

2026年度

Peach Women's Business School

第2回

登壇者：ピーチコーポレーション株式会社

代表取締役社長

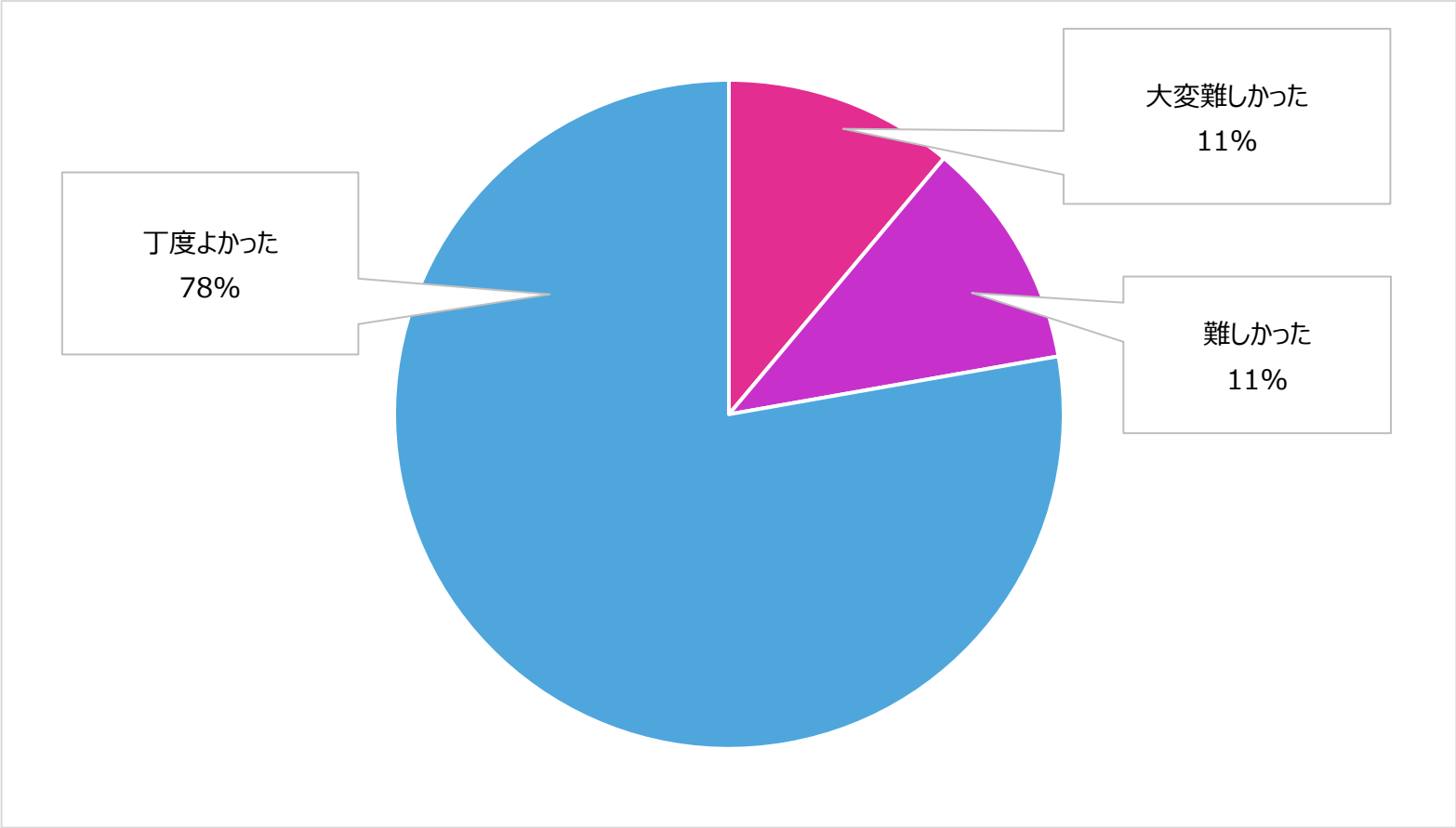
松田 真理

講演テーマ：「アウェアネス」

2026年度PWBS 第1回アンケート集計結果

研 修 日：2026年6月25日(木)
登 壇 者：ピーチコーポレーション株式会社 代表取締役社長 松田 真理
講演テーマ：「アウェアネス」

(1) 本日の講義の難易度はいかがでしたか。【大変難しかった, 難しかった, 丁度よかった, 易しかった】



上記の理由および、研修前と研修後で自己意識が変わった点があればご記入ください。

大変有意義な講義でした。
「アウェアネス＝気づき」について、今の自分に問いかけながら拝聴させていただきました。
今の自分は目の前にある業務や家事などをいかに効率よくこなすかをテーマに置いて日々過ごしていましたが、それとは別の視点で常に自分の意識を高く持ち、自分の価値観に基づき行動することの大切さを学ばせていただきました。自分はこの2方向のバランスを意識してこれから行動をしていこうと考えました。

