

山形大学男女共同参画基本計画(第2次)

山形大学は、令和2年4月に山形大学男女共同参画基本計画(第2次)を施行しました。第2次基本計画では、令和2年度から10年間を計画期間とし、男女共同参画とダイバーシティを一層推進することを目的に、基本方針及び具体的施策を定めています。女性教員比率や女性管理職比率に関するより高い目標を掲げ、「無意識のバイアス」や性的指向・性自認等への配慮なども明記しました。また、「多様な性に関するガイドライン」を策定し、研究・仕事と家庭生活の両立支援制度の充実を図りました。今後も、ダイバーシティを推進するため、地域や県内外の大学等とネットワークを拡大していきます。



探究学習で学ぶキャリア形成

【授業名】

山形大学 基盤共通教育

「キャリア形成とワークライフバランス(山形から考える)」

【授業の目的】

- 男女が共に仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)を保つことができる働き方について考え、自分のキャリアビジョンを描く。
- 「男女共同参画社会」を理解し、課題を考える。

【授業の計画】

- 多方面で活躍する学内外のゲストによる講義。
- 講師への事前質問や授業の進行などを学生が担当。
- グループワークによる課題解決学習。
- 自分の考えを発表。
- 男女共同参画センターの見学。

男女共同参画とは

「男女共同参画社会基本法」

(平成十一年六月二十三日法律第七十八号)

第一章総則(目的)第一条

- ・男女の人権の尊重
- ・社会経済情勢の変化に対応できる豊かで活力ある社会を実現する緊要性
- ・基本理念を定め、並びに国、地方公共団体及び国民の責務
- ・施策の基本となる事項を定めることにより、男女共同参画社会の形成を総合的かつ計画的に推進

山形大学は、「男女共同参画社会基本法」の理念に基づき、男女共同参画のために大学が担うべき役割と責任を自覚し、「山形大学男女共同参画基本計画」(平成22年)を策定し、男女共同参画を推進してきました。令和2年度から第2次基本計画に従って、さらに充実した取組を進めていきます。

性別にかかわらずに、すべての人が個性と能力を発揮できる世の中がダイバーシティ社会です。我が国では男女共同参画基本計画や科学技術基本計画等の下、男女共同参画や教育分野におけるダイバーシティ推進を図っています。山形大学は平成27年度に文部科学省のダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ(連携型)に採択され、米沢栄養大学、大日本印刷株式会社研究開発センターと連携し、ダイバーシティ研究環境の実現に取組んできました。

この「キャリア形成とワークライフバランス」の授業は、男女共同参画を担う次世代を応援するため、ダイバーシティ推進室が担当しています。

令和7年3月発行

発行 山形大学ダイバーシティ推進室

〒990-8560 山形市小白川町1-4-12

TEL 023-628-4939

Mail yu-y-danjo@jm.kj.yamagata-u.ac.jp

編集 副室長 柿崎悦子

これからの 「仕事」の 話をしよう



令和6年度 山形大学 基盤共通教育の授業

「キャリア形成とワークライフバランス(山形から考える)」

《 講義内容 》

01 ワークライフ「アン」バランスにならないために	高橋 真枝	山形市企画調整部次長兼男女共同参画センター所長
02 結果はあとからついてくる	並河 英紀	山形大学学術研究院教授(理学部担当)
03 頑張らずに!結果オーライ型キャリア形成	加藤 健司	山形大学学術研究院教授(人文社会科学部担当)
04 どんな経験も成長の糧となる	富樫 周子	東北バイオニア株式会社市販サウンド営業部市販管理課
05 教育と研究でともに成長する教員の道	叶 奈緒美	山形大学学術研究院准教授(農学部担当)
06 「家族のため」を思ったワークライフバランス	橋爪 孝夫	山形大学学術研究院准教授(学士課程基盤教育院担当)
07 小さなことでもいいから、昨日の自分より1つ成長しよう	岩本 勘汰	アイジー工業株式会社研究開発部材料開発チーム
08 性別ではなく能力でチャンスを得られる社会を目指して	黒谷 玲子	山形大学学術研究院教授(工学部担当)
09 楽しみのためにコツコツと	井上 麻美子	山形大学学術研究院准教授(教育実践研究科担当)
10 山形での教育者としての歩みと未来の展望	山口 優	山形県立東桜学園高等学校 教諭



