

発行日 2024 年 12 月

武庫川女子大学
MUKOJO ロールモデル
Vol.5



武庫川女子大学 女性活躍総合研究所

〒663-8558 兵庫県西宮市池開町 6-46 武庫川女子大学 中央キャンパス内
TEL : 0798-45-3737 FAX : 0798-45-3535
Email : iwcareer@mukogawa-u.ac.jp

*Mukogawa
Women's University
Role Models*



武庫川女子大学 女性活躍総合研究所

未来に向かってあなたはどんな大学生活を過ごしますか？

あなたが理想のワーク&ライフを描き実現できるように、

本学を卒業した先輩たちの“声”をあつめました。

MUKOJO ロールモデル掲載一覧

03	愛知産業大学 通信教育部 造形学部 建築学科 准教授	玉井 香里	生環
05	高槻市立阿武野中学校 校長	岩佐 知美	教育
07	防衛省陸上自衛隊 関西補給処装備計画部 衛生課 薬剤官	小久保 有子	薬学
09	秩父市役所 発達支援員	大橋 春花	心福
11	インサイトフォース株式会社 代表取締役	土屋 優子	情報
13	大分工業高等専門学校 助教	野間 由梨花	英文
15	農林水産省 消費・安全局 消費者行政・食育課 課長補佐	田中 早苗	食栄
17	大阪市立吉野小学校 教諭	松井 香奈	教育
19	株式会社日建設計 意匠設計者	白原 綾乃	建築
21	大阪府庁 大阪府女性相談センター 社会福祉専門職	中村 忍	心福
23	株式会社マイナビフットボールクラブ	後藤 早紀	健スポ
25	株式会社ランドスケープデザイン 設計職	中村 友香	景観
27	大阪樟蔭女子大学 学芸学部 化粧ファッション学科 准教授	谷 明日香	生環
29	愛媛県庁 愛媛県福祉総合センター（中央児童相談所）児童福祉司	山本 佳奈	心福
31	武庫川女子大学 音楽学部 応用音楽学科 教務助手	植村 真帆	音楽
33	株式会社楽天野球団 東北楽天ゴールデンイーグルス マーケティング本部チケット部 動員企画グループ	村上 更沙	健スポ

武庫川女子大学 女性活躍総合研究所

本研究所では、生涯にわたる女性のキャリア開発に資する各種事業を探索し開発することを基本理念とし、社会の広い分野でジェンダーギャップを乗り越えて活躍できる女性の育成と支援を行うことを目標としています。

具体的な活動は、「生涯活躍推進部門」、「グローバル化推進部門」、「ダイバーシティ化推進部門」、「次世代女性人材育成部門」、「ジェンダー平等推進部門」の5つの部門で女子総合大学の強みを生かし継続的に調査・研究をおこなっています。

新しい分野を 人より先に勉強を始め、 指導をした経験が 今に繋がっています。



Kaori Tamai

プロフィール Profile

1990年 修成建設専門学校第一本科工業専門課程女子建築設計科卒業
2017年 武庫川女子大学大学院生活環境学研究科修士課程へ入学
2019年 同大学院同研究科修士課程修了。修士(生活環境学)

これまでのワークライフイベント Work life events

専門学校卒業後、二人の子供を育てながら二十数年間建築設計の実務に携わり、2014年より母校の専門学校で教鞭を執る。常勤で教員として働きながら2017年に大学院・生活環境学研究科の修士課程に進み(学士免除)、三好庸隆研究室にてオールドニュータウンの研究を行い2019年に学位取得。2023年4月に愛知産業大学通信教育部造形学部建築学科の准教授となる。

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 日本を代表する大型ニュータウンの1つとして知られている泉北ニュータウンの茶山台団地で、大阪府住宅供給公社と団地再生に取り組むNPO法人与共に、居住意識についての研究を行いました。(公社では三好研究室修士出身の方が活躍していました。)また同時期に建設された兵庫県最古のニュータウン明舞団地との共通点・相違点について考察しました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現在は通信教育部の対面授業とオンデマンド授業で、BIM(Building Information Modeling、コンピューター上に現実と同じ建物を再現し、設計から施工、維持管理に至る様々な建物に関わるデータを建設に活用していく仕組み)を使った建築設計の授業等を担当しています。研究の方は、この4月から建築設計教育

におけるBIM建築設計エスキスプロセスの研究に参加させて頂いております。BIMを計画段階で活用する手法についての研究は、新しい分野での研究でもあることから、やりがいのある研究です。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

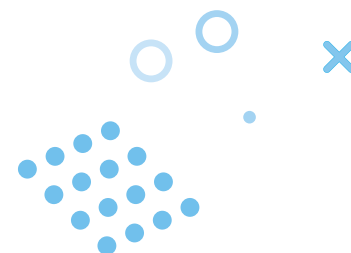
A 建築の専門学校で教員として働きながら、武庫川女子大学大学院の三好先生の研究室で研究を進める中で、研究の面白さを知りました。三好先生には博士号を取ることを勧められ、修士を目指す際に職場からも「玉井先生にはいずれ研究者になって貰いたい」と応援して頂いたこともあり、研究者になることを目指しました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 博士の学位はまだ取得できていませんが、取得に向けて現在も研究を進めています。修士や博士の研究とは異なりますが、建築の分野でこれから主流になるBIMについて、人よりも先に勉強を始め、指導をした経験があったことから、大学で働くことができるようになりました。BlogでコツコツとBIMの記事を発信してきたお陰で、出版社の目にとり、BIM関連の書籍を出版することもできました。現在はメタバースにおける空間デザインや教育についても研究しています。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 継続は力なり、すぐに結果が出なくても何事もあきらめないでコツコツやるのが大切です。



column

私の癒し

11歳になる柴ちゃんです。子育てや仕事で辛いとき、いつも私を癒してくれました。高齢になり病気もあってお世話が大変になってきましたが、大切な存在です。



生徒を育てることは、 教職員を育てること。 校長の大きな責任であり、 おもしろさです。



Tomomi Iwasa

プロフィール Profile

1998年 武庫川女子大学文学部教育学科体育専攻卒業

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大阪府立高等学校・大阪府公立中学校など講師→
高槻市立中学校教諭→高槻市教育委員会指導主事→現職

Q 大学で学んだ内容や大学院での 研究内容を教えてください。

A 大学の4年間では、主に保健体育の教員になるための勉強をしました。印象に残っている授業は、「体操」です。ラジオ体操、異操作、縄跳びなど、体の動かし方や使い方などを学びました。他にも、水泳、陸上競技、器械運動、ダンス、バレーボール、ハンドボールなどの実践や指導法をはじめ、救急処置法、栄養学、運動生理学などについても学びました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野と その面白さは何ですか？

A 現在は公立中学校の校長として勤務しています。「校長」の仕事は、多岐に渡りますが大きく捉えると、その学校の責任者として学校経営をしていくことが私の仕事です。生徒の実態や保護者・地域の人たちの願いなどを踏まえて、生徒に「社会で生き抜く実力」を付けるための学校経営方針を立て、教職員とともに実行していきます。

生徒を育てることは、教職員を育てることもあります。経験の浅い教職員からベテランの教職員まで、毎日、いろんな話をします。毎日、私自身が先生たちの授業を参観し、質問したりアドバイスしたりしながら先生一人一人への期待などを話します。教職員の育成は、難しいことや悩むことも多くありますが、校長としての大きな責任であり、おもしろさでもあります。

Q 現職に進むことになったきっかけは 何ですか？

A 教諭として6年が経ったころ、当時の校長先生や教育委員会の先生に「指導主事にならないか」とお声をかけていただいたことがきっかけです。自分自身が管理職をすることになるとは全く想像していませんでしたが、教育委員会で学校教育を支える指導主事の仕事は、私自身をさらに成長させてくれたと感じています。また、学校教育は教職員だけでなく、市役所職員、保護者、地域の人など多くの人たちに支えられていることを改めて知り、現在は校長として地

域とともにある学校づくりに力を入れています。

Q 夢の実現に向けて努力したことは どのようなことですか？

A 私は、大学卒業後、教員採用試験になかなか合格することができませんでした。しかし、講師として教員の仕事をしながらも、諦めずに毎年、教員採用試験にチャレンジを続けたことで今の自分があります。多感な時期の中学生が好きで、教えることも好きで、子どもたちとともに成長することができる教員の仕事、私にはこの職業しかないと思い続けていました。