私が一番心に響いたお言葉は「人はちょっとした事で変わることができる。」です。
その意識を持てばすぐに行動を起こすことができる、自信がなかったり不安に思うことがあっても1歩踏み出してみようという前向きな思考に変わりました。

研修を受けたその場からすぐに実行していこうと思いました。
今後の研修についてもそのお言葉を意識して進めさせていただこうと思いました。
大変有意義な機会となりました。

今回の講義は「アウェアネス（気づき）」や「主体性」について、自分自身を振り返りながら考える内容だったため、難しすぎず、ちょうど良い難易度でした。

今回の研修を通じて、日々の業務の中でも「なぜそう考えるのか」「他にどのような見方があるのか」を意識することが、新たな気づきや成長につながると感じました。今後は主体的に学び続け、自分の意見を持ちながら、多様な考え方を受け入れる姿勢を大切にしたいと思います。

とても分かり易くお話いただき、日々忙しく過ごしていた中で、自分自身を深掘りするための沢山の気づきを得る貴重な時間となった。グループワークでは、メンバーそれぞれの価値観や経験等を引き出しやすいテーマで設定いただき、短いグループ時間だったが、メンバーそれぞれの考え方や視点、経験を聞くことができ、視野が広がった。

研修前と研修後で自己意識が変わった点は、普段はあまり考えることがなかった今後自分自身が何を目指してどうになりたいのか、について意識を向ける機会が増えた。

また、主体性を持って行動すること、学び続けること、そして高い志を持つことの大切さを再認識した。価値観は固定されたものではなく、人生のライフステージや経験によって変化していき、大切なのは価値観を変えることではなく、整え続けることであり、そのためには知識や経験を積み重ね、常に学び続ける姿勢が必要であることも研修前よりも強く感じた。今回研修後に改めて自分を振り返ると、20代前半よりも今のほうが、様々なこと（仕事、結婚、子育て等）を経験したことで、周囲の意見に振り回され過ぎずに、自分の価値観に基づいて行動し、主体的に生きているなぁと実感した。これからも、その結果に責任を持ち、自分自身の価値観を整えながら、成長していきたいと思う。

さらに、「私」ではなく「私たち」という視点で物事を考えることの大切さも今回学んだので、今後は目の前の業務だけでなく、その先にある目的や仲間・社会への貢献を意識しながら、より良い仕事・成長につなげていきたいと思う。

講義の難易度については「ちょうど良かった」と感じました。一方で、学んだ内容を今後自分自身に還元し、実際の行動や成果につなげていけるかという点では不安もあり難しさを感じています。

講義終盤の全員による一言発表でもお話ししましたが、私は育休中に一級建築士資格を取得したことで一つの目標を達成したという満足感を得ていました。以降、復職してからは日々の業務をこなすことに終始し、家庭に重きを置く生活となり、以前の自分と比べると正直なところ仕事に対する「やる気」が薄れてきていたように感じていました。

今回の講義を通じて、このままでは自分自身が衰退していくだけではないかという危機感を持つことができました。人間的にも成長し続けられるよう、まずは新たな資格取得を目標に掲げ、行動に移していきたいと思います。

また、松田社長が印象に残っている本として挙げられていた『7つの習慣』は、当社の主任研修でも教材として使用されており、私自身も3年ほど前に受講しました。そのような学びの機会や研修環境に恵まれていることを改めて実感するとともに、今回のピーチビジネススクール受講という貴重な機会を会社からいただいたことに感謝しています。会社から期待されていることへの自覚を持ち、その期待に応えられるよう今後も努力していきたいと思います。

講義自体はとても分かり易く、示唆に富んだ内容でした。しかしこれを自身に投影するとなると、とても難しいと言うのが(1)の回答の理由です。

夢や目標はありますかという問いに答えられなかった自分と、あると答えた方との違いに、意識の違いを突き付けられた思いでした。差を感じているだけではダメで、夢や目標を掲げられる自分でありたいと言うのが今回の大きなアウェアネスでした。

また、「理解しただけではなく、それを相手に理解してもらう」と言う説明は、その言葉の意味だけに収まらず、自身の目指すところへ物事を進めるには、周囲に説明し、理解を得て、更に人を動かすまでが含まれると言う点は、自分に欠けていた考えでした。