山形大学ダイバーシティ推進室

ワークライフ「アン」バランスにならないために

10月9日(水) 14:40~16:10

講師

高橋 真枝

山形市企画調整部長兼男女共同参画センター所長

Profile

50歳代
山形県出身

山形市役所1992年採用。教育委員会管理課長を経て2022年度より現職。これまで主に教育委員会のほか産業振興の業務を担当。家族は同じく市役所職員の夫と社会人の長男、大学生の次男。趣味はソロ旅。

●就職した動機と仕事の内容

親に「転勤がないから」という理由ですすめられ山形市役所職員になった。就職先を決める理由は人それぞれだが、「大きな理由なし」もありだと思う。

●これまでの道のり

山形市で生まれ、山形東高、東北大学経済学部を卒業し、平成4年に山形市役所に入庁。中学・高校・大学・職場で吹奏楽部に在籍。市役所に入ってから産業振興・雇用創出、生活保護、市立保育所の管理、食育推進、教育委員会の人事業務などに従事。さまざまな分野の業務を経験した。失敗することも多かったが、女性である自分も男性と差別されることなくチャレンジする機会を与えられてきた。

●ワーク・ライフ・バランス

特筆すべき才能は何もないにもかかわらず、仕事で自己実現しようと、子供のころから思っていた。26歳で市職員の夫と結婚し、長男・次男を出産。現在、次男は県外で大学生活を送り、社会人の長男と夫の三人暮らし。ここまで何とか仕事と育児を両立できたのは周りからのサポート、特に実家の両親のおかげだと思っている。

ワークライフバランスとは、仕事も育児も完璧にこなすことではなく、どちらもまあまあ力でやって、それなりの結果を出していく(出せればいい)ということ。

●夢や目標

男女共同参画センター所長としての目標…家庭内、企業内などあらゆる場面において、女性も男性も対等な立場で意思決定できる社会の実現。

一人のオパサンとしての目標…いつか世界一周旅行をすること！

●学生へのアドバイス

仕事をすることは意外とおもしろいことであり、活躍する場は必ずある。また、スマホでは膨大な情報を手に入れることができるが、発信者の都合によるものが多い。就職活動の際にも、普段の生活でも、本当に欲しい情報は自分から取りに行くようにしよう。

●男女共同参画社会を考える

人口の半分は女性です。まずは、身近なところから。家庭内で、男女が家計責任(世帯収入の確保)とケア責任(家事育児等)を分かち合う環境の実現を目指しましょう。



Q 育児と仕事の両立のためにしていることは？

A 育児を頑張りたい時は仕事にも集中する、仕事を頑張りたい時は育児にも集中する。片方がおろそかにならないように意識する。



結果はあとからついてくる

10月16日(水) 14:40~16:10

講師

並河 英紀

山形大学学術研究院教授(理工学研究科理学部担当)

Profile

40歳代
島根県出身

専門は化学。自己組織化現象について、生命・非生命の双方から研究している。神戸大学、北海道大学を経て、2011年に山形大学着任。途中、大学院生時代に栄養失調で1ヶ月入院、ドイツに4か月留学。現在は妻と子供二人と暮らしている。学部長の傍ら、子供の小学校のPTA会長も歴任し、公私ともに奮闘中。

●就職した動機と仕事の内容

大学教員を目指したのは、学部4年生で始めた卒業研究がきっかけで研究にどっぷりハマったから。学生の皆さんと研究を楽しみ、その成果を論文・学会などで発表している。最近は理学部長として学部・大学運営の仕事もしている。学部の様々な機能を社会情勢・大学経営の動向に応じて必要な最適化を考えるのが主な仕事。

