

全国11万人の主婦等女性会員のチカラを活かしたアウトソーシングやWeb マーケティング、
就労支援事業を展開するキャリア・맘がお届けするニュースレター。

Topic 01

全国商工会議所女性会連合会「エクセレント賞」代表・堤が受賞



全国商工会議所女性連合会が革新的・創造的な事業を行う女性起業家を顕彰する「女性起業家大賞」で、「エクセレント賞」を当社代表・堤香苗が受賞いたしました。2006年には「第5回女性起業家大賞」を受賞し、大賞受賞後20年間事業を継続・成長させた点で評価をいただき、今回の受賞となりました。

堤からのコメントは、コラム「ほんねの話」（次ページ）にて、是非ご覧ください。

▶ HP <https://corp.c-mam.co.jp/news/20251006/>

Topic 02

仕事とお金のサイト「KARTE BANK」内のオンラインコミュニティ好評



在宅ワークをこれから始めたい人のためのオンラインコミュニティ「First Step Hub（ファーストステップハブ）」を、仕事とお金のサイト「KARTE BANK」内に10月20日にオープンし、おかげさまで好評をいただいています。契約や営業トークなどの基礎知識やスキルを動画で学ぶコースや定着度テストのほか、コンテンツをもとに情報交換できるトークルームも用意。もちろん、在宅ワークのお仕事情報も紹介します。（利用にはKARTE BANKログインが必要です）

▶ 詳細は「KARTE BANK」サービスサイトから <https://kartebank.jp/>

Public Service

令和7年度に開始した官公庁・自治体事業のトピックをご紹介します。

グラミン日本が助成、シンママ向け自立支援「CHEER UPプログラム」開始

Case 01

グラミン日本助成事業「CHEER UPプログラム」申込受付開始



シングルマザーの自立支援を目的に、スキルアップから就労までをサポートするプログラムを実施します。デジタルスキル講座やPCやWifi機器の貸し出し、同じくひとり親によるもメンタリングなど、2026年2月からの半年間にわたり、子どもを持つ20歳以上の女性を支援します。本事業は、一般社団法人グラミン日本による「休眠預金等の活用による民間公益活動促進のための助成事業」として運営します。

▶ HP <https://corp.c-mam.co.jp/news/20251107/>

グラミン日本とキャリア・マムのひとり親就労支援

キャリア・맘は、過去25年間に渡り通算で約1000名以上のひとり親就労サポートをしています。2025年1月からは、グラミン日本の助成を受けた、中部地方のシングルマザー向け支援事業を開始しています。

ムハマド・ユヌス博士により、バングラデシュに設立されたマイクロファイナンス機関「グラミン銀行」は、生活困窮層の自立を支援した功績により2006年にノーベル平和賞を受賞。日本版として2018年に設立されたグラミン日本は、主に生活困窮の状態にある女性に対して、生活資金ではなく「起業や就労の準備資金」を融資するマイクロファイナンスと、多様なパートナーとの共創によって生まれる「一歩を踏み出す機会」を提供することをミッションとしています。



ほんねリサーチ from 主婦と消費行動研究所

ヨガ・運動、サプリ、漢方…乗り切る工夫さまざま 女性の心身の変化は「あるある」社会の共通認識で救われる ～「加齢に伴う体調の変化」についてのアンケート～

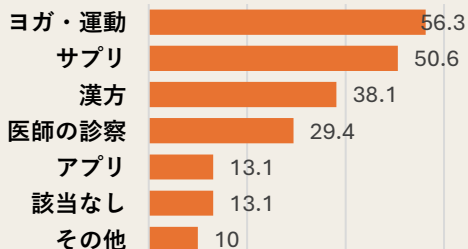
年齢とともに「疲れやすい」「肌や髪の乾燥」「眠りの質の低下」「気分の浮き沈み」など、心身の変化を実感する女性は少なくありません。
キャリア・ママ会員にホンネを聞いてみました。

- 半数以上が感じる共通の症状は多い順に「疲れやすい」(78.6%)、「肌や髪の乾燥」(59.7%)、「睡眠の質が落ちた」(51.6%)
- 体調の変化への対策のトップは「ヨガ・運動」(56.3%)、「サプリ」(50.6%)、「漢方」(38.1%)など
- 期待することは、「周囲の理解」(57.5%)、「気軽に相談できるオンライン/対面サービス」(48.8%)がトップ2

この調査結果から、加齢に伴う体調の変化に日常的なケアで対応する女性の姿が明らかになりました。今後は個人の工夫に加え、社会や職場で“あるある”として受け止める共通認識をより広げていくことが、女性の揺らぐ心身の負担を軽くし、仕事や家庭などで活躍し続けるための鍵になっていきそうです。

▶ 詳細「ほんねリサーチ」 <https://corp.c-mam.co.jp/shufulabo/20250930/>

Q4 年齢とともに起こる「体調の変化」を整えるために、使用・検討したことのある商品やサービスは？



News
01

「届かなかったラブレター」 約1400の応募から最優秀作品決定

大切な人に伝えそびれた想いを「手紙」の形で綴っていただく公募企画「届かなかったラブレター」。当社設立25年記念で7年ぶりに復活した今年、全国から1,394の応募をいただきました。最優秀作品に輝いたのは、神奈川県的女性からお母様に宛てた手紙です。決定のお知らせに全文を掲載しております。是非お読みください。

▶ HP <https://corp.c-mam.co.jp/news/20251031/>



Media
01

東京都「東京女性リーダーズ応援ネットワーク」Web掲載

東京都が運営する「東京女性リーダーズ応援ネットワーク」のWebサイトに、当社 法人営業課副部長 葛山のインタビューが掲載されました。これまでのキャリアの歩みや子育てとの両立、リーダーとしての思いを語っています。当社は、東京都が推進する「東京女性未来フォーラム共同宣言」に賛同しています。

▶ HP <https://corp.c-mam.co.jp/news/20251017/>



ほんねの話



株式会社キャリア・ママ
代表取締役 堤 香苗

エクセレント賞を頂きました

全国商工会議所女性連合会の表彰制度で、株式会社設立7年目に「女性起業家大賞」を頂いたのですが、その後20年事業を継続してきたことで、この10月に「エクセレント賞」を受賞しました。前回は書類審査などがありましたが、今回は「20年継続してきた社長」であることが受賞理由とのこと。20年継続する会社が1000社に4社ほどといわれる中、よくぞ踏ん張ったなあと感じています。

まだまだ未熟なところもありますが、この会社をもっと面白く、可能性の活かせる場所にしていきたい。一回りしても、虎視眈々と狙っている堤でした！



株式会社キャリア・ママ

〒206-0033
東京都多摩市落合1-46-1 ココリア多摩センター 5階

✉ eigyout@mail.c-mam.co.jp

<https://corp.c-mam.co.jp/>

ご依頼・お問い合わせはこちら

お気軽にご相談ください

📞 042-389-0220

受付時間 月～金（土日祝日除く）

AM9:00～PM6:00

