防府市中小企業サポートセンター
CONNECT22

# コネクト22通信

2025年10月
VOL.70

**防府市中小企業サポートセンター
コネクト22とは？**

地域の中小企業や創業予定の皆様が抱える様々なお悩みに総合的にお応えする相談窓口です。皆様の思いを聴き実現に向けて寄り添った支援を行います。また企業の経営に役立つ助成金や各種セミナー等の情報をタイムリーにお伝えします。

## 内なる声を言葉に乗せて

## さまざまなツールで起業家のメンタルを整える起業メンタルコーチの長安知子さんにインタビュー



### どのような活動をされていますか？

現在は主に起業家の方に向けてのセッションやご相談をオンラインで行っています。またセミナーや講座なども行っており、セミナーに関しては質問を投げかけてご自分で答えを出していただく、というワークショップ形式にしています。



### これまでの経緯をおしえてください

自身の子育ての悩みから心理学を学び、この経験を活かし、様々な方の相談やセッションを行っていました。おかげさまで反響をいただき次第に起業家へのセッションにシフトしていきました。一昨年、改めて学ぶため創業塾に参加し、そこで自分の「筋道」と、数字に落とし込む「計画性」を学ぶことができました。講師の先生やコネクト22の皆さんがとことん応援してくださることが何より心強かったです。また、人脈を広げる機会をいただき、現在の活動に繋げることができたことも有り難く思っています。

### 大切にされていることは何ですか？

事業者の方とのセッションでは、スキルはもちろんメンタルを整えることが事業を続けていく上でとても重要だということを強く感じます。お話をしっかりと聞きながら自分の五感を使って相手の潜在的な本音の部分を見ています。その方自身の心の奥の言葉を引き出し、拾い上げていくことを大切にしています。

### これからのビジョンを教えてください

いずれは親子のコミュニケーション教育にも力を注ぎたいと思っています。子どもの頃の親とのコミュニケーションが、大人になってから何かを決断する際に大きな影響を及ぼします。生きていく過程で迷ったり立ち止まったりすることもありますが、どんな答えも正解です。自分の出した答えを信じ、思いを自分の言葉で言語化する大切さをこれからもいろいろな形で伝えていきたいです。

起業メンタルコーチ

長安　知子

Mail：chiko@mirumirai.net
日曜定休

Facebook

©CHIKO.NAGAYASU



### コネクト22ミニセミナーのお知らせ

コネクト22では長安知子さんを講師にお迎えし「個人事業主が抱えるストレスの軽減」や「マインドの整え方」などのテーマでセミナーを開催します。
詳細はHP、インスタ等でお知らせ致します。
皆さまのご参加、お待ちしています。

インスタグラム・フェイスブックページで
セミナー情報・補助金情報発信中

LINE公式アカウント 友だち募集中!!
タイムリーな情報をLINEでお届けします!! ぜひご登録ください!
公式LINE QRコード▶

**ご相談の予約・お問合せはお気軽に　相談無料！**

**防府市中小企業サポートセンター** CONNECT22

TEL(0835)25-2229　メール info@connect22.jp

相談日時　10：00~18：00
定 休 日　土・日・祝祭日・年末年始
URL:https://connect22.jp/cci

〒747-0037 防府市八王子2-8-9 デザインプラザHOFU 1F　FAX 0835-28-7620