●これまでの道のり

学生時代は特に探究的活動に興味があったわけではなかったが、大学4年生になり研究室に配属され始めてから、研究活動にハマリ、なんの迷いもなく大学院博士前期・後期へと進学した。その後も「研究を続けたい」の一心で、大学での職を見つけ今に至っている。研究を楽しむだけでなく、今では多くの時間を学部・大学運営に費やしている。

●ワーク・ライフ・バランス

私の仕事はPC一つあればできる業務が多くあり、自宅でも仕事ができるので、プライベートと仕事が混在し、ワークライフバランスが崩れているように思われることがある。この状況については自分も家族も納得できているので、並河家なりのワークライフバランスは保てていると思う。この「納得」を家族で共有するには、自然な流れで家庭内の役割分担やルールを決めておくことが工夫としては重要かと思う。

●夢や目標

若い頃から「ゼロからイチを生む研究をする」というのを研究目標に掲げていた。「この分野なら日本にいるNABIKAIに聞けば良い」と世界的に認知して頂ける研究を生むことにも成功した。次の目標は、この研究の楽しさを後に続く若き研究者たちへ伝えること。

●学生へのアドバイス

何事も始めるのに『遅すぎず』ということはありません。『できるときに行動する』という姿勢を大切に、色々なことに興味をもって取り組みましょう。

●男女共同参画社会を考える

社会は多くの人々の活動によって支えられています。そのため、社会を構成する全ての人が、自分の特性に応じて最大限の力を発揮できる社会を築くことが、強靱性と柔軟性を併せ持つとともに持続的な発展が可能な社会の基盤になるのではないかと思います。



Q これまでの人生で、壁や困難に直面したことはありますか？

A 壁、困難だと感じたことは基本的にはないです。想像通りにならなくても、それすら楽しいと思えます。苦労が喜びに変わるのが嬉しいです。



講義の振り返り

- 職場を選択する際に大切にすべきことは、育児休業や有給の取りやすさ、働く時間についての制度などが自分の理想の生活に合っているかなど、情報を自分で集めることだというお話を聞いた。今後の就活の際の参考にしたいと思った。
- 人生を充実したものにし、自分の理想的なワークライフバランスにするために、仕事が休みの日などに趣味をしっかりと楽しんでいると聞いた。自分が楽しめることが生活の中にあるかが重要な点だと感じた。自分も大学生活の中で多くの経験をし、趣味を見つけたいと思った。
- 今回の講演では、家事は母親がするもの、と自分の中でケア労働は女性がかかるべきという偏見があったかもしれないと気づけた。男性も共に参加するのも大事であるし、子どもである私たちも積極的に参加する姿勢、家族全体でケア労働を担っていくべきだと思った。

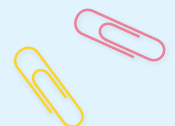
- 完璧を追求しすぎたことでワークライフアンバランスになってしまった話がとても印象に残っている。完璧を追求するのは素晴らしいことだと思い、実際私たちも完璧主義になってしまいがちだが、今後は、自分だけで問題を抱え込まず、将来のパートナーや友達、親など身近な人に相談して頼ってこうと思う。
- ワークライフバランスとは仕事も家事も趣味も完璧にこなすことではなく、なんでもまあまあ力でそれなりに結果を出すことという考え方が印象に残った。1つのことを力を入れ過ぎてしまうと、その分他のことに費やす時間が減ってワークライフバランスが崩れてしまう。このことから、完璧という言葉にこだわり過ぎないことや、頑張り過ぎないことも大切だと感じた。
- また、夫と妻の家事の分担に関して、子どもが大きくなってからは夫と妻だけでなく、子どもも含めて家族全体で家事を負担することが必要なのではないかと感じた。