Q 後輩へのアドバイスをお願いします。

A 自分自身がやりたいことに対して、「思い続けること」と「自信をもつこと」です。教員採用試験に合格しないときは、焦りもありましたが、「教員になりたい!」、「私なら教員になれる!」という思いは、ずっと変わらずにいました。



column

ストレス解消法

ONとOFFをはっきりさせることです。OFFの日には、ショッピングをしたり旅行したりします。プライベートな時間をがまんせず自分の好きなように使うことで、いつもどおりの月曜日が迎えられ、いい仕事につながるとしています。

国の組織だからこそ 貢献できる仕事があることに やりがいを感じます。



Yuko Kokubo

プロフィール Profile

1996年 武庫川女子大学薬学部卒業

1998年 武庫川女子大学大学院薬学研究科博士前期課程修了 修士(薬学)

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業後、薬剤師国家資格取得。大学院では臨床薬理学研究室にて松山賢治教授に師事する。大学院時代に兵庫県が主催する“大学洋上セミナーひょうご1996”にリーダーとして参加し船で1か月間アジアを巡る。薬学修士取得後、1998年に陸上自衛隊薬剤科幹部候補生として入隊し、東京、北海道、兵庫、京都で薬剤官として、全国の衛生資材調達、病院企画、病院薬剤師、研修生教育担当等を歴任。現在は京都府宇治市にある陸上自衛隊関西補給処装備計画部にて勤務。小学生2人の母親でもある。

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学では、生化学研究室において培養蚊細胞に対するコリンエステラーゼ阻害薬の反応性を見る研究を、大学院では末梢血管から投与した高分子化合物を血液脳関門経由で脳側に移行させる研究及び半年間の神戸大学病院研修を受けました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現在は、中部方面隊(東海北陸地方から中国四国地方に至る22府県)の自衛隊病院・駐屯地医務室が使用する、医薬品等を調達補給する仕事をしています。また、国際貢献活動や国内の災害対処のための物資の準備や訓練も実施しています。2021年からの2年間は、新型コロナワクチンの自衛隊大阪大規模接種センター(2022年からは接種会場)の立ち上げから運営、83万回超の大阪での接種に携わりました。薬剤官は、薬剤師免許を持つ幹部自衛官で

あるため、もちろん薬剤師としての勤務はありますが、キャリアの中で資材調達、教育、部隊指揮官、衛生行政にも携わります。そのため、広く経験が積めるとともに、国の組織だからこそ貢献できる仕事があることにやりがいを感じます。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 大学3年生の時に阪神・淡路大震災で被災し、地道に活動する自衛隊の存在を知ったことが入隊のきっかけです。自衛隊の組織力とひたむきさに感銘を受けました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 仕事と育児の両立では、職場にいる多くの先輩ママさん達からの助言や防衛省の充実した両立支援制度を活用することで、働きやすい環境を維持するように意識しています。また、仕事に対しては、一人で悩まず周囲の知見を参考にする、自分

よりもひとつ上の視点で物事を見ること、どんなことにも楽しみを見出すこと、オンオフのメリハリをつけること等でしょうか。薬剤師としては、配置先で薬剤師的な業務に就くか就かないかに関わらず、薬学知識の研鑽に努めるようにしてきました。

Q ご自身はどんな子どもでしたか？

A 人と同じことをするよりも、人とは違う選択肢を選ぶことが多かったです。流行に乗らないとか、珍しい経験をしたいとか、当時は、人と同じ物を選ぶことで世界が狭くなってしまような気がしていました。

column

私の癒し

子供たちと過ごす時間が癒しです。子供が人を笑わせようと、あの手この手で面白いことをしてきて思わず吹き出してしまう。そんな時間が癒しです。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 時代は女性活躍の追い風が吹いています。男性の割合の多い防衛省においても女性が活躍出来る場がたくさんあるように、固定観念にとらわれず、自分の目で見て考えて失敗を恐れずにチャレンジしてほしいと思います。





Haruka Ohashi

プロフィール Profile

2005年 武庫川女子大学文学部人間科学科卒業
2007年 武庫川女子大学大学院文学研究科心理臨床学専攻修了
(取得学位：修士（心理臨床学）)

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大学院修士課程修了→但馬病院入職→臨床心理士取得→結婚→二度の出産・育休取得→但馬病院を退職し、養父市役所入庁→公認心理師取得

子どもの可能性を広げられる仕事がしたいと思い、臨床心理士を目指しました。

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学院では、外出が困難なクライアントのケースを担当し、継続的な電話カウンセリングを行いました。修士論文ではその事例研究と、調査研究から得られた知見を踏まえて、ひきこもり支援について考察しました。大学院では、授業や実習の他にも、中学校や適応指導教室、病院など様々な現場に行く機会を作り、具体的な事例に即した問題意識を持って学びました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現在は発達支援員として、18歳未満のお子さんやその保護者の方などを対象に、個別相談や巡回相談、心理療法、心理検査、他機関との連携など多様なアプローチを通して、子育て支援を行っています。主に就学前のお子さんと関わるのですが、小学生から高校生の方も相談に来られます。お子さんの成長を見守れることや、いろんな価値観、考え方、気持ちに触れられることなどがこの仕事の面白さだと思います。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 大学の時に不登校・不登校傾向の小中学生と関わるボランティアをした経験から、こどもの可能性を広げられる仕事がしたいと思い、臨床心理士を目指して大学院へ進みました。大学院で臨床心理学を学ぶ中で、現場でアセスメントや心理療法の経験を積みたいと思い、大学院在学中に精神科病院で実習させていただき、大学院修了後は精神科病院に10年勤務しました。その後、ボランティアや精神科等での経験を生かして、より深くこどもと関わることのできる現職に転職しました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 臨床心理士の働く領域は多くの分野に渡るため、在学中はボランティアや実習でいろいろな現場で経験させていただきました。このことを通じて、自分が何をしたいのかを明確にできたと思います。また、同じ夢を持った仲間がいたので切磋琢磨しあえました。大学院修了後も、研修会や事例検討会、ポスター発表、資格取得など、自己研鑽しながら情熱を持って

仕事を続けられています。自分や家族のことで、時には仕事をセーブする時期もありますが、家族やプライベートを大事にすることは人生を豊かにし、長い目で見ると仕事にもその経験を生かせると感じます。また、私が夢の実現に向かって努力できるのは、それを理解し支えてくださる周りの方々のおかげなので、感謝の気持ちを忘れないようにしています。

Q ワークライフバランスを実現していくこと（工夫・努力していること）は？

A 仕事に行けば職員として、家に帰れば母親として、地域の住人として目の前にやることはたくさんあり、こなすことに精一杯な時もあります。頑張りすぎると続かないので、限られた時間の中で優先順位をつけて取り組むようにしています。背伸びをせず、等身大の「ほどよ

い」自分でいることや、どんなことにも自分なりのささやかな楽しみを見つけることを心がけています。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 今振り返れば大学院の時は、親身に教えてくださる先生方、同じ目標に向かう仲間など、自分のやりたいことを追求できる環境に恵まれ、本当に貴重な時間を過ごせたと思います。将来に直結する・しないによらず、いろんな経験を積み、仲間とつながることで、その後の人生が豊かになります。悔いのないように今を楽しみ、やりたいことはどんどん挑戦してください。



column

私の癒し

山に囲まれて川が流れ、田畑の多い地域なので、豊かな自然に毎日癒されています。愛犬と近所を散歩する時や家庭菜園をする時は、特に季節を感じ、日常の中に穏やかな時間が流れます。

常に「なぜ」の答えを 自分の中に持つように 努めています。



Yuko Tsuchiya

プロフィール Profile

1999年 武庫川女子大学 生活環境学部生活情報学科 卒業
1999年 明治学院大学大学院 経済学研究科経営学専攻 入学
2001年 同学 修士課程 卒業

これまでのワークライフイベント Work life events

2001年 株式会社J.D. Power Asia Pacific入社 調査業務・新規事業開発部門に所属→2005年 株式会社Zacatii Consulting(現 株クニエ) 流通・消費財メーカー向けコンサルティングチームに所属→2007年 株式会社リンクアップ モチベーション ブランドコンサルティング部門に所属し、デリバリー統括を担当→2008年 同じ会社の同僚と結婚。同年に古巣のJ.D. Powerからヘッドハンティングされ、新設のコンサルティング部門に移籍→2008年 株式会社J.D. Power Asia Pacific コンサルティング部門 マネージャー→翌年に息子を出産、5ヶ月で職場復帰→2011年 かつてのコンサルティング会社の同僚が起業したインサイトフォースに移籍 取締役役に就任→2022年6月より インサイトフォース株式会社 代表取締役に就任