この気づきを身につける為にも価値観を整え、幅広い知識を求めて思索を続け、自身の主体を形づくることを目指して行動をしていきたいです。

講師の体験談を交えた説明により、内容が具体的で理解しやすく、自身の業務や状況に照らして考えることができたため、「丁度よかった」と感じた。

また、研修前は自身の考えや姿勢について漠然と捉えている部分が多かったが、研修後はフラットな心で物事に向き合う重要性や、リーダーとして主体的に学び続け、自らやりたいことを明確にする必要性を強く認識した。あわせて、自身の視座の低さにも気づき、今後はより高い視点を意識して行動していきたいと考えるようになった。

自身の業務に対する姿勢をアウェアネスの視点から顧みた際、目標や大義といった本質的な要素への意識が希薄であったことに気づかされました。明確なゴールを見据えているか否かが、目の前の課題への取り組み方に質的な変化をもたらすという認識に至った今、今後は常に最終的な到達点を意識した上で業務に臨みたいです。

気づきの大切さ、また、受講生全員の意見からも大いに学びがあると改めて実感しました。仕事の間だけでなく、日常のどこにでも学びはあると感じています。

これまではSNSの情報だけでは自分の興味のある範囲からしか情報を得られていませんでしたが、研修を機にニュースアプリへ各ニュースサイトを登録しました。今後は興味の有無にかかわらず、情報に触れる機会や範囲を広げていきたいと思います。

今まであまり意識せずに異業種の方と会話していましたが、より多くの気づきや学びが得られる機会だと思い、会話の際の意識が変わりました。

- ①難しいと思った理由
- 「アウェイネス（気づき・意識）」の重要性については理解できたものの、単に知識を得るだけでは不十分であり、それを自分自身の意識の変化につなげ、さらに他人に説明できるレベルまで高めて、はじめて自分の力として定着するという点が非常に難しいと感じました。
- その理由としては、内容を「なんとなく理解する」ことはできても、人にわかりやすく説明することが苦手であるという自覚があり、この点に大きな課題を感じました。
- ②講義後に自己意識が変わった点
- これまでの私は、人生において明確な夢や目標を持たず、行き当たりばったりで過ごしてきた。しかし、年齢とともに自分の将来について考える機会が増え、仕事も継続しながら結婚もしたいという思いと焦りから自ら行動し、昨年、短期間で「結婚」という経験をしました。結婚して家庭を持ったことをきっかけに、今回の講義を通じて、今後の人生を主体的に生きるためには、改めて自分自身の夢や目標を明確に持つことが重要であると気づき、具体的には、結婚の次のステップとして子どもを持つこと、そして同時にキャリアアップも実現したいと考えました。
- これらをすべて実現するためには、自ら主体的に考え行動し続けることが必要であると認識し、今後は意識を高く持ち、自分の人生に責任を持って行動していきたいと強く思うようになりました。一度きりの人生だからこそ、悔いのない、充実した日々を積み重ねてまいります。

今回の講義を通じて、特に「価値観を整える」という言葉が印象に残りました。価値観という言葉は、日常では単なる好みや相性の話に使われがちですが、本来は「自分が何を大切にしているかという判断基準」であり、それを整えるということは、自分の優先順位を明確にしておくことなのだと改めて気づかされました。

また、「主体的に生きる」ということは、自分の価値観や意思に基づいて行動することであり、単に能動的に動くこととは異なるのだと学びました。来た船にいつでも乗れるようにするためには、自分軸を持ちながら学び続けるという日頃からの準備が必要であり、その上でまず行動してみることで、知識やスキルが身につき、やる気やモチベーションにつながり、結果としてさらに自分の価値観が整っていく、醸成されていくのだと感じました。

私も自分の価値観を整え、少しでも前に学び続けることを意識していきたいと思います。

今回の講義は、自分のこれまでの経験を振り返りながら、「あの時の出来事にはこういう意味があったのか」と答え合わせができたように感じました。

特に、「自分のあり方を変えることで見方が変わり、見方が変わることでさらにあり方が変わる」という話は、自分自身の経験と重なる部分が多く、とても印象に残りました。

日々の仕事や生活の中で、「気づき」があることで考え方や行動が変わり、それが成長につながることを改めて実感しました。今後も一つひとつの気づきを大切にしていきたいと思います。

「気づき」は単なる情報の理解ではなく、自分の状態や思考、経験に意識を向けることだと気づきました。

また、主体性を持つうえで、これまでの経験や想像力、さらには日頃の態度が大きく影響することを理解しました。

そのため、あらゆる事象を自分ごととして捉え、得た知識を自分なりに消化・定着させていくことが重要であると考え増した。

自身の思考の癖や、日常の中で生じる些細な違和感を意識的に客観視することが、アウェアネスの向上につながるのだと思いますので、今後はそのような習慣を継続しながら、気づきの精度を高めていきたいと考えています。