講義の振り返り

- 私は挑戦的な性格であるものの、周りに流されやすいです。先生は、決断を迫られた時、環境や周囲の意見に流されるのではなく、自分の意思と向き合い、熟考して決断してこられたそうです。その時の意思を大切に、取捨選択を怠らなかった結果、後から「自分で選んだ道だから間違いない、後悔はない」と自信を持って言えたのではないかと思います。私も好奇心が強いので、この挑戦的な性格を維持しつつ、自分の意思を大切に生きていきたいと思っています。
- 講義を通して、何事にもまずは一歩踏み出してみることの大切さに気づきました。不安や面倒くさいという感情から「やらない理由」を探してしまうのでは、何も得られないことを実感しました。実際に踏み出してみれば、思いがけず楽しいと感じるかもしれませんし、たとえ得意ではない分野でも、新しい経験が自分の価値観を見直すきっかけになると感じました。興味のあるものだけで

- なく、そうでないものにも、まずは挑戦してみることを今後は意識していきたいと思っています。
- この講義を通じて、私は将来の進む先だけでなく、その先で何をするかに意識が向きました。これからは「出来ない理由を探す前にまずやってみる」という姿勢を大切にしたいと思っています。初めは将来について漠然としか考えていませんでしたが、講義を受けて、具体的なキャリア形成やワークライフバランスについて考えるようになり、家庭とも照らし合わせたアドバイスが参考になりました。また、物事の結末を変えるのは自分次第だと気づきました。また、決断を最善策だと信じることの重要性を感じました。考えすぎて疲れることもあります。柔軟に行動することも大切だと思うようになり、これからの自分に役立てていきたいと考えています。



頑張らずに！結果オーライ型キャリア形成

10月23日(水) 14:40~16:10

講師 加藤 健司

山形大学学術研究院教授(人文社会科学部担当)

Profile

60歳代
埼玉県出身

日欧比較文学。文学理論や翻訳に興味を持っています。学部から慶應義塾で学び富山県の短大を経て2010年に山形大に赴任。娘の中高6年間の弁当を担当しました。ボクシングが趣味。

●就職した動機と仕事の内容

2010年に地域教育文化学部異文化交流コースの比較文化・文学担当教員公募があり、山形に来ました。仕事としては現在人文社会科学部人間文化コースで日欧比較文学を中心に教えて、いろんな委員をして、研究もちょっとしています。

●これまでの道のり

中高は埼玉の公立校、大学は文学部へ。大学卒業後は一度就職、しかし入ってすぐ、大学院に戻ることを決意。仕事をしながら受験勉強。大学院に進学して、ドイツ18世紀の小説を中心に勉強。ところが博士課程1年生のとき師匠が逝去。富山の短大に博士課程の途中で就職、大学院には所属したままで博士課程単位取得修了。その11年後に入学生減で短大閉鎖、北陸で非常勤講師・翻訳者として生きることとなった。その8年後に山形大学の公募で採用され、今度は東北へ。

●ワーク・ライフ・バランス

この職場はわりと自分で時間管理もできるので、送り迎え、中高6年間のお弁当づくりなどもうまく時間を作っていたと思う。ライフあつてのワークだと思っているので、まずはライフを楽しむこと、ワークが重なるのであれば、ワークへの注力を減らすこと。ただしこの職場は、ワークに教育、行政、研究がありますが、教育のための力を減らすわけにはいかない(あたりまえ)ので、研究への注力を減じてます。ちょっとは後悔しているが、振り返って眺めるライフはいい感じ。

●夢や目標

今後は少しでも削っちゃったワーク(研究、という気恥ずかしい、勉強)を取り戻したいと思っています。

●学生へのアドバイス

人生は予定を立てることができないと思った方がいいです。生きていれば時間はあつという間に過ぎます。そのため、今を一杯楽しみましょう。今、面白いと思ったことは、「今やる」を原動力に、さまざまなことに取り組みましょう。