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学時代はあまり講義にも出席せず成績も酷いものでしたが、その中でマーケティングの授業だけは興味を持ち真剣に取り組んでおりました。大学3年から赤岡ゼミに在籍し、おもてなしをするサービスという概念の真逆にある「セルフサービス」における消費者インサイトに関する卒論を書きました。大学院に入学してからは、幅広く経営～マーケティングの知識を身につけました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 市場で生き残り存続する企業には必ず何らかの優れた価値があります。しかし、その価値は市場・顧客に伝わらない限り競争力に転換されません。このような企業に内在する価値をどのように市場に伝えていくか、ということをクライアントとともに考え抜き、事業収益に転換するための「競争

戦略アプローチを起点としたブランド戦略やマーケティング戦略策定」のコンサルティングを行っております。

固有の業種業界に限らずプロジェクト単位で新しい市場について学びを深めながら、少数精鋭のプロフェッショナルコンサルタントとともにクライアント支援するお仕事は、常に発見の連続でとてもやりがいを感じます。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A やはり大学時代にマーケティングの面白さについて学んだことが大きいと思います。大学、大学院、卒業後の進路も一貫してマーケティングの世界で20年以上、累積100社以上の案件を手掛けることに繋がっていると思います。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 書籍や講義から学ぶことも当然多くありますが、マーケティングとは学問でありながらもその対象は「現実社会」にあります。いかに、今という時代やそこに存在する消費者、商品、サービス、企業や事業などをよく見つめ、なぜ消費者はそのような行動を取るのか、なぜ企業はそのような施策を行うのか、ということを常に「なぜ」の答えを自分の中に持つようにしていることでしょうか。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 私は学生時代、買い物大好きで、アルバイトをしてはブランド品を買い漁るというような生活をしていました(笑)。その中で、買い物や消費について、赤岡先生や藤本先生のところに行っては、「私はこう考える」「〇〇ってこんな価値があるんじゃないか」など良く話をしていました。学生時代の

私はとても「厚かましい」生徒だったと思います。今思い返すと、マーケティングや消費について自分なりの考えや仮説を、先生を相手に壁打ちのような感じで話すことが好きだったのだと思います。

大学の講義やゼミの枠内にとどまらず、ぜひ大学の先生をつかまえてたくさん話してみてください。同じ世代の友達と付き合うことだけでなく、様々な世代や異なる価値観の人と多く触れ合うことに積極的にチャレンジしてみてください！ そこから自分の興味の分野に気づきがあったり、新しい世界への視界が広がったりするかもしれません！

column 私の癒し

可愛かった息子は中学生になってツレなくなったので、今の癒やしは愛犬のトイプードルです♡





Yurika Noma

幅広く学んだ経験が、 他分野の研究者とも 楽しく協働できる力に なっています。

プロフィール Profile

- 2016年 武庫川女子大学 文学部 英語文化学科卒業
(取得学位：学士（英語文化学）)
- 2018年 武庫川女子大学大学院 文学専攻科 英語英米文学専攻
修士課程修了（取得学位：修士（文学））
- 2022年 武庫川女子大学大学院 文学専攻科 英語英米文学専攻
博士後期課程修了（取得学位：博士（文学））

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大学院修士課程で学びながら教員免許を取得→修士課程修了後、武庫川女子大学附属中学校高等学校および武庫川女子大学等で非常勤講師として働きながら学位取得→就職活動を経て、現在大分工業高等専門学校で助教として英語を教えている

大学で学んだ内容や大学院での 研究内容を教えてください。

大学入学時より、英語で授業が展開されるACEコースに所属しており、言語学や文学など幅広く学びました。大学入学以前から文学に興味があったこともあり、イギリス文学を専門とされる先生のゼミに入ることになり、3年次にオーストラリアへ短期交換留学をしたことがきっかけで、特に学ぶことに対する価値観が変わり、帰国後早い段階で大学院進学を決めました。『フランケンシュタイン』に留学中に会ったことから、作者であるメアリー・シェリーに興味を持ち、大学院でもメアリーの作品を中心に研究し現在も研究を続け、研究を通して他大学の先生方と交流させていただく機会に恵まれています。また、留学後から教育にも関心を持ち始めたので、大学院修士課程で学びながら教員免許を取得しました。留学経験だけでなく、大学4年間で学んできたことが教職課程の授業でも活かしていると感じ、教員として働くことに魅力を感じ始めました。大学院では専門とする文学の授業以外にも、言語学や教育学など幅広く学ぶことができ、他分野の先生方からも様々な刺激をもらい、充実した院生生活を送りました。幅広く学ぶことができた経験が、他分野の研究者が多く集まる高専という職場でも楽しく協働できる力になっています。

現在の仕事の内容や研究分野と その面白さは何ですか？

現在は高等専門学校で英語を教えています。高専は、高校の3年と短大の2年を合わせたような学校で、5年間でそれぞれが選択した専門について学びます。理工系を学ぶ学生で感覚も違い、非常にまじめで優秀な学生が多く、私自身授業が楽しいと感じる日々を過ごしています。学生たちは卒業年度になると研究をするところになっているので、私の専門のイギリス文学という全く違う分野であっても「どんな研究をしているの？」と興味を持って尋ねてくれます。たとえ分野が違っていても、耳を傾けてくれる

姿や、新しいことを学ぼうと努力する姿が新鮮で刺激的に感じています。また、理工系の先生方の研究についての話を聞く機会もあり、全く異なるアプローチや考え方に触れられることがとても興味深いです。

現職に進むことになったきっかけは何ですか？

研究が楽しいと思い大学院に進み、教育が楽しいと思い教職課程に進みました。実際、中高で教える経験というのは非常に有意義なものでしたが、学校現場で働くとなると研究をする時間を持つことが難しいのではないかと感じていました。「研究もしたい。教育もしたい。」という私のわがままが叶う場所を探していた時に、高専という選択肢が頭に浮かび、就職活動中は高専を中心に求人を探し、最終的に現在の高専でご縁をいただきました。

夢の実現に向けて努力したことは どのようなことですか？

まずは自分自身を深く知ること。そして、自分のできることを一つひとつやっていくこと、どんなことでも楽しむことです。私は決して器用なタイプではないので、失敗を繰り返して、少しずつしか前進できないタイプですが、だからこそたくさんの人との出会いをととても大切にしています。出会った方々にいつも新しいアイデアをいただき、どうやって自分のために活かしていけるかを常に考えています。うまくいかないことや、どう進んでいいのかわからなくなることもありますが、そんな時は友人や職場の同僚、先生方に話を聞いてもらい、アドバイスをいただいています。昔の私にはできなかったことですが、今になって「人を頼ること」の重要さや、夢の実現に必要なことがわかりました。

ワークライフバランスを実現していくこと (エ夫・努力していること)は？

To Doリストを作って予定を見える化する！遊ぶときは遊ぶ、仕事するときは仕事するというように、「持ち込まない、持ち帰らない」をモットーに励んでいます。締め

切りを決めておくと、その時間までにやっちゃおうという気持ちになるので、仕事もはかどります。

現在の仕事(研究生活)でのやりがい、楽しみは？

様々な研究者の考えに触れることができること。そんなこと考えもしなかった！とか、そういう見方ができるのか！という発見が常にあるのが楽しいと感じるポイントです。研究発表をしたときに、先生方から意見をいただくと、自分の提案したもので考えを深めてくれたことを実感できるので、非常にやりがいを感じています。

ご自身はどんな子どもでしたか？

どちらかというと人見知りをするタイプ。そんな自分が嫌で、留学をきっかけに変わりたい！と思い、荒療治のごとく人に話しかけました。見事に克服し、今ではあの頃の自分を知っている人から驚かれるほどです。最近出会った人には人見知りだったといっても信じてもらえません。

大学時代にはまったものは？

芸術鑑賞。ずっと好きだったことに拍車がかかり、大学生になってバイトもするようになってからは、映画や舞台、美術館にも頻繁に行くようになりました。

ON/OFFとの切り替えのコツは？

今日は何もしない日、今日は本を読む日、のように「～の日」と決めることが多いです。午後には人と会う約束があ

れば、「～時までこれを終わらせる！」という感じで目標設定をします。

ストレスをため込まないコツは？

何でストレスがたまるとか、どうしたら発散できるのかを知っておくこと。私は、人と話したり、おいしいものを食べたりすると幸せな気持ちになります。何もしない日を作るのも一つの手です。

休みの日は何をしていますか？

関西から大分に引っ越したため、住んでいる街を探索するのが最近の休日の過ごし方です。お気に入りのカフェを見つけたので、週1のご褒美と思って週末にコーヒーとケーキを嗜みに行っています。