アウェアネスという言葉そのものを私自身が初めて聞いたので、初めとても難しそうと思いました。

グループワークをする中で、一人では考えもしない気づきがあり大変勉強になりました。

研修を受けるまえから、自身が「理解をしていることを、人に伝えることが難しい」と感じていたのですが、研修の冒頭で「知っている内容でも、人にわかるように伝えることができるかを考え、違う角度からも考える力を持つ」と松田先生が講義してくださり、意識を変えていこうと改めて感じました。

今回の講義で、環境の変化を恐れず、楽しく前向きに乗り切っていける強い気持ちをもつことができたような気がします。

現在のポジションや職務内容から主体性をもって仕事をできていると考えていましたが、いざ主体性とは何か、それを持つために必要な要素は何かを突き詰めた際に自身に足りていなかったことや漠然と流して受け入れていたものがあつたなと気づきがありました。

芯をもって常にフラットでいることを意識することを心掛け、社内で推奨されている資格の取得等も含めて知識の習得を怠らないように向き合っていきたいと考えています。

「主体的に仕事に取り組むべき」ということは日頃上司からもよく言われており、「主体性」について改めて深く落とし込む機会となりました。

「主体的な人は雨が降ろうが陽が照ろうが関係ない＝自分の中で確固たる信念があれば周りからのネガティブなアクションにいちいち左右されない」というお話が印象に残っています。

私自身、他部署と連携してプロジェクトを牽引する際、周囲の反応が鈍かったり非協力的な態度をとられたりすると、気持ちが沈んでしまうことがありました。このお話を伺い、自分にはまだ「主体性」や「確固たる信念」が不足しているのだと気づきました。

また、質疑応答における「リーダーには誰にも負けない知識が必要である」というお言葉も、現在の自分に欠けている点だと気づかされました。

今後は、プロジェクトを通じて「何を成し遂げたいか」という目的意識を明確にし、専門知識の習得にも励みながら、周囲を牽引していけるよう努めてまいります。

積み重ねる日々を俯瞰してみるためにジャーナリングが大事だと思っているものの継続が難しいなとも感じていました。
今回の研修を受けて、ジャーナリング項目の中に「どのような新しい気づきがあり、それによって行動をどう変えたか」も含めるようにし、気づきを振り返る習慣を設けたいと思います。
環境の変化を恐れず、自分はどうかありたいのかを考え続けることで、研修での学びを「たおやかに生きる（柔軟かつ芯の強い）」実力へと転換していきます。

講義を聞くだけでは難しい内容だったかと思うのですが、グループでの話し合いもあり、他の受講生が日々どういうことに関心を持っているかなど、その人の人となりや少し知るきっかけにもなり丁度良かったと感じました。
自分の中では他人に影響されずに自分のものさし(価値観)だけで生きることが主体的であると思っていましたが、自分はまだ他人に影響されることがあっても良いのかな、と思いました。将来的にぶれない価値観を生育するために、今はもっと他人の価値観に積極的に触れていく必要があると思いました。

今回の研修は、アウェアネス（意識や気づき）を高めるために何が必要かを深く考える機会となりました。外部の意見や周囲の声に過度に左右されるのではなく、自分の意思や判断、価値観を整えた上で主体的に行動することが重要であり、それがアウェアネスの質を高めることにつながると感じました。また、主体的であることと自己中心的であることは異なるものであり、フラットな状態で自分の意思を持ち、判断することの大切さを改めて認識しました。
一方で私は、自分に自信を持つことの難しさを感じています。幼いころから自信を持って物事に取り組んだ経験は少なく、常に周囲の顔色や意見を気にしながら行動してきたように思います。研修の中で「ジャッジができなければリーダーは務まらない」というお話がありましたが、これまでの自分は自信のなさから判断を避ける傾向があったことに気づきました。今後は、正しい情報を得る力や、それを見極める力を養い、自分の考えに基づいて判断できる力を身につけていきたいと考えています。自己主張を強めることは異なり、自分なりの軸を持ったうえで発言や判断ができる状態を目指したいと思います。
そのためにも、高い志を持つことが重要であると感じました。研修の中で、心に残る出会いについて話し合う機会がありましたが、改めて振り返ると、自分の意思を強く持ち、信念をもって仕事をされている方からのアドバイスに心を動かされた経験を思い出しました。日々の業務では目の前のことに集中しがちですが、このような学びや異業種の方々との意見交換を通じて、多様な価値観や考え方に触れることが、新たな気づきにつながると実感しました。
志が高まることで、これまで意識していなかった情報にも自然と目が留まるようになり、物事の捉え方そのものが変わっていくと感じています。主体性を意識しながらこうした気づきを一過性のものとせず、日々の業務で意識的に実践し、自らの成長につなげていきたいと思っています。