●男女共同参画社会を考える

日本から男女共同参画とかダイバーシティとかいうコトバがなくなるとき、つまりそれらが実現しているとき、それを早く見たいと思っています。



Q 農家に弟子入りして農業を始めたと思ったが、なぜ始めようと思ったのか？

A 楽しそうと思ったから。また、できないことがあるのは悔しいと思ったから。その他、さまざまなこともその思いを原動力としている。



どんな経験も成長の糧となる

10月30日(水) 14:40~16:10

講師 富樫 周子

東北パイオニア株式会社 市販サウンド営業部市販管理課

Profile

30歳代
山形県出身

北米市場で販売する自社製品(カー用スピーカー、アンプ)の生産・販売管理を担当。山形大学を経て2013年に東北パイオニア株式会社に入社。技術文書の管理や管理会計業務に従事。その後、アメリカへ転勤し2020年に帰国、現在の所属へ。趣味はバスケット旅行。

●就職した動機と仕事の内容

地元山形から世界に繋がることのできる環境、そして好きな「音楽」に携われるという点で魅力を感じ、東北パイオニア株式会社へ入社した。

現在は、北米市場で販売する製品の生産・販売管理を担当している。

●これまでの道のり

小中高時代は部活第一の生活を送り、その後山形大学人文学部人間文化学科へ入学した。第二言語習得・英語教育に関心があり、教員志望だったが、留学生との関わりやホームステイ等を通じて異文化に興味を見出し、世界と繋がることのできる環境でキャリアを築きたいと考え、現在の東北パイオニア株式会社に入社した。技術文書の管理や管理会計業務に従事し、その後海外トレーナー制度を利用しアメリカにある関連会社へ転勤。2年間語学研修やOJTを通して海外経験を積み、2020年に帰国し現所属へ至る。

●ワーク・ライフ・バランス

独身で自分のことに時間を割くことができる分、平日は仕事にとことん向き合い、土日は自分を癒す時間として完全オフで過ごしバランスをとっている。

●夢や目標

自分の知らない世界に沢山触れ、刺激を受けつつワクワクした人生を送りたいと思っているので、現担当の北米以外の地域にも携わり、自分の知見を広げていければよいなと思っている。

●学生へのアドバイス

少しでも興味のあることは、「やってみようかな」くらいの感覚で良いので飛び込んでみるのが重要だと思います。踏み出した結果、これは自分に合わないとなっても、それはそれで自己理解を深めるきっかけになると思うので、どんな些細な興味や可能性も潰さずにトライしてみても…

●男女共同参画社会を考える

自分の価値観や生活環境が当たり前と思わずに、多様性を受け入れる姿勢が必要。制度の拡充含め、働き方の多様性に対する理解/柔軟に対応できる会社側の姿勢が男女共同参画社会の実現には必要不可欠と思う。



Q 就職先の決め手、また就活を通じて重要だと思われた条件は？

A 決め手となったのは他の志望先と比べ、世界と繋がれる環境だったため。重要だと思う条件は休日数や各制度等の福利厚生の充実さ。



講義の振り返り

- 先生のお話の中で参考になったことは、「今面白いとおもったことは、今やる」という部分である。私はかなり優柔不断で、気になっていてもそれを行動に移そうかどうか、いつも迷ってしまうため、先生のこの言葉は心に残った。
- 先生のお話を聞いて思ったことは、先生は数多くのことを経験なされていて、すごいということ、今の自分の気持ちを大切にしているなということである。私も、人生を楽しもうという考えを持ち、自分の気持ちに正直になって、たくさんことに取り組みたいと思った。
- 「人生は予定を立てられない」という言葉に深く共感した。私自身あまりきちんとした計画は立てないことが多いが、人生は計画どころか自分の予想もしていなかった方向に進むことがあるものだと感じた。
- 今回の講義で一番印象に残っているのが、「頑張る」と

言わないことである。この言葉は自分を奮い立たせたり、相手を鼓舞したりと良いイメージがあると思っていたが、とても抽象的でなげやりな言葉でもあると感じた。この言葉を使うときは、どう頑張るのか具体的に考える必要があると思った。

●先生の「結果オーライ型のキャリア形成」を聞いて、どんなに過程が辛くて、自分の納得いくようなことじゃなくても、最終的に良かったらこれまでの過程でも良かったのだなと思った。