後輩へのアドバイスをお願いします。

まずは何でも飛び込んでみてほしい。それがたとえ興味のないことだったとしても、意外と面白かったということもあるはず。そして道に迷ったときには、ぜひ周りの人を頼りにしてほしい。人に話してみると意外と自分の考えていることが整理されて、道が開けていくことがよくあります。自分だけで抱え込まず、考えを聞いてもらうことも時には重要です。不安に思うことがあっても、少しずつ進んでいけばきっと明るい未来が待っているはず！



Spotlight ストレス解消法

いろんなストレス解消法がありますが、その中の一つ「おいしいものを食べること」！
大分は食材がとてもおいしいので、海鮮や鶏料理もおいしいものがいっぱいあるのですが、一番の驚きはラーメン屋の多さ。今は軒々とラーメン屋巡りをして、お気に入りのお店を探し中！

「自分ごと」として 仕事に取り組むこと、 全体を俯瞰し先を見据える眼を 養うことも大切です。



Sanae Tanaka

プロフィール Profile

- 2003 年 武庫川女子大学生活環境学部食物栄養学科卒業
- 2008 年 奈良女子大学大学院博士前期課程人間文化研究科
生活環境学専攻食物科学コース修了(取得学位:修士(生活環境学))
- 2011 年 4 月 厚生労働省入省
- 2022 年 7 月より現職(農林水産省消費・安全局消費者行政・食育課)

これまでのワークライフイベント Work life events

大学を卒業し委託給食の会社に勤務した後、大学院修士課程に進学しました。大学院修了後、武庫川女子大学で研究助手を務め、その後、厚生労働省に栄養系技官として入省しました。厚生労働省では栄養士法や調理師法に係る業務、国民健康・栄養調査等に係る業務、母子保健や保育所の食育等の業務を担当しました。現在は農林水産省で食育の推進に係る業務を担当しています。

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学4年生の講義で学んだ公衆衛生学や、予防医学に関する分野に興味を抱き、大学院では公衆栄養学や栄養疫学について研究ができる研究室を選びました。栄養状態の評価等の基本となる、食事調査法の開発とその妥当性に関する研究を行いました。

Q 現在の仕事の内容とその面白さは何ですか？

A 農林水産省において、食育の推進に係る業務として、具体的には食育白書の企画・作成・普及啓発や食育に関する意識調査の企画・実施等の業務を担当しています。食育白書は、食育に関する施策の取組の状況等に関する報告書です。食育に関わる様々な関係者からの意見を踏まえて、迅速かつ柔軟な対応を求められることも多く、困難な場面も多々あります。食料は人間の生命の維持に欠くことができないものであり、食

料の生産から消費に至る一連の過程には、様々な方々が関係しています。そうした方々と一緒に仕事ができるのも、現在の仕事の面白さの一つです。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 健康や栄養に関する情報の科学的根拠をつくることで人々の役に立ちたいと考え、公衆栄養学・栄養疫学について学びました。その中で、科学的根拠に基づく情報も国民に正確に伝わり適切に活用されなければ社会全体の健康増進にはつながらないという思いを抱くようになりました。国の栄養行政に携わることで、国民の健康づくりに貢献したいと考え、厚生労働省の栄養系技官採用に応募しました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 信頼性のある情報を国民に伝えること、また、個人の健康行動の変容、社会全体の健康増進につながる情報発信を行いたい、と考え、そのために何をすればよいかわからず模索している中で栄養系技官の採用に応募する機会がありました。何かを実現したいという想いを持って、日々を過ごしていくことも大切だと思います。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 仕事を進めていく中で、困ったり悩んだり立ち止まったりすることが多く出てくると思います。そのような時、周囲の方々に相談したり助言をもらったりしながらも他人任せにせず、自分自身で考え、判断していくことが大切だと感じています。困難な状況を乗り越えていくことで少しずつ自分の力になっていくこともあると思います。常に「自分ごと」として仕事に責任を持つ一方で、全体を俯瞰し先を見据える眼を養って、社会に貢献していけるよう、自分自身も努めていきたいです。

column ストレス解消法

好きなアーティストのライブに行くことです。コロナ禍でなかなか叶わない日々が続きましたが、日常と異なる空間に身を置くことで気分を一新することができます。



子どもたちと一緒に 授業をつくれる 先生になりたいと思っています。



プロフィール Profile

2015 年 武庫川女子大学文学部教育学科卒業
2017 年 武庫川女子大学大学院文学研究科教育学研究科修了
取得学位 修士（教育学）

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大学院修士課程修了→大阪市公立学校教員として働く

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 「小学校における自己肯定感を高める教育実践の検討—実践研究論文を手がかりとして—」というテーマで研究しました。自己肯定感というと「自分が好き」とか「いいと思う」といった肯定的に思っている感情を指すように思われるかもしれませんが。自己肯定感、自分のここは好きだけど、ここはまだまだ成長しないといけなくて自分のことをよく知っている捉えのことです。その自己肯定感、どのような教師の取組や働きかけで培われるのかを研究しました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 子どもたちと過ごす毎日に同じ一日はありません。その子らしい気付きやそのクラスの反応があって、少しずつ違うことにおもしろさを感じます。子どもたちの暮らしを創る学習を大切にしたいと思い、生活科・総合や特別活動を中心に研究しています。

教師の一言や行動ひとつでも子どもの育ちの姿が変わります。教材研究や子どもの見取りをもとに授業研究をして授業を実践するたびにもっといい授業をしたいと思っています。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 大学院の学生の時に信州の高島小学校で授業を参観したことがきっかけです。みなさんにも一度行っていただきたいのですが…、初めて参観した時に、「こんな授業もありなんだ！」と衝撃を受けました。ポニーを飼っていたり、ビオトープや蝶の標本をつくっていたりと、どの授業も新鮮な驚きがありました。子どもたちも学びたい！やってみたい！という思いをもって、いきいきとしている姿に心を打たれました。授業後の検討会の場で語られる先生方の子どもの関わり方や子どもの見取りが深く、とても勉強になりました。私は、自然豊かではない都市部で先生をすることになるけれど、どんな場所であっても、子どもたちと一

緒にこんな風に授業をつくりたいと強く思うきっかけになりました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 「今日の学びはこれです。」と教師が提示してしまう授業ではなく、子どもたちと一緒に授業をつくれる先生になりたいと思っています。そのために、堀川小学校、奈良女子大学附属小学校、筑波大学付属小学校など全国各地の先生の授業を参加したり学級の1日に入らせてもらったりしました。いろんな先生がいて、その先生のカラーがあって、どんな強みがあるのが大事なのだと知り、現在の自分らしさを大事に仕事をするこのきっかけにもなっています。

Q 先輩へのアドバイスををお願いします。

A やりたいことは、やる！を大切にしてほしいです。大学生や院生の時に、たくさんの海外旅行や短期留学、ボランティア、様々なバイト、助手、イベントの運営・実行などしてみたいことにたくさん挑戦してきました。もちろん、たくさん挑戦することは、上手くいかないことや歯がゆい思いをすることもあるのですが、やってみて後悔したことはないと思います。やらなかったことは、あの時行動していたら今の自分はこうなっていたのだろうと考えてしまうと思います。だからこそ、自分の人生は1度きり！思い切ってしてみたいことにチャレンジを。

column ストレス解消法

友達と一緒にたくさん話すことです！！いつも休みの日には、友達とわいわい話して笑ってストレスを解消しています。武庫川に通って、今も大切な友達がたくさんいます。働いてからも、先輩や後輩で武庫女だよと教えていただき、繋がったご縁もあります。繋がりを大切にしたいなといつも思います。



建築の面白さは、 たくさんの人と力を合わせて 一つの建物を造る ということです。



Ayano Shirohara

プロフィール Profile

2017年 武庫川女子大学生活環境学部建築学科卒業
2019年 武庫川女子大学大学院生活環境学研究科建築学専攻修了

これまでのワークライフイベント Work life events

大学院修士課程修了後、株式会社日建設計に意匠設計者として入社。入社2年目に一級建築士資格を取得し、4年目に結婚し、その後福岡へ転勤。

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学では月に1つの設計課題に取り組みました。設計から発表までの一連の流れを繰り返し行うことで、自分の思いを表現する力が身に着いたと思います。

