

# 令和7年度 女性が輝く東京農業特別支援事業 「輝く東京農業女子講座」レポート 南多摩Vol.1



第1回南多摩地域講座が2025年9月9日(火)に南多摩農業改良普及センターで開催され、女性農業者を中心に、男性も含む14名(後日動画視聴希望者含む)が参加しました。テーマは「わたらしい農業ライフプランづくり」。農業女子Lab株式会社代表取締役・景井愛実氏を講師に迎え、自己表現ができる農業だからこそ、自身の価値観や強みを整理し、「自分の軸」を持つことの大切さを学びました。参加者同士が刺激し合い、前向きな気づきに満ちた時間となりました。



テーマ	「わたらしい農業ライフプランづくり」
概要	自分らしい農業の実現を目指し、自分の強みやスキルを再確認して、方向性を考える
講師	農業女子Lab株式会社 代表取締役 景井愛実



講義



景井講師



交流会



ワークショップ

## ■ 第1部 わたらしさとは？

～スキルを再確認してわたし自身と丁寧に向き合ってみよう～

今回はワークショップが中心。まず「現状把握シート」では、生活と密接に関わる農業の特徴を踏まえ、家族と農園の現状を整理。その上で、「自己分析シート」では、自分が大切にしている価値観や強み・苦しいことなどを書き出しました。日々の営農や生活の中では意識しにくい“自分の軸”を見つめ直す時間となりました。

## ■ 第2部 わたらしい農業ライフプランを整理する

続く「農業女子Wishlist」では、農業とともにどのような人生を歩みたいか、農業を通じて叶えたいことはなにか、をテーマにワークを行いました。考える機会の少ない内容のため、はじめはなかなか書けない参加者もいましたが、講師の声かけで徐々に思考が整理されました。続いて、叶えたいことの実現に向けて周囲へ与える影響を考え、最後に自分の取り組むべきことをマンドラチャートにまとめ、ワークを締めくくりました。

終了後は、参加者同士でテーブルを囲み、交流会を行いました。講義内容の意見交換のほか、農業の悩みや、同じ作物を生産する参加者同士の情報交換など、さまざまな話題があふれる活発な交流の場となりました。

### 参加者の声①

「畑をどう活かすか、今後の方向性を決める材料にしたいと思います。」



20代

### 参加者の声②

「自分の内面を掘り下げるのは大切だと思いました。色々な方とお話できてよかったです。ありがとうございました！」



50代

### 参加者の声③

「すぐにやること、将来やることを具体的に考えていきたい。とても良かったです。」



60代以上

参加者からは、講座を受けての前向きな感想や、講座を通じた交流の広がりを実感できる意見が寄せられました。実践的な内容と、すぐに現場で活かせる学びが多い講座を開催しておりますので、ぜひご参加ください。お待ちしております。



輝く東京農業女子



東京都


女性活躍の輪  
Women in Action

# わたしらしい 農業ライフ プランづくり

自分らしい農業の実現を目指して、  
自分の強みやスキルを再確認して  
方向性を考えていきます。

9/9 火

13:00～16:00(開場12:40)

[講座終了後～17:00交流会] ※自由退場

受講無料

定員 **30名**

男性も参加  
できます！

託児サービスあり  
(事前申込制)

会場

南多摩農業改良普及センター  
(〒192-0364八王子市  
南大沢2-2パオレビル6階)

参加対象

東京都内の女性農業者  
農業法人等で雇用されている方  
女性農業者のご家族等

※オンラインでも参加可能。  
※当日参加できない方は後日アーカイブ配信も可能。(申込制)

こんな方に  
オススメです！

- ・自分らしい農業への関わり方を模索している方
- ・今の自分から一歩進んで、自分の意志で農業と向き合いたい方
- ・自分の農業ライフプランを整理して、今後の方向性を考えたい方

参加する  
ことで…

- ・自分らしさとは？こだわりとは？を再発見できる！
- ・自分のスキルを再確認して、それをどう活かしていくか、方向性を理解できる！
- ・漠然とした不安が自己分析をすることで明確になる！

講師:景井 愛実

お申し込み・詳細は裏面をご覧ください。



## 今回の講座はコチラ！

### ●スケジュール

#### 第1部

#### わたらしさとは？

～スキルを再確認して、わたし自身と丁寧に向き合ってみよう～

#### 第2部

#### わたらしい農業ライフプランを整理する

講座終了後～17時まで交流会を開催いたします。ぜひこの機会に皆さまとの交流を深めてみてはいかがでしょうか。

※参加無料



#### 講師

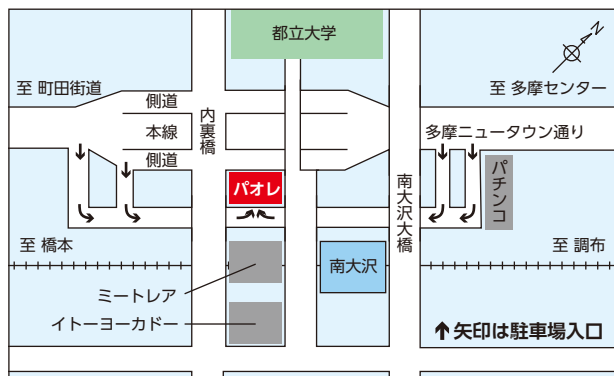
景井 愛実 かげい まなみ 農業女子Lab株式会社 代表取締役

福島県出身・在住。2007年、果樹農家に嫁いだことをきっかけに、農業に携わり始める。2017年に独立し、「Berry's garden」を立ち上げ、加工品販売や企画開発、CSAを大事にする会員制の体験 農園(桃畑)の運営などを行う。また、2020年には全国の農業女子で運営する「NoujyoLab農業 女子研究所」も立ち上げ、さらなる日本の農業と地域の発展を促進するため今年2025年「農業女子Lab株式会社」を設立した。

### ●会場のご案内

#### 南多摩農業改良普及センター

〒192-0364 八王子市南大沢2-2パオレビル6階



#### 【電車でお越しの方】

京王相模原線南大沢駅より徒歩5分

#### 【お車でお越しの方】

近隣のコインパーキングのご利用をお願いします。

※主催者側で駐車場の用意はございません。駐車料金はご自身でご負担ください。

### ●申込はコチラから

参加ご希望の方は下記のQRコードまたはURLよりお申し込みください。

<https://form.qooker.jp/Q/ja/250909/nougyou/>



#### 応募期間

2025年9月7日(日)  
17:00迄

※託児サービスをご利用の方は、2025年9月1日(月) 17:00迄

オンライン申込をご利用いただけない場合は、南多摩農業改良普及センター(TEL:042-674-5971)にお電話にてお申し込みください。

### ●今後の講座のスケジュール



※スケジュールは変更になる場合がございます。

お問い合わせ: 輝く東京農業女子講座運営事務局 mail: [info@agri-tokyog.com](mailto:info@agri-tokyog.com)



東京都



女性活躍の輪  
Women in Action