

経験が活かした 3つのストーリー

Case
01

資格は取ったけれど、
活かさないまま
10年が過ぎた女性のケース

医療系資格 40代

「キャリアコン面談の中で「なぜ資格を取ったのか」を言語化するうちに、当時の想いが自分の中にまだ残っていることに気づきました。資格そのものよりも、資格を取ろうと思った「動機」こそ価値になると知り、未来に向けて希望が見えてきました。」

Case
02

定年後のセカンドキャリアを
模索する男性のケース

会社員 50代後半

「どうしていいかわからないまま起業セミナーで自分の経験を棚卸したところ、「人の相談に乗ることが好きだった」という原点を再発見。そうか、経験を「教える」という形で社会に還元するという働き方があるんだと目からうろこでした。」

Case
03

子育て・介護が落ち着き、
もう一度自分の人生を
動かしたい女性のケース

パート勤務 40代後半

「なんとなく、声を使った表現講座を受講して人前で話したところ、周りから「その話、すごく参考になる」と言われ、「こんな私の経験でも、誰かの役に立つんだ」と驚きました。私には伝える力を持つ声がある、思わぬ強みを発見したのです。講師という働き方もありかもと思うようになりました。」

人生後半、「経験」が 一番の武器になる。

仕事では後輩を育て、家庭では子育てや介護を経験し、多くのことを乗り越えてきた40代・50代。
「この経験を、このままで終わらせるのはもったいない」と感じたことはありませんか。
実は、あなたが当たり前と思っている経験が、誰かの役に立つ時代になっています。



「これからの働き方」——経験を“講座”という形に変える時代へ

40代・50代になると、ふと立ち止まる瞬間があります。「この先、どんな働き方があるんだろう」「私の経験は、これから誰かの役に立つのかな」
そんな問いが胸に浮かぶ時期です。ミッドライフ・クライシス（中年の危機）と呼ばれる。
私自身、公務員として医療・福祉・労働の現場に長く携わり、働く人が安心して力を発揮できる職場をつくりたい、という思いで起業しました。その後、年間100件以上の研修を担当し、受講者の行動が変わる瞬間を何度も見てきました。
その中で強く感じたのは、人生で積み重ねてきた経験は、年齢を重ねるほど「価値」に変わっていくことでした。
若い頃は「経験不足」で悩みます。でも40代・50代になると、悩みの質が変わります。「経験はある。でも、それをどう活かせばいいかわからない」そんな声を、研修の現場で本当に多く聞きました。
経験は「誰かの未来を変える力」になる。
人は、自分の経験を語る時、少し照れくささを感じます。「こんな話、誰かの役に立つのかな」「特別なキャリアがあるわけじゃないし」
でも、私は断言できます。教える仕事は、一部の特別な人だけのものではありません。むしろ、普通の人が進んできた、リアルな経験こそ、誰かの背中を押します。失敗したこと、悩んだこと、乗り越えたこと。そのすべてが、誰かにとっては学びになるのです。講座の場で、受講者の表情が変わる瞬間があります。「あ、私にもできるかもしれない」「その考え方、取り入れてみたい」そんな

小さな変化が積み重なり、行動へとつながっていく。
その姿を見るたびに、「経験を伝えることは、誰かの未来を変える仕事なんだ」と強く感じるようになりました。
なぜ「講師養成講座」を始めようと思ったのか
私は退職後、これからの人生をどう働いてどう生きていこうかと考えました。その結果、そうだった教師になったかたんだったというところに行きつきました。教える仕事、できるかと思つたのです。けれどそれは甘いと、いつか気づくまで時間はかかりませんでした。自分がしゃべることばかりに注力していると、受講者に目が向いていないのです。自分の伝えたいことを伝えることが講師ではなく、受講者が聴きたいことを話す講師でなければ、受講後に今度からこのよう行動をしようという行動変容はできないというところでした。
これは学ばないでただだと感じたのです。けれど広島では講師養成講座はありませんでした。なので、7年間東京に通って講師力を身に付けました。随分自己投資しました。学んでは実践しながらゲットした講師力を、社会貢献価格で広島のみさんに提供したいと思つたのです。
私は忘れられない言葉があります。主婦からプロ講師となった素敵な女性がつぶやいたのです。「私はずっと主婦だった。けれどいつか講師を職業にしたかった。叶いました。感動しました」。
講師を職業にする。人材を育てる、これがこれからの私のやりたいことです。そんな思いから、広島発の「講師養成講座」を立ち上げました。

あなたの経験や資格を"人に伝える"という仕事にする

2026年9月 / 講師養成講座

受講者募集中!

