

次のステップへ進むための一歩を
見つけてみませんか？

芦屋市内の女性に
お役立ちの情報を掲載中！

ASHIYA RESUME
ホームページ



ASHIYA RESUME
公式Instagram



メールマガジン
登録募集中！



お問い合わせ

発行 | 芦屋市 市民生活部市民室 人権・男女共生課
編集 | 株式会社ウェルビーイング阪急阪神
(2024年8月)

TEL: 06-6676-8010

E-mail: event@ashiya-resume.jp



ASHIYA
RESUME
芦屋リジューム

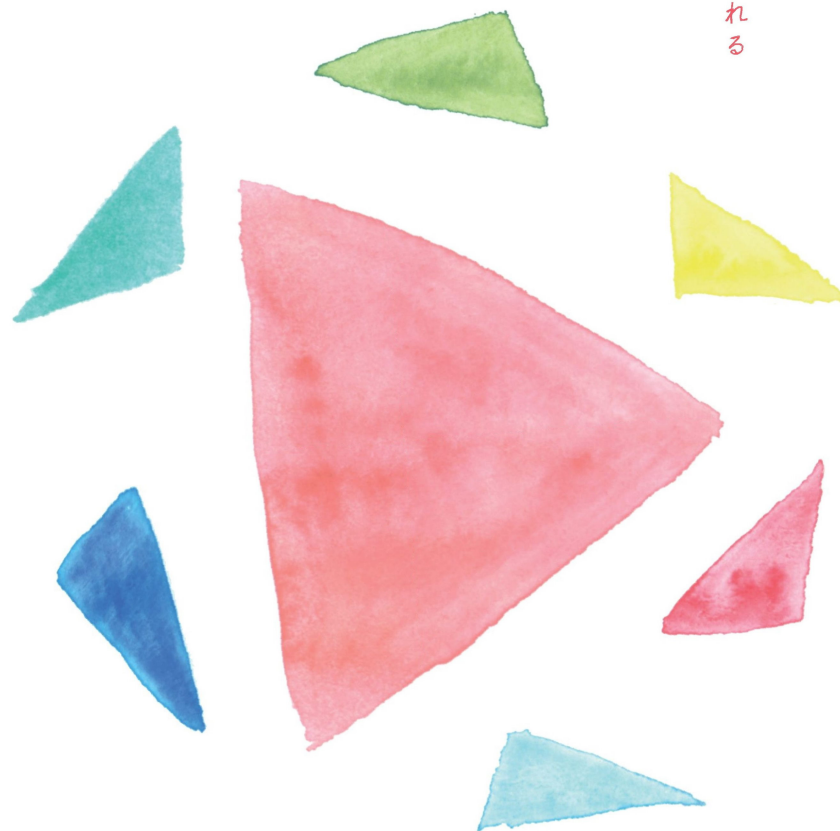
Design: Akihiro Shimizu [LEADER]

Illustration: Miyagawa Shoko

ASHIYA RESUME

芦屋リジューム

新しい一歩を踏み出す、
勇気やきっかけが生まれる
可能性と出会いの場



女性が輝くまち 芦屋プロジェクト

参加者に聞いた、
ASHIYA RESUMEってどんなところ？



自分のことを振り返り、
「これからの私」を考えることができた

40代／会社員

lecture salon 参加

好きなことを活かした働き方に憧れ、起業をしたものの、集客や収入が不安定に。私らしく働くことに悩んでいた時に lecture と salon に参加しました。忙しい毎日の中で、講座の時だけは自分の今後を考える時間を十分にとることができました。講座での気づきから企業への就職を決意。自身の強みを活かせる仕事に就くことができました。



今までに出会ったことがない
新たな繋がりや気づきがあった

20代／フリーランス・ライター

meeting school 参加

育休中、ライターとしてフリーランス活動を始めるか、正社員のままでいるかを悩んでいた時に、自分以外の人の経験や考えをまずは聞こうと思い、meeting に参加しました。今まで会社・ママ友以外の人と出会うことや、今後の働き方について真剣に話す機会がなかったので、実際の経験者の話を聞くことで、活動始める決心をすることができました。

30代／転職活動中

salon 参加

一人で不安なことも同じ状況の方と交流し
学び合う環境が良かったです。

行政主催のイベントなので、
安心して参加ができました。

40代／パラレルワーカー

lecture 参加

20代／パート・アルバイト

meeting 参加

「このままではいけない」という
漠然としたモヤモヤが晴れました！



様々な働き方を実践している人の
経験談を聞き、最初の一步を見つけた

30代／休職中

salon 参加

家庭と仕事とのバランスを考え休職をしている中で、今後会社に復帰または何か活動をしていくために今どう動けばいいかを知りたく、salon に参加しました。講座では、様々な働き方や暮らし方を経験した方の話を聞き、今後の目標に向け、自分のペースで今できることを少しずつ進めていくことが大事だと知ることができました。



