



これまでの活動や  
ご意見・アイデアは  
ホームページから



# NAGANO働く女性会議 note Vol.28



## つながりが力になる!企業横断型キャリアアップ支援プロジェクト NagaHaLo(ナガハロ)第2期生募集!

皆さん、こんにちは。

2025年度にスタートした企業横断型キャリアアップ支援プロジェクトNagaHaLo(ナガハロ)は、各企業から管理職やリーダーを目指す女性が参加し、1on1のメンタリングと合同研修を通して、他社のリーダー(役員・管理職等)に学び、社外ネットワークを広げながら支え合う環境をつくり、女性がより活躍できる社会の実現と、地域の発展を目指す取り組みです。

昨年度は16名が参加し、修了後のアンケートでは全員が満足だったと

回答(80%以上が「非常に満足」)。参加者(メンティー)は「前向きに働けるようになった」「管理職を目指す気持ちが芽生えた」「コミュニケーションの取り方が変わった」など、意識や行動の変化がはっきり現れています。一方、サポート役のメンターも「メンティーの成長に感動した」「自社の視点が広がった」など、寄り添う中で自身も学びを得たという声が多く、他社の女性たちを支える経験が、メンターにとっても大きな気づきの場になりました。また、「他社の人とつながれたことが励みになった」「安心して話せる場だった」という声が多く、企業の枠を超えたネットワークが、参加者の背中をそっと押す存在になっていたことがうかがえます。



メンター・メンティーとも  
一年間お疲れ様でした



エンディング研修での行動宣言

### NagaHaLo2025(第1期)アンケート結果より

#### 全体満足度

- 参加者(メンティー)【非常に満足している:85%/満足している:15%】  
「半年間で前向きになれた」「キャリア観が大きく変わった」
- 経営者クラスの先輩(メンター)【非常に満足している:80%/満足している:20%】  
「ここ最近で一番素晴らしい企画だった」「自社の改善点に気づけた」

#### メンタリングの有意義さ

- 参加者(メンティー)【非常に有意義だった:90%/有意義だった:10%】  
「心理的安全性の重要性」「リーダー像の多様性」「部下との向き合い方」など深い学びが多かった。
- 経営者クラスの先輩(メンター)【大いに感じた:80%/ある程度感じた:20%】  
メンティーの成長を見て「自社の視点が広がった」「自身への気づきも多かった」という声が多数。

#### 参加者(メンティー)の意識・行動の変化(複数回答)

- コミュニケーションの取り方を変えた…85%
- 仕事への向き合い方を見直した…80%
- 新しい業務・役割に挑戦した…55%
- キャリア情報収集を始めた…40%
- 社内で学びを共有した…一部はすでに実施  
「管理職を目指す気持ちになった」  
「完全主義との向き合い方が変わった」  
「リーダーの役割は“自分が成果を出すこと”ではなく、“メンバー一人ひとりの力を引き出し、チームとして成果を生み出すこと”だと学べた」

こうした確かな手応えを受け、2026年度もNagaHaLo第2期生を募集します。管理職、または管理職を目指す女性の皆さまにとって、自分らしいキャリアを見つける大切な時間になるはず。詳細は同封のチラシをご覧ください。長野で働く女性が、もっと自由に、もっと自分らしく輝ける未来へ。あなたの一歩をお待ちしています。

NagaHaLo  
第2期生の  
申し込みは  
こちら

