、一歩ずつ進んでいくことができることを、鈴木さんの講話を聴き、改めて感じました。

### （一社）愛媛県摂食障害支援機構の活動をご紹介します！

- ◎就労継続支援B型事業所「オフィスパートナー湊町ランチ」の運営。
- ◎摂食障害当事者がグループの中で情報交換したり、仲間の中で成長を目指す「リボンの会」の運営。
- ◎本人向け、家族向け個別カウンセリングの実施。
- ◎摂食障害の認知度やケアの質の向上を目指す「マゼンタリボン運動」本部の運営。



### 参加者の声

自分の体験を話し、夢を語ることで、実現していける近道になることに、とても勇気づけられました。

(40代、女性)

摂食障害の大変さを知ることができました。また、現代社会の生きづらさを感じる人が増えてきていることも考えていかないといけないと、つくづく思い、お話を聞かせて頂きました。

(50代、女性)

ご自身の経験をもとに、今の仕事への立ち上げにつながった流れは、非常に貴重なお話で良かったです。今後、聞いたことを、活かして行きたいと思います。

(50代、女性)

誰でも、生きづらさを感じているけど、それを素直に表現できているかどうか、家族の中で、じっくり考えてみたいと思いました。

(60代、女性)





# 今よりもっと健康に！ 生活するサポートをしたい！

## ～青年海外協力隊員から、 経営者の道へ～

【講師】（株）ヘルシープラネット 代表取締役

今川 弥生 さん



令和元年7月20日、「わたし流生き方セミナー」の第3回目を開催しました。講師の今川さんは、2000年に株式会社ヘルシープラネットを設立され、管理栄養士、公認スポーツ栄養士、健康運動指導士として多彩な活動を行うとともに、介護事業も展開していらっしゃいます。今川さんは20代の頃、宇和島市出身の岩村昇医師のネパールでの活動に触発され青年海外協力隊に応募し、中央アフリカマラウイ共和国に派遣されることになりました。マラウイでの一年の活動後、一カ月の休暇を利用して仲間たちと隣国へ旅に出かけますが、その旅の道中で交通事故にあいます。数名の仲間が帰らぬ人となり、ご自身も7か所を骨折する大怪我を負いました。一年間の治療期間中は、「なぜ自分は生き残ったのか」と自問する日々だったそうです。

生きているのだから自分にできることをしようと思った今川さんは、できる限り頼まれたことを断るのをやめようと思えます。その後、これまで得た知識をもっと社会に役立てたいとの思いが強くなり、起業へと繋がりました。青年海外協力隊としての活動途中で、怪我のために日本に帰国せざるを得なかった経験もあり、今度こそやり遂げようとの強い思いを胸に抱いて、会社を運営してこられたそうです。

途中、目を潤ませながらも、明るい語り口で、様々な試練を乗り越えてきたこれまでの日々や、介護事業への思いを語ってくださった今川さん。講座終了後、参加していただいたすべての方が、アンケートに思いのこもった感想を書いてくださいました。

### 参加者の声

生きることをもう一度深く考えるようになりました。自分にしかできないことを考えて将来を決めたいと思います。どんな時でも目標を持って生きていくことの素晴らしさを感じました。（20代、女性）

人それぞれの、豊かな生き方があるのだと知らされました。同年代なので、とても触発されました。私も頑張って、与えられた命を生きていきたいです。（50代、女性）

自分自身にできる人助けはいくらでもあると思えるようになりました。参加して、興味のある内容ばかりで、とてもためになりました。楽しかったです。（20代、女性）

青年海外協力隊時代のお話が聞けて良かったです。また、経営者への道を進められての、ノウハウも、生のお声が聞けて良かったです。今後に生かしていきたいです。（50代、女性）

子ども達3人にも、きかせたい内容でした。ぜひ、若い人たちの命を大切にする教育などでもご講演いただけたらと感じました。（40代、女性）

海外に積極的に出かけて行き、その後、起業するなど、自分の人生として前向きに切り開いていった姿勢に感激しました。自分より少し若い女性がこんなに波乱万丈な生き方をされたんだと驚きました。（60代、男性）

三人三様の人生を送ってこられた講師の方々を迎えて、全三回の講座を開催致しました。講師の皆様が、「わたし流 生き方セミナー」というテーマと正面から向き合い講話をしてくださり、「勇気をもらった」「参考になった」と、大変好評を得ることができました。自伝書やエッセイは無数にありますが、講師自らが語る人生経験を聴くことは、より刺激的で貴重な体験となります。今後も、コムズの講座案内をお見逃しなく！