大学院では、チームで実物大の模型の設計・施工に取り組みました。与えられたテーマに対し、チームのみんなで意見を出し合い、よりよいものを作っていくということは、楽しいだけではなく時には辛いこともありましたが、完成した時の達成感は他の分野ではなかなか味わえない経験ではないかと思っています。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現在、意匠設計者として建物を設計しています。新入社員のときから携わってきたプロジェクトの工事がようやく始まりました。自分の図面がたくさんの人の力を借りて、実際の建物に生まれ変わります。建築

の面白さは、たくさんの人と力を合わせて一つの建物を造るということだと思います。人にはもちろん、建物に対しても常に真摯な気持ちで向き合い続けたいと思っています。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 元々、絵を描いたり、ものづくりをしたことが好きだったことから、建築学部に進みました。大学で建築の世界に足を踏み入れたことをきっかけに、一気に魅了され、建物の設計を仕事にしたいと思いました。また、大学時代、多くの時間を過ごした校舎を設計した会社で、意匠設計をしたいと思い、今の会社に入社しました。



Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 学生時代から、スケジュール管理を大切にしていました。忙しい日々だからこそ、毎月の課題に対し、目標とスケジュールを設定することで、休憩や息抜きを確保しながらも、常に時間的に余裕のある状況で自分の力を発揮することを意識していました。仕事をする上でも非常に重要な能力だと思います。



Q 先輩へのアドバイスををお願いします。

A 私は学生時代から、将来、どんな自分でいたいのか、どのように過ごしたいかを考え、そのために何をすべきなのか、逆算するように長期的なスケジュールを意識していました。大学を卒業すると、友人たちと違う方向を向いて進んでいくことになります。そんな中で、自分の中で大切な軸を持っていると、様々な場面で、迷うことなく判断・選択ができると思います。

column ストレス解消法

昨年の10月に福岡に転勤になったことがきっかけで、週末は漁港で魚を買い、自分で捌いて食べるのが、新しい趣味になりました。今まで捌いた魚は、アジ、タイ、サバ、カサゴ、スズキ、ヒラメ、タチウオ、グチ、コチ、サクラマス、ウマヅラハギ…などなど。新鮮な魚のお刺身を食べながら、おいしいお酒を飲むことが一番のストレス解消法です。





プロフィール Profile

2020年 武庫川女子大学 文学部 心理・社会福祉学科卒業

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大阪府庁入庁→結婚→マイホーム建築に伴い引越し→
現在も引き続き府庁で勤務

社会で問題を抱え困っている 女性は想像よりも多く、 それぞれの気持ちに寄り添い 必要な支援を考えています。

Q 大学で学んだ内容や大学院での 研究内容を教えてください。

A 大学では社会福祉分野全般を学んだのですが、その中でも、地域福祉分野に関心があり、地域福祉分野のゼミに進み学びを深めていました。「福祉」というと、高齢や障がいといった分野をイメージする方も多いと思います。私も最初はそうだったのですが、私たちが普段生活している地域には、高齢者や障がいをお持ちの方、その方たち以外にも支援を必要とする児童から大人まで様々な人が生活しています。地域福祉を学ぶことで、地域を包括的に支援するという考え方や、社会の構造の重要性を学びました。

また、地域福祉分野と同じくらいに関心があったのが「女性福祉」の分野です。女性であるということで、社会の中で生じている問題があるという現実を在学中に講義を受ける中で知りました。そのため、卒業論文では、地域福祉と女性福祉の両方の視点を通し、「女性のワークライフバランス」を家庭、仕事、地域の3つの視点から考えるという研究を行いました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野と その面白さは何ですか？

A 私は今、大阪府庁で社会福祉専門職として働いています。実は、新卒1年目から4年目になる現在まで、希望していた女性福祉分野で

働くことができ、様々な問題や課題を抱える女性に対する相談業務を行っています。実際に働いてみて感じたこととしては、自分が学生時代に想像していたよりも、社会には問題を抱えて困っている女性が多くいること、そしてその課題は、その人自身の過去の生育歴やその人自身の障がい特性、現在の周囲との人間関係、置かれている環境など幅広いということです。相談者ひとりひとりに応じて、気持ちの面で寄り添いつつ、知識を持って必要な支援を考え、制度や社会資源に結びつけていく専門性の高さにやりがいを感じています。

Q 現職に進むことになったきっかけは 何ですか？

A 就活を始めた当初は福祉関係の仕事に就くか、全く関係のない一般企業に就くか迷っていたため、並行して就職活動を行っていました。その中でも、やはり大学で学んだ知識を仕事に活かしたいということと、元々関心のあった地域福祉を実践するには、自治体職員として地域で生活する市民のために働きたいという自分の中の軸を明確化することで、現職を目指すようになりました。社会福祉専門職の枠のある自治体は複数あったのですが、その中でも幅広い福祉分野の業務を経験できる現職に魅力を感じ、最終的な就職先として決めました。

Q 夢の実現に向けて努力したことは どのようなことですか？

A 専門的な知識をつけるということでは、国家試験の取得に向けての勉強を頑張りました。一人では煮詰まる勉強も、ゼミの皆で毎日一緒に勉強して乗り切りました。あとは、今社会で起きていることに関心を持つということを大切にしていました。具体的には毎日新聞を読みニュースをみて、自分なりの考えを持つようにしていました。世の中のことに関心を持つことで、視野が広がりましたし、就活においても小論文や集団討論、面接などの場面で役に立ったように思います。

Q ストレスを溜め込まないコツは何ですか？

A 正直なところ、仕事はやりがいもあると同時に、相談者の置かれている問題や辛さに向き合い対応することになるので、私自身しんどさを抱えることもあります。その中でも、私が意識しているのは「境界線を保つ」ということです。「境界線」という言葉はあまり聞き馴染みがないかも知れませんが、人は他者との関係において、どれだけ親しい人との間にも線があり、その線を越えてしまうことで「自分」が揺らぎ、ストレスに感じてしまいます。働く中では、どうしてもその線を越えて、自分の上限を超えて役割を引き受けてしまったり、頑張りすぎてし

まうこともあるのですが、そのような状態は長くは続かないですし、結果としてストレスを溜め込んでしまうと思っています。自分を守るためにも、忙しいときこそこの考え方を頭の隅に置いています。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 自分の気持ちに素直に行動してみてください。大学生活では、勉強にサークル活動、アルバイト、遊びなどあつという間に過ぎると思います。どんなことも自分で選択して行ったことは、経験となって今後の生活に生きてくると思っています。残りの学生生活、自分の気持ちを大切に、楽しんでくださいね。

column 私の癒し



私は香りから癒しをもらっています。
リラックスしたいときには自分の好きな香りのキャンドルを焚いています。
香りはその時の気分によって選んでいます。
お気に入りの香りの中で、頭を空っぽにして過ごす、心身ともにリラックスできるので私にとって大切な時間です。

女子プロサッカー選手の キャリアをあたりまえにする 可能性にあふれた仕事です。



Saki Goto

プロフィール Profile

2008年 武庫川女子 短期大学部 健康スポーツ学科卒業後、編入学
2010年 武庫川女子大学 文学部 健康スポーツ科学科
(現健康・スポーツ科学部 健康・スポーツ科学科)卒業

これまでのワークライフイベント Work life events

大学編入学後、大学パンフレット制作のコンペに学生代表として参加させていただく→プレゼンに来ていた会社の魅力を感じる→無事その会社から内定をいただく!→大学卒業→株式会社毎日コミュニケーションズ(現株式会社マイナビ)に入社→大阪、東京で中途採用に関する業務に従事→現在、女子プロサッカーチーム「マイナビ仙台レディース」のチーム運営に携わる

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 短大ではスポーツに関する基礎を徹底的に学びました。学科特性上1日1つは実技の授業があったため体力をつけないと座学の授業に集中できなかったり、入学当初から大学への編入を目指していたため、試験でとにかくいい成績を残すために図書館が空いている時間まで自主学習をしていました。大学に編入してからは教員免許取得に向けてひたすら授業を頑張らせて受けておりましたが、実は勉強以外にも総務部(学科代表)での仕事やオープンキャンパスの学生スタッフをしていたことも大学で学びにつながったと感じています。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 女子プロサッカーチーム「マイナビ仙台レディース」の運営に関わる仕事をしていますが、女子サッカーにおいて「プロリーグ」ができたのは2021年とまだまだ歴史が浅いので、今は「女子プロサッカー選手」というキャリア(職業)をあたりまえにするために、女子サッカーの普及に力を注いでいます。発展途上なので試行錯誤の毎日ですが、ヨーロッパでは女子サッカーの試合で数万人の観客が集まっている(日本の女子サッカーは平均1000~2000人程度)ときくと、可能性にあふれた業界で働ける

