

【イベント名】

令和7年度いきいきキャリアアップ事業in登米市 私をアップデートする時間～キャリアと自分を見つめて～

【開催概要】

| 開催日 | 時間 | 場所 | 参加人数 |
|---------------|-------------|----------------------|------|
| 令和8年1月21日（水） | 13:30～16:30 | 長沼ポート場 クラブハウス 集会室 | 30名 |
| 主催 宮城県 共催 登米市 | | | |

プログラム

| | |
|--------|--|
| 13:30～ | 開会 主催者挨拶 宮城県環境生活部 大沼 史柄 氏 ゲスト紹介 |
| 13:40～ | 第一部「ゲストトーク」 |
| 14:40～ | 質疑応答 |
| 14:50～ | 休憩 |
| 15:00～ | 第二部「ワークショップ」 |
| 16:25～ | アンケート記入 |
| 16:30 | 閉会 |

ゲスト

株式会社登米コミュニティエフエム(H@!FM)
企画制作部チーフディレクター 佐藤 万里子 氏



2009年(株)登米コミュニティエフエム (H@!FM)入社。番組編成やスタッフ採用等の開局準備を担う。2010年4月H@!FM開局。以来、地域に密着した地域のための放送局をモットーに日々放送を続けている。企画制作部チーフディレクターとして番組制作を統括する他、自身もパーソナリティーとして番組に出演。市の行事や地域イベントの司会も行。東日本大震災の際は、気仙沼市の災害エフエム開局にも携わった。また社内では総務部を兼務し、経理や業務管理を担当している。

第一部「ゲストトーク」

「声でつなぐ、まちの今～地元の人に寄り添い、まちの物語を紡ぐ～」
株式会社登米コミュニティエフエム(H@!FM) 企画制作部チーフディレクター 佐藤 万里子 氏



1. コミュニティFMとは何か

コミュニティFMは、市町村単位の狭いエリアに特化した放送局。商業・行政・地域行事など、地元に着した情報を届けることが目的。災害時には避難所、給水、炊き出しなどの極めて具体的な情報を即時に発信できる。

2. はとFMの概要と特徴

2010年開局、現在15周年。社員6名という比較的大きな体制で、自社制作率90%以上。平日は9時間半の生放送を実施。普段から「聞かれるラジオ」であることを重視し、災害時に頼られる存在を目指している。

3. 東日本大震災での役割。震災直後から24時間体制で放送を継続

市の屋外防災無線が止まる中、唯一の情報伝達手段となった災害FMへ移行し、出力を上げて市内全域に情報を発信した。「人の声」による情報提供が、市民の不安を和らげた。市民からの差し入れ、情報提供など、双方向の支え合いが生まれた。

4. 組織としての成長と変化

当初は属人的だった業務を、災害やコロナ禍を経て改善した。誰でも緊急対応できる体制づくり、情報共有の徹底。そして、小さな組織だからこそ、信頼と連携が重要だと実感した。

5. キャリアストーリー

地元登米市出身。未経験からFM局立ち上げに関与した。事務・採用・免許申請・番組企画まで幅広く担当し、音楽活動で培った「企画力」が仕事に生きた。「わからないことは聞いてもらえる」という気づきが成長の原点となった。

6. コミュニティFMが地域にもたらすもの

行政・企業・市民をつなぐ「受け皿」としての役割や、情報の発信だけでなく、安心感や共感を共有する場だと考えている。災害時だけでなく、何でもない日常に寄り添う存在であることを目指していきたい。

第二部「ワークショップ」

テーマ：キャリアについて考える ファシリテーター：株式会社cue 代表取締役 浅利 賀名衣 氏

グループでワークシートを使用しながら、「これまでの棚卸」、「これからのキャリア」を考えるワークを実施。自己紹介後、「これまでの棚卸」（何歳くらい・その時の仕事や家事、仕事以外の自分自身の経験・その経験から得た知識や能力）をワークシートに記入し、自分自身を振り返りました。

記入した内容について一人ひとり発表し、グループの方から共感や長所のフィードバックを受けました。その後、「これからのキャリアを考えるワーク」（ありたい姿になるための目標の設定：いつまでに何を始めるか）を具体的に記入し、前半と同じように発表・フィードバックを行い、それぞれが気づいたことを記入しました。多くの方が初対面でしたが、積極的に意見を交わしている様子が見られました。



【感想】※アンケートより抜粋

- ・（同じテーブルの）5名の方とは、ほぼ「はじめまして」だったのですが、自分のこれまでの棚卸し(振り返り)をする中で、他者からフィードバックを受けて改めて自分の原点を再確認でき、これからも続けていきたいと思えるものの中にそれもあることがわかりました。「楽しむ」ということを、ついつい忘れがちなので、話をしたり聞いたりすることで、他者理解ができることを改めて思い出しました。
- ・主婦という立場で、キャリアは…と思っていたが、料理やお掃除など、一つ一つ自分が体験してきた工夫はキャリアアップにしてもいいということ、自分を認めていいということ、そう思っていたとわかった。やってみて、これは自分が好きだとか自分に合ってるなど初めてわかると思うので、やってみることに年齢は関係ないと思えた。