●人生において選択を迫られた際には、今後のことを考えて自分のしたいことよりもしなければならないことを優先的に選ぶ必要があると思っていたが、時には楽しそう、面白そうと思えることに向かう道を選択しても良いのではないかと考えた。今回の講演は間違いなく今後の人生設計の橋頭堡になると思う。



講義の振り返り

- 「地元山形から世界に繋がることのできる環境」「興味のあるモノ・コトに関する商品」というような就活の軸を持っていれば、就職後も自分に自信をつけることができるのではないかと考えた。
- 大学生生活のなかで様々な経験を経て自己理解を深めていきたい。
- 自分の視野を広げるために、もう少し積極的に人と関わってみようと思った。
- 選択を迫られた際の可能性を狭めないためにも、小さな関心や興味を大切にしていきたいと思った。
- 「ちょっとでも興味があるならやってみて」という言葉がとても印象に残った。リスクや自分への負担などを考えて挑戦する前にあきらめたり、自分の中で選択肢を絞ったりせずに、なんでも挑戦してみたいと思った。
- 興味のあることは何でもやってみないとなんのチャンスもつかめないので、先生のお言葉を胸に、日々さまざまなことに挑戦していきたいと思った。

なことに挑戦していきたいと思った。

●就活や進学を進路をある程度考え始めないといけないなと思っており、どのようにして決めたのかまた重視したほうが良い点を聞くことができて良かった。

●就活の際、大学で何をしたらと聞かれると知ったので、いろいろな経験ができるようにたくさん挑戦していきたい。具体的には海外に行ったことがないので機会をみて行ってみたい。

●私はやりたいことがあってもなかなか自分から動き出すことができず、やらずに終わってしまうので先生のお話をお聞きして、自分から動いて、後悔のない選択をしてみたいという気持ちになった。

●自信を持つことが苦手でも自分の選択はあっているのかなど不安になるが、自信をつけて楽しんでいきたいと思った。



教育と研究でともに成長する教員の道

11月6日(水) 14:40~16:10

講師 **叶 奈緒美**

山形大学学術研究院准教授(農学部担当)

Profile

30歳代
香川県出身

専門は食品機能学。食品成分が抗がん作用や抗炎症作用を発揮するメカニズムについて研究している。岡山大学大学院博士後期課程修了後、学術研究員、徳島大学の助教を経て、2021年本学テニュアトラック准教授。

●就職した動機と仕事の内容

教育・研究を通して、その面白さを学生さんと共有し、共に成長していける大学教員という職に憧れを抱き、学部2年の頃に大学教員の道を志した。現在は、食品の健康機能特性の分子メカニズムを明らかにする研究と関連する教育活動を行っている。

●これまでの道のり

小学校の頃から人に教えるのが好きで、興味が湧いた農学部を志望し、大学入学後は高校の理科系科目の先生になることを視野に入れて履修を進めていた。生物の講義で生物の仕組みの美しさと精巧さに感動した経験と、先生が自分の研究内容を楽しそうに語る姿やその内容に心を打たれ、教育と研究の両方に携われる大学教員になりたいと思う気持ちが芽生えた。早い段階で博士後期課程に進学することを決断していたため、先生と相談しながら計画的にキャリア形成を進めた。

●ワーク・ライフ・バランス

学部4年の頃に出会った夫と結婚し、お互い就職したものの、夫の単身赴任が始まり、月に1週間程度同居する生活を現在も続けている。生活に充てられる時間が非常に少ないが、周囲の協力により、子育てしながら仕事を続けられている。自分一人ではできないことには限界があるので、積極的に人を頼り、キャパオーバーとにならないようにしている。

●夢や目標

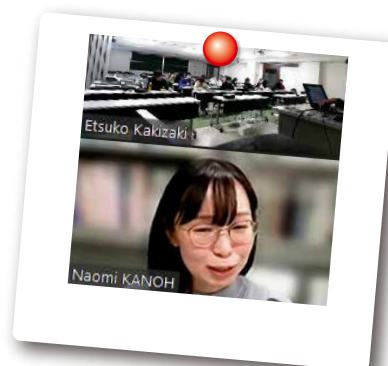
研究教育職に生きがいを感じているため、この仕事をできる限り長く続けたい。向上心と謙虚さを失わず、知的好奇心を高く保ち、日々善い行いすることで、自分の理想とする自分であり続けたい。