いることがこの仕事の面白いポイントです。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 『これから社会に出ていく子どもたちと関わるなら会社に入ってから先生になりたい』と思っていたので教員免許は取得するも就職することしか考えていなかったです。ですが私が就職活動をスタートさせた2008年秋はリーマンショックの影響で、一時的な「就職氷河期」だったので、たくさんエントリーするよりしっかり吟味してエントリーする企業を決めて自己分析、自己PRをその企業にカスタマイズすることを意識しました。その中で出会ったのがマイナビです。マイナビに入社後もいつかスポーツの仕事に携わりたいと考えていた中、マイナビが女子サッカーチームを持つことになったため、志願しこの仕事に携わることとなりました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 正直なところ「夢」は探し中なので(笑)、「目標」と置き換えてお話させていただきます。私が真剣に目標達成に向けて取り組んだことの一つに短大時代の応援合戦があります。副団長に任命され、全員で絶対優勝と目標を掲げてからは優勝するために必要なことを明確にし、それを全員で認識するようにミーティン

グを重ねたのを覚えています。今でも意識しますが、目標達成には「すべきこと」と「してはいけないこと」の両側面があるということ。どうしても「すべきこと」に意識がいきがちですが、プラスのことばかりではなくマイナスを作らないことも目標達成には必要だということ学びました。

Q ストレスをため込まないコツは何ですか？

A 自分ではどうしようもないことは考えないようにすることです。主に仕事のことですが、他人の仕事の仕方が気に食わず合わなくてストレスを感じたり、うまくいかないことが続いて家に帰っても考えてしまったりしますが、他人は自分が思うように変わるわけもなく、家に帰って考えたところで悩みそが疲れるだけなので、考えることをやめるように意識しています。

Q 後輩へのアドバイスをお願いします。

A 社会人になって心の底から思うのは、大学時代は本当に大事な時期だと思うので、いろんなことにチャレンジする時間にしてほしいなと思います。社会人になるとどうしても自由な時間が取りづらくなってきます。もちろん大学生の間も授業もたくさんあって、アルバイトもあって忙しいと思いますが、その中でも18歳~22歳の間にたくさんの人と出会っていろんな考え方やいろんな性格の人と出会うことで自分の価値観が作られていきますし、社会に出たときのコミュニケーション力も身につきます。人見知りの方も少しからを破ってみて、いろんな人と出会ってください。そしてあまり興味がないことでもやってみることで、もしかしたら新たな発見があるかもしれないですし、「やっぱり好きじゃないわ」と気づくことも大事なことだと思いますので、是非たくさんの人と出会い、たくさんのチャレンジをすることを全力でオススメします。

column ストレス解消法

大好きなプロ野球チームの試合に行くことです。球場に行くまでの交通費、チケット代などを考えると結構お金はかかりますが、そのために仕事を頑張れますし、推しの選手に会えたらもう一瞬で嫌なことも忘れられてまた仕事頑張ろうと思えます。



ランドスケープの面白さは、 自然や街が成長することで 想定していなかった魅力ある 空間がひろがるところです。



Tomoka Nakamura

プロフィール Profile

2020年 武庫川女子大学生活環境学部建築学科卒業

2022年 武庫川女子大学院建築学研究科景観建築学専攻修了

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大学院修士課程修了→

株式会社ランドスケープデザイン入社

Q 大学で学んだ内容や大学院での 研究内容を教えてください。

A 大学では4年間建築学を学び、大学院に入ってから建築とともにランドスケープデザインについて学びました。座学での知識習得はもちろん、設計課題では建築物を設計するだけでなく、広場やアプローチ・植栽などの外の空間もひとつひとつ丁寧に設計することで、空間の質がより一層良いものになると学びました。設計するものが建築物だけではなくなったことで、検討段階で作成する模型の大きさも何倍にも大きくなり、友人と街の模型を囲みながら「この方向からの風景を大切にしたい」「こういった軸が存在するから設計に取り入れた方がいいのでは」など、意見を出し合って課題に取り組んだことはとても良い経験になったと思います。

Q 現在の仕事の内容や研究分野と その面白さは何ですか？

A 現在はランドスケープデザインの設計をしています。都会に建つマンションの広場をつくったり、自然が広がる地域で屋外テラスを設計したりしており、様々な用途のお仕事に携わることができるのがとても楽しく、やりがいを感じます。建築物は竣工時が一番良い状態

にあることに対し、ランドスケープの面白さは、竣工時にはまだ小さい樹木たちが、長い年月をかけて成長し、設計しているときには想定していなかった魅力ある空間をつくりあげられるところにあると思っております。私はまだ経験も浅いですが、自分で描いた線が自分も驚くほど素敵な空間になる設計、を目標に長い時間をかけてランドスケープに寄り添っていきます。

Q 現職に進むことになったきっかけは 何ですか？

A 学生時代に毎週授業としてあったフィールドワークや海外研修などを通して、さまざまな地域に訪れた際に、街並み景観に魅力を感じ、緑や水をつかった空間にときめきを感じ、建築そのものだけでなく建築にたどり着くまでのアプローチに重要性を感じたのが大きなきっかけです。まだまだ小さな業界だからこそ、もっと多くの人にランドスケープの魅力を知ってもらいたいと思いこの道に進むことにしました。



Q 夢の実現に向けて努力したことは どのようなことですか？

A 大学院生になってからランドスケープを本格的に学び始めたこともあり、はじめはとにかくたくさん事例を見たり本を読んだり、この業界で働かれている方から積極的にお話を聞いたりして知見を深めました。また、建築物を設計していた今までの設計課題を、ランドスケープとしての視点でもう一度見直したことは就職活動にも大きく影響したのではないかと思います。

Q 休みの日は何をしていますか？

A 最近はベーグルにハマったこともあり、休日はパン屋さん巡りをしたりカフェ巡りをしたりしています。特に平日の朝はなかなか時間が

とれないため、休日の朝にゆっくり蒸して味わうベーグルは絶品です！上京してからたくさん睡眠をとり、ご飯をしっかり食べることの大切さも実感しているので、学生時代より健康的になったのではないかと思います。

Q 後輩へのアドバイスをお願いします。

A あまり大きな業界ではなく、私自身就職活動をするにあたり不安も大きかったのですが、「自分が楽しいと思えることが何か」を第一に突き進んでいってみてほしいです。友人や家族と将来どうなりたいか話し合うことは自分を見直すきっかけになりますし、先生や先輩が何を考えて今の仕事をしているのか聞いてみるのも、世界が広がるきっかけになるのではないかと思います。頑張ってください！

column ストレス解消法

私のストレス解消法は旅行です！最近ではコロナ禍の影響も落ち着いてきたので国内旅行にも海外旅行にも何度か行きました。共通の趣味をもつ友人と美味しいご飯を食べ歩いたり、お買い物たくさんしたりして、仕事のことを一旦忘れる時間をつくるのが私にとってのストレス解消です。



人が生きるということは 人間関係を築くこと、 出会いは人生の選択肢を広げ、 心の支えになります。



Asuka Tani

プロフィール Profile

2003年 武庫川女子大学 生活環境学部 卒業
2005年 奈良女子大学大学院 人間文化研究科修了 修士(生活環境学)
2019年 京都女子大学大学院家政学研究科修了 博士(学術)

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→大学院 博士前期課程 修了→武庫川女子大学 生活環境学部 助手として勤務→専門学校や短大で非常勤講師として勤務→四天王寺大学 短期大学部で勤務(結婚、出産、博士号取得)を経て現職

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学では、衣料管理士(TA)の資格取得をめざして学ぶ中で、衣服製作などの実習や布の染色などの実験を通して、「素材」というものに興味をもつ自分に気づき、被服材料学という分野で研究を始めました。さらに、進学した大学院では新素材の開発に向けた基礎研究として、異なる性質をもつ高分子をブレンドして、その相溶性や力学特性を測定していました。その後、その素材をヒトが着用してはじめてその素材の衣服としての評価がなされることを考えたとき、素材としての特性に加えそれを着用するヒトがどのように感じるかの両面から捉える必要があると考え、博士課程では、被服材料学から被服衛生学に分野を広げて研究を行いました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現在、私は、大学で衣服の素材に関する講義・実験を担当しています。デザインに目が行きがちなファッションの着心地に関わる機能性や快適性を日常生活と関連づけて授業をするように心がけています。最近では、衣服の製造過程で発生する繊維廃材や古着を活用したアップサイクル活動を学生と行なっています。学生は、活動を通して、捨てられゆく繊維廃材や古着を手に、その繊維素材や布の構造を解明しながら、なぜその素材が用いられたのか、どのような加工が施されているのかとその特性を紐解き、授業で学んだ知識と繋げながら理解を深めます。品質表