活動始めるための基本を学び、
安心してチャレンジできた

50代／起業

school challenge 参加

最近起業をしたのですが、活動の新たな広げ方について悩んでおり、school と実践の場（challenge）に参加。活動において大切なコンセプトづくり・商品の魅せ方を学び、その学びを活かしたマルシェ出店までを経験できました。この経験から次のステップへのヒントをいただき、自身の商品に自信を持てるようになりました。



30代／育休中

school 参加

子どもがいる中での参加だったので
託児があり、大変助かりました。

先輩女性の講師からもらった思いがけない一言が
きっかけで、一歩踏み出す勇気をもらいました。

50代／起業

salon 参加

40代／フリーランス・カメラマン

challenge 参加

講座で知り合った方と受講後も
交流があり、仕事に繋がっています。

様々な女性が、新しい一歩を踏み出すために参加しています



参加者アンケートから分かる、
ASHIYA RESUMEのおススメPoint ※過去7年

累計参加人数 **2,700人**

満足度（5段階評価）

とてもよかった **83%** よかった **15%** / 710人中

POINT! 過去7年間で多くの方が参加し、「参加してよかった」と
前向きな声をいただいています。

Q. 参加前、どのようなことでお悩みまたは課題がありましたか？

A. 1位：やりたいこと・強みが分からない
挑戦できる機会の不足

2位：人との繋がりや交流できる機会の不足

3位：「このままではいけない」という漠然とした不安
事業や活動を続けるためのスキルが足りない

Q. 参加後、参加者や講師との
交流などはありましたか？

A. あった **87%**

Q. 参加後、自分らしい働き方や
今後の目標に繋がる
きっかけとなりましたか？

A. なった **96%**

POINT! お悩みに合ったプログラムに参加することで、自分の
興味・強みを活かせる目標や一歩が見つかる場所です。

自分のこれからを考えたい、働き方を考えたい、
強みを活かして挑戦したい、
それぞれの理想の暮らしに合った新たな働き方や
可能性と出会えるのが、ASHIYA RESUME。

▶ 詳しい情報は、裏面のQRコードをチェック！

ASHIYA RESUME とは?

わたらしい働き方・暮らし方をしたい、今よりも一歩踏み出したいと考える女性を応援している芦屋市主催のプロジェクトです。転職、出産、子育て、介護など、ライフスタイルや暮らしの変化に応じたじっくり働く働き方(会社員、起業、フリーランス、ボランティア、副業など)に出会える機会を提供しています。芦屋市内で、既に様々な働き方を実践している先輩女性たちや後押しする事業者と連携して、理想の働き方、生き方に近づくための新たな一歩を応援しています。



自分らしい働き方やこれからの目標に向けて、今あなたが知りたいこと・必要なことは?

あなたが知りたいことは?

ASHIYA RESUMEで応援できる あなたに必要な一歩

ASHIYA RESUMEでおすすめのプログラム



Aさん

自分の興味の幅を広げたい
働き方の種類を知りたい

▶ 先輩女性(経験者)と出会う

自分が今まで実践したことのない働き方ややりたいことを実現させた経験談を先輩女性から聞くことで、働き方の選択肢や次の目標を見つけましょう

lecture レクチャー

理想と出会える場



Bさん

理想の働き方ややりたいことがあるが、一歩を踏み出す
きっかけが欲しい

▶ これまでの自分を振り返る

きっかけはこれまでの自分の歩みの中にあるのかも! 一番大切にしたいことを整理して、自分のことを考える時間を作ってみましょう

salon サロン

自分を知る場



Cさん

様々な意見交換の機会や
仲間・同志が欲しい

▶ 様々な人と交流する

普段の生活では出会えない人と、今後の働き方ややりたいことの実現について、どのように考えているのか、お話をしてみましょう

meeting ミーティング

交流の場



Dさん

自分の事業や活動を
他者にわかりやすく
伝えられるようになりたい

▶ 活動の基本と広げ方を知る

やりたいことを他者に自信を持って伝えられるよう、活動する上で大切なことを学び、今後の活動の広げ方を考えてみましょう

school スクール

活動を学ぶ場



Eさん

まだまだ経験不足なので
気軽にチャレンジできる
機会が欲しい

▶ 勇気を出して実践する

トライ&エラーの繰り返しあるのみ! 事務局のサポート体制が整ったフィールドでイベント運営や出店などに挑戦してみませんか?

challenge チャレンジ

実践の場



自分を知ることから実践へとつながるステップ

※図はあくまで参考のため、興味があるプログラムにお気軽にご参加ください。詳しくは、ASHIYA RESUME ホームページをご覧ください。どこに参加するか迷っている方は、芦屋市が実施している【女性のためのステップ相談】をご活用ください。