●学生へのアドバイス

将来の夢や希望があれば周りに公言する。周りのサポートをどれだけ受けられるかは日頃の行いに由来するので、日ごろの行いをぜひ見直してほしい。

●男女共同参画社会を考える

多様性の受容は、回りに回って自分の生きやすさにもつながることを誰もが認識し、それが当たり前の社会になることを願う。そして、誰もが自分の夢や希望について、誰に遠慮することなく周りに公言し、有形無形のサポートが最大限受けられる社会であってほしい。



❶ 人に頼るときに抵抗や罪悪感ありましたか？

A 最初は抵抗があったが、子育てを通じて人に頼る大切さを実感した。感謝しつつ助けを求め、自分も別の形で人の役に立てるよう努めている。



「家族のため」を思ったワークライフバランス

11月13日(水) 14:40~16:20

講師 **橋爪 孝夫**

山形大学学術研究院准教授(学士課程基盤教育院担当)

Profile

40歳代
東京都出身

専門は教育史。日本教育史の分野で戦後日本の教育改革の研究をしている。東京出身、桜美林大学大学院を経て、2012年に山形大学に赴任。単身赴任中。趣味は色々だが、現在は痛風脱出のためダイエットに注力している。

●就職した動機と仕事の内容

歴史を学ぶために大学院へ進学。深く考えずに(重要)そのキャリアから就職できる場所を探して生活していたが、とあるきっかけから一念発起して大学教員へ。現在は教養教育(基盤共通教育)の中で少しでも歴史好きを増やせるような授業を模索中。

●これまでの道のり

小学生の時から漠然と「学校の先生になろう」と思っており、進学していく中で歴史が好きになったので「歴史の先生」という方向に進んでいく。学部選択で教育系と歴史系で迷い、結局教育系へ。大学院からは半分社会に出ているような中途半端な存在として生活していたが、これが続く・続けられると思っており(重要)あまり深く考えていなかった。「社会に出ている。」という自覚が生まれてきたのはあるきっかけの後。

●ワーク・ライフ・バランス

「家庭生活の維持にはコストがかかる」ということを実感するのが非常に遅かった。他の家族の時間を犠牲にして自分のやりたいことをやってきてしまった。何とか取り返すべく、現在は具体的に自分以外の家族のために何が出来るかを模索する日々。

●夢や目標

教養的な視点から歴史にあまり興味がない人も「歴史的思考力」を身につけることが出来るような授業を開発し、それをまとめた教科書を書きたいと考えている。家庭人としてまともな人間になったり、健康を取り戻す(重要)・維持することを優先する必要もある。いくつになっても「自分は失敗している部分がある」という謙虚さを忘れずにいたい。

●学生へのアドバイス

時間は有限。今のうちから将来について具体的かつ時間的見通しを持とう。また、今の立場や人間関係がこの先ずっと続くことはないので、固定観念を持たないように。

●男女共同参画社会を考える

日本は、おそらく明治期の家父長制(背後に天皇制)を中心に近代的な国家を作ろうと意識した時期から百数十年間、男女同権は「ちょっと横に置いて」他のことを重視して進んできていると考えられる。非常に女性に辛苦を強いる社会体制が当然とされてきた歴史を、是非、知識として知り、理解もして、それから考えて欲しいと希望します。