示タグも値段もついていない素材の特性を理解するために探究心をもって調べるワクワク感や発見は、その特性を活かした新たな製品を作り出す際のアイデアになります。さらに、繊維廃材や古着から製品を作る際には、均一性のある商品に仕上げることの難しさやそれにかかる労力、製造者の思いを疑似体験し、ものの値段・価値とは何かを考えさせられます。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A ファッションを通して、社会的課題や環境問題にアプローチできることに魅力を感じたからだと思います。例えば、今、研究している災害時に役立つ衣服の開発は、災害関連死の一つとして低体温症で亡くなる方の存在を知り、衣服で身を守り体温維持が保てれば、逼迫した医療の一手手前のところで衣服により命を守ることができるのではないかと始めたものです。このように、これまでの知識や経験を活かして社会に貢献する研究にやりがいを感じたことが結果的に現職に進むことになったように思います。また、大学時代にお世話になった当時の助手の先生や大学院時代の同級生と今も共同研究を行なっていることも原動力になっていると思います。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 目の前にある状況や課題を楽しむことです。武庫川女子大学に進学を決め、生まれ育った神奈川県を離れる日が来た時、父が駅の改札まで見送ってく

れました。「何でも楽しくしてしまえよ。」と私の手を握り、照れ臭くなった私は、「はぁ〜い!ばいば〜い!」と言って別れ、数年が過ぎ、「これを知る者はこれを好むものに如かず。これを好む者はこれを楽しむものに如かず。」という孔子の言葉に出会い、父の言葉の意味の深さを知りました。1人で生活を始め、自立した気持ちになっていましたが、大学生活は決して、楽しいことだけではありませんでした。自分ではどうすることもできないこと、どうしたらいいかわからなくなること、予想外の展開なんてこともあります。そんなときは、楽しんでいる場合ではないですよ…。ただ、気持ちを切り替えて解決に向けて「大丈夫!できる!」と自分を信じることで結果的に収まるところにいき着くこともあり、ゴールに向けての手段は一つではないことを知りました。大変だった出来事も振り返ると楽しく思い出される…こともあります!苦しさや孤独、焦りの中で、自分なりの手段を見出した時、アイデアや想像力は無限大に広がっていくように思います。そして、それを楽しいと思うか、苦しいと思うかは自分の気持ち次第だと自分を鼓舞して過ごしています。

Q 後輩へのアドバイスをお願いします。

A 武庫川女子大学で受講した教職関連科目の中で返却されたある時のレポートに、先生から赤ペンで「人が生きるということは人間関係を築くことですね。」とコメントを入れていただいたことがありました。大学での人との出会いが自分の人生の選択肢を広げ、出会った友達の存在が今も私の心の支えになっています。大学で学んだことは学問だけでなく、ひとりの時間の過ごし方や友達・先生などみんなとの時間の過ごし方も学んだと思います。中には、疎遠になってしまった友達もいますが、その友達からかけてもらった「1日におやつの時間が必要のように、人生にもおやつの時間が大事。だから、時には何も考えずに休むことも勇気だよ。」と言ってくれた言葉は、今の私の時間の過ごし方に影響を与えています。大学で過ごす4年間は何もしなければあまりにも長い期間と感じますが、何かをしようとするときにも短く感じます。みなさんにとって、大学での人や知識との出会い、時間の過ごし方がその先の人生につながっていく財産になることを祈っています。

column ストレス解消法

娘と同じこども園に通うお友達が、手作りのバッグやお洋服を身につけていました。自分の子どもとおした人との出会いは、年齢も仕事も異なる方々でとても刺激的です。その方との出会いをきっかけに、「自分の好きな洋裁の時間を楽しもう!」と思うようになりました。それから、娘の通園バッグやお洋服などを作ったり、娘の作品をモチーフに刺繍したりする時間が、自分のストレス解消法…というカリフレッシュタイムになっています。



海外の子どもたちと出会い 自分に何ができるのか 考える中で児童福祉司を 志すようになりました。



プロフィール Profile

2020年3月 武庫川女子大学文学部心理・社会福祉学科卒業
在学中に「社会福祉士」「精神保健福祉士」「保育士」資格取得

これまでのワークライフイベント Work life events

2020年3月 武庫川女子大学卒業→2020年4月 愛媛県庁入庁(児童福祉司)→2023年8月 結婚

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 大学では、社会福祉コースを専攻し、社会の様々な課題に対応できる理論や支援技術について学びました。また、社会福祉士・精神保健福祉士資格の取得に向けて、幅広い分野に渡り専門的な知識を習得することはもちろん、演習や実習を通して実践力も養いました。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 児童相談所にて、児童に係る相談に乗ること、虐待の調査や指導を行うことを通して、主に子どもと家族のサポートをしています。緊急の虐待対応は特に、感謝されることが少ないですが、児童相談所の介入が、子どもや家族の大きなターニングポイントになる場合もあり、その場面に携われることこそ、児童福祉司の醍醐味ではないかと思います。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A フィリピンでの児童福祉ボランティアに参加したことが、きっかけの一つになっています。ボランティアの対象は、主に貧困家庭の子どもたちでしたが、貧しさ以外にも家庭内暴力やネグレクト等、様々な背景を抱えた子どもたちを目の当たりにしました。それでも笑顔で元気いっぱいの子もたくさんいましたが、もし自分に何かできるならそれを仕事にしたいと思い、児童福祉司を志しました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 自治体によりますが、多くの場合は、社会福祉士の資格を取得し、公務員試験に合格すれば児童福祉司にはなれます。ただ、家族の課題を見極め、課題解決に向けて家族の伴走者となることのできる児童福祉司になるには、経験・知識・センスが必要ではないかと思います。自分自身が、児童福祉司として立派にやれている自信はないですが、模索しながらもとにかく「続ける」ことが、今の自分にできることだと思い、頑張っています。

Q ワークライフバランスを実現していくこと(工夫・努力していること)は？

A 平日であっても、休日であっても、自宅から出るときは身だしなみを整えることです。化粧をして身だしなみを整えるだけで、その日のやる気が出てきます。仕事をしている私も、そうでない私も、どちらの私も大事にすることに繋がっています。

Q ご自身はどんな子どもでしたか？

A 場面や相手に関わらず、物怖じせず、自分の意見をはっきりと言う子どもだったと聞いています。好きなドラマは「ごくせん」でした。

Q ON/OFFとの切り替えのコツは？

A 休日夜間の携帯当番等のやむを得ない場合を除いては、仕事は職場でのみすることにしています。また、自宅に帰ると衣類等を全て着替え、職場の一切を自宅に持ち込まないようにしています。ワークライフバランスにも通ずるかもしれませんが、私に

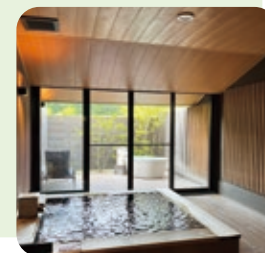
にとって大事なルーティンです。

Q 後輩へのアドバイスをお願いします。

A 振り返ると、大学生活は、人生の中で最も出会いや経験のチャンスが多い時期だったと感じます。自分が何に興味があり、何に心を動かされるかを知るためには、たくさんの人と出会い、たくさんの経験をするのが大切だと思います。勉強はもちろん、バイトやボランティア、恋愛をたくさんして、心動かされることを見つけてください。

column 私の癒し

温泉(特に露天風呂)に入ることです。服を脱ぎ、携帯電話を置いて、広い温泉に入ること、精神的にも物理的にも開放された気持ちになります。何より、リーズナブルで、お肌にも良いので、罪恶感を抱くことなく、癒しのひと時を過ごせます。





音や音楽、
様々な楽器に触れることで、
豊かな創造性を育むことも
音楽療法の魅力の一つです。

プロフィール Profile

- 2012年 武庫川女子大学音楽学部器楽学科 社会音楽・音楽療法コース卒業
- 2012年 神戸大学大学院保健学研究科 リハビリテーション科学領域 脳機能・精神障害学分野 入学
- 2018年 神戸大学大学院保健学研究科 リハビリテーション科学領域 健康情報学分野 修了(取得学位:修士(保健学))
- 2023年 神戸大学大学院保健学研究科 リハビリテーション科学領域 健康情報学分野 博士後期課程(在籍中)