「資格は取ったけれど活かしていない」「経験を生かして新しいことに挑戦したい」。そんな方に向けた実践講座です。講座づくりから話し方、模擬登壇までを学び、自分らしい講師デビューをサポートします。

● 講師養成講座とは ●

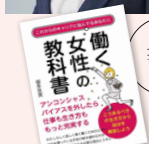
仕事や子育て、介護、趣味など、これまで積み重ねてきた経験は、誰かの役に立つ「学び」になります。講師養成講座では、その経験を講座という形にまとめ、人に伝える力を身につけます。講師としての基礎から実践まで学び、新しい働き方への一歩を応援します。

- このような方へ
- 資格や知識はあるが、講師として登壇した経験がない人
 - 社内研修やセミナーで、より伝わる話し方を身につけたい人
 - 現在講師として活動しており、さらにスキルアップしたい人
 - 子育てや介護が落ち着き、新しい働き方を考えている人
 - 定年後や副業など、セカンドキャリアとして講師を目指したい人
 - これまでの仕事や人生経験を、誰かの役に立てたい人

講師紹介



キャリアフォーカス 代表 / 企業研修講師
棚多 里美
広島県庁で医療・福祉・労働分野に携わった後に独立。年間100件以上の企業研修やセミナーを実施し、受講者の「行動が変わる研修」を得意とする。著書『働く女性の教科書』。



著書「働く女性の教科書」
アンコンシャスバイアスを外したら仕事も生き方もっと充実する
無意識の思い込み(アンコンシャスバイアス)を外すテクニックや、女性の強みを活かして仕事を楽しくする方法を解説

【開催概要】

講座名 講師養成講座「これから講師コース」
期 間 2026年9月13日～2027年3月7日
回 数 全7回・毎月1回
時 間 日曜日13:00～17:00
会 場 おりづるタワー
定 員 10名
受講料 88,000円(税込)
内 容 全7回の講座+60分個別コンサル

終了後のサポートも充実

キャリアフォーカス

お申し込み
お問合わせ

広島市安佐南区聖門台2丁目13-10
Tel.090-4575-8163
Mail: tanada310321@gmail.com

詳しくは
コチラ



／ お話を伺ったのは ／



キャリアフォーカス代表
棚多 里美先生

《Profile》広島県呉市に生まれ育ち、広島県職員として、児童相談所、女性労働者対策、子育て支援、地域ケア部長、全国初の働く女性・子育て支援部長を経て、(公財)広島県男女共同参画財団常務理事の後、キャリアフォーカスとして起業。研修講師をメインに女性活躍コンサル、キャリアコンサルなど年間130件行い、受講者数は、延べ2万7千人以上ののぼ

- 日本プロフェッショナル講師協会 認定講師
- アンガーマネジメントコンサルタント®
- ハラスメント防止コンサルタント
- キャリアコンサルタント
- ワークライフバランスコンサルタント
- アンコンシャス・バイアス ファシリテーター
- 社会福祉士、中学校教諭、保育士
- 交流分析士

資格を活かしたい、セカンドキャリアを考えた、経験を誰かの役に立てたい、人前で話してみたいけれど自信がないなど、そんなみなさんが、講師を職業にする。ことをめざします。そのために徹底的に伴走します。講座の間では個別コンサルを行います。受講後は、講師デビューに向けてアシスタント参加や他団体への講師紹介などのサポートも行います。
私と一緒に新しい扉を開きませんか？

講師養成講座のめざす姿