これまでのワークライフイベント Work life events

武庫川女子大学(社会音楽・音楽療法コース)卒業→神戸大学大学院保健学研究科博士前期課程(保健学)在学中に重度身体障害者施設と回復期リハビリテーション病院において音楽療法士として勤務(在職中)→同大学院博士後期課程に進学後に、武庫川女子大学音楽学部の教務助手として就職、現在に至る。

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A 音楽が人にもたらすフレキシブルな行動変容の神経基盤を明らかにするため、音楽の本質について脳機能の面から研究しています。「音楽スキルの一つとしてリズム同期があり、その同期を支える神経基盤は何か」という疑問が研究を行う原点でした。音楽は言語と同等であると言われていますが、音楽を介してコミュニケーションができるということが音楽の本質の一つであるように思います。

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現職では、音楽療法研究室のラビッコルームで発達障害や発達に心配のあるお子様と関わっています。音や音楽、様々な楽器に触れることで豊かな創造性を育むことが出来るのであれば、それも音楽療法の一つの魅力であると実感しています。現在は音楽に関連する深部脳機能を軸に、

基礎研究に取り組んでいます。音楽はまだまだ未解明な部分が多く、研究を通して神経科学的な根拠を積み上げていくことが必要です。臨床への発展のために、一つ一つの現象に対し根拠に基づいて考察していく面白さがあります。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 「脳の中はどうなっているのか」その大きな疑問が大学院進学のかきかけとなり、博士前期課程では脳機能・精神障害学を専攻しました。研究と臨床経験の中で、「なぜ音楽療法を行うのか」という新たな疑問が生まれ、研究の幅を広げるために、博士後期課程では先端的認知科学を基盤とする健康情報科学分野に進学しました。その後現職である助手のお話を頂き、臨床と研究を続けながら今に至ります。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 夢について考えたことはありませんが、目標と目的は持つようにしています。現状に満足することなく、与えていただいた課題に対し、一つ一つ妥協せずに取り組んで参ります。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

A 1つ目は発見を楽しみ、どんな些細な疑問にも「まあいいや」で片付けないこと。2つ目は“女優になる”こと。これは臨床現場でよく耳にした印象的な言葉です。様々な患者様がいる中で、一人ひとりに合わせて関わることの出来るセラピストでいることは大切なことです。医療・福祉領域に限らず、あらゆる職業に共通していることではないでしょうか。

column

マストアイテム

緑は大切です。



スタジアムに来て楽しかった！
また来たい！
という声を聞けることが
一番のやりがいです。



Sarasa Murakami

プロフィール Profile

2016年4月 武庫川女子大学 健康・スポーツ科学部
健康・スポーツ科学科 入学
2020年3月 武庫川女子大学 健康・スポーツ科学部
健康・スポーツ科学科 卒業

これまでのワークライフイベント Work life events

大学卒業→株式会社楽天野球団入社

Q 大学で学んだ内容や大学院での研究内容を教えてください。

A アスレティックトレーニング
スポーツ栄養学
スポーツ医学
スポーツ心理学
コーチング論
スポーツビジネス
その他実技等

Q 現在の仕事の内容や研究分野とその面白さは何ですか？

A 現在の仕事は、スタジアムでのイベントの企画・運営をしています。本拠地の楽天モバイルパーク宮城はスタジアム内に観覧車など野球以外にも楽しめる場所やイベントがたくさんあるので、どうしたら来たいと思えるか、楽しんでもらえるかを考えています。

いつも来てくださるファンの方はもちろん、イベントをきっかけに初めてスタジアムに来て楽しかった！また来たい！というお客様の声を聞けることが一番のやりがいです。

Q 現職に進むことになったきっかけは何ですか？

A 小学1年生からずっと野球をしてきたこともあり、プロ野球を見る楽しさをより多くの人に知ってもらいたいと思ったからです。
また、年々減少している野球人口をもう一度増やしたい！女子野球をたくさんの人に知ってもらいたい！と思い入社しました。

Q 夢の実現に向けて努力したことはどのようなことですか？

A 大学の間からいろいろなスタジアムに遊びにいき、ここのスタジアムのここがおもしろいな等の経験を増やしました。

Q 後輩へのアドバイスををお願いします。

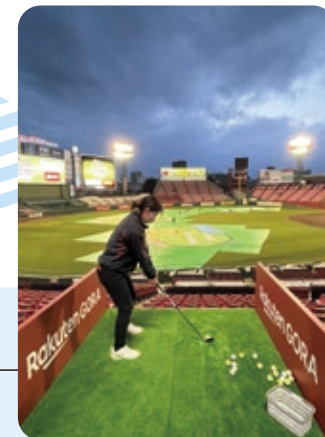
A 自分が楽しいと思えることに全力で打ち込むことが大切だと思います！
大学時代の学びや人とのつながりはとても有意義なものになると思うので、いろいろなことにチャレンジしてください！



column ストレス解消法

休日は会社の人たちとゴルフをすることが多いです。

社会人になってから始めたのですが、なかなか上達せず悔しいので練習に通い詰めています。



※イベントで行われたスタジアムゴルフの写真です。

ダイバーシティ化推進部門

研究スタートアップ支援講座や研究支援員制度など、新たな女性研究者育成事業に他の研究部門と協働で取り組む

- 「訪問型」病児・病後児保育システムのモデル構築などによる女性研究者の環境整備の充実
- 女性研究者の裾野を拡大
- 女性研究者同士の出会いや先端研究の早期体験により研究への興味を喚起する事業を企画

グローバル化推進部門

研究教育活動のグローバル化を推進するため、国内外での英語による発表の機会、国際間の共同研究に役立つ実践的の英語能力の向上を目指す

- 実践的な英語口語能力を高める教材研究
- 英語による発表能力を高める啓蒙セミナー
- オンデマンドチューターによる英語発表支援

MUKOJO
フォーラム

研究所紀要

卒業生座談会

MUKOJO
研究者
マッチングカフェ

シンポジウム

MUKOJO
未来教育プログラム
SOAR

キャリア支援
セミナー

MUKOJO
ロールモデルブック

MUKOJO
ミライ☆ラボ

ジェンダー平等推進部門

本学におけるジェンダー公平と平等推進の視点から、一人ひとりのエンパワメントとなる活動に取り組む

- ジェンダー公平と平等を推進する情報発信と普及啓発
- エンパワメント推進となる方策や支援の提案
- 活動内容の記録蓄積と資料共有

生涯活躍推進部門

すべての女性が生涯にわたり学び続けられる環境の研究や支援、情報発信をおこなう

- 研究活動の環境整備に関する調査研究
- 女性のキャリアに関する調査研究
- キャリア開発支援
- 外部機関と連携した女性のキャリア開発プログラム

次世代女性人材育成部門

産学官の連携で、次世代を担う女性人材を育成する取り組みをおこなう

- 産学官の連携によるキャリア教育プログラムの開発研究
- 文理の選択意識に関する調査研究

卒業後も・・・

本学での学びや就職のサポート

武庫川女子大学大学院

大学院では、学部で身に付けた幅広い教養と専門知識を踏まえて研究を深め、研究者として自立する力、高度な専門性を要する職業に必要な能力を養います。各研究科・専攻では、指導教員が研究活動をサポートし、社会や時代の要請に応えることのできる人材を輩出しています。

<https://www.mukogawa-u.ac.jp/in>

武庫川女子大学リカレント教育

MUKOnoa⁺(ムコノアプラス)

すべてのビジネスパーソンへ、西宮北口キャンパスを拠点とし、一生を描ききる学びを提供します。リスキル、転職、フリーランス転身を見据えた仕事でスグに役立つ150以上の講座、社会で必要なAI・DX分野の基本的スキル入門・スキルアップ・専門知識・資格取得など幅広いDX人材の育成、学んだスキルをキャリアに変える再就職・転職支援もおこなっています。

<https://nishikt.mukogawa-u.ac.jp>

武庫川女子大学同窓会「鳴松会」

武庫川女子大学キャリアセンター 就職支援サービス

資格関連の支援(教育・保育士資格取得支援など)

施設利用(図書館・丹嶺学苑研修センターなど)

生涯学習(科目等履修、オープンカレッジなど)

～本学では新たな未来を見つける支援もしています～

武庫川女子大学

MUKOJO ロールモデルブック vol.5

2024年12月

発行 : 武庫川女子大学 女性活躍総合研究所

〒663-8558 兵庫県西宮市池開町6-46

武庫川女子大学 中央キャンパス内

TEL: 0798-45-3737 FAX: 0798-45-3535

印刷・製本: 株式会社小西印刷所