❶ 家事を家族全体で協力する際に心がけていることはありますか？

A 「相手のペースに無理して合わせる」のではなく、「相手ファースト」へ発想を転換し、自発的に家事に参加していくことを大切にしています。



講義の振り返り

- 今回のお話では、主に学会や子育てについて参考になる内容が多かった。先生の博士課程時代の体験を参考にし、これからの大学生活で早いうちに没頭できる研究を見つけ周りの人の意見を参考にしながら今後の進路を決めたいと感じた。
- 学会等で頻繁に海外に行っている体験を聞いて、私は海外に対してメガティブなイメージを強く持っていたが、今回のお話で自分が成長することのできる貴重な経験だという認識へ少し変えることができた。
- 先生の学生時代の研究職での男女差別という苦労を今回のお話で聞き、比較すると現代はだいぶ改善されてきたと感じることができのうらになってきた。先生の酷い男女差別を受けながらも様々なことに挑戦していく姿勢や心持が今の私にはないものであるためとても尊敬している。このような姿勢を頭に入れつつ、この大学生活で様々なことに挑戦したいと考えている。

- 単身赴任の夫がいる中での子育てはおそらく私たちが想像するよりもはるかに大変だと予想できる。その中で先生は大学で准教授をしながらの子育てを行っていることに驚きを隠せない。先生はお話の中で積極的に人に頼る、その質には目をつぶることで自身のキャパオーバーを未然に防ぐということをおっしゃっていた。海外と日本を行き来する生活を続けている先生がおっしゃっていたからこそとても重みのある言葉だと感じた。
- 今回のお話で先生は取捨選択の判断が早く、とても合理的な考えをもっていると感じた。特に子育てを行う時の周りの人を頼るという選択は人に頼ることへの抵抗が高かったとおっしゃっていた先生にとって大きな選択であったと考えられる。このようなことから、自身の限界が来るまでに人に頼ることの重大さを学ぶことができた。



講義の振り返り

- 日頃から余力を持って過ごして健康を維持し、いざという大変な時に手強い業務や家庭のフォローに全力で取り組むというメリハリのある生き方が理想的なワークライフバランスにつながる可能性も感じた。自分の生活でも、頑張る時と、余力を持って過ごす時をバランスよく取り入れたいと思った。
- 「我慢して合わせる」から「相手(妻)ファースト」への発想の転換が大事である、というエピソードが記憶に残っている。我慢していると、いつかは不満が爆発しかねないし、自分も相手もよい思いはせず悪循環に陥ってしまう。そこで、お互いに相手ファーストと考えることで謙遜し合い、支え合っていく意識を持つことは大事だと思う。
- 時間量が目に見える努力の単位だと思っていたため、時間をかけて結果を出すことが美德だと思っていたが、短期で結果を出し、家庭や個人の人生を重視することに

大きな価値があるのだということを開き、後者の生き方の方が効率的だと自分の中の価値観が一新された。

● 家族というチームに子ども枠以外から参加し、家事労働にも責任のある立場で参加して役割を果たす必要があるという考え方が特に参考になった。また、家事労働を分担して行う際、お互いがパートナーのやりやすいように意識することが必要という考えも印象に残った。まずは、忙しいと言って家事を家族に任せるのではなく、できる時間で自分のできることを探すようにしたい。そして、自分が今日やると決めた仕事には責任を持って最後までやり切りたい。また、他の人が忙しくて家事ができない時にはカバーできるようにし、自分ができない時には家事をしてくれる人がやりやすいよう意識し、心がけたいと思った。



小さなことでもいいから、昨日の自分より1つ成長しよう

11月20日(水) 14:40~16:10

講師 岩本 勘汰

アイジー工業株式会社 研究開発部材料開発チーム

Profile

30歳代
青森県出身

製品に使用する材料について研究を行っている。弘前高校、山形大学、山形大学院を経て、2022年にアイジー工業に入社し現在3年目。青森から山形に移り住み、一人暮らし9年目。趣味は水族館巡り。最近はシャチとラッコを見に行きたいと考えている。

●就職した動機と仕事の内容

生まれ育った東北に貢献したいという思いから、東北で研究開発を行う企業を中心に就職活動を行った。自分たちが開発・生産を行った製品が景観の一部として残ることが魅力的に感じ、入社を決めた。現在の仕事は主に新商品や試作品、材料などのテスト・評価を行っている。

●これまでの道のり

青森県立弘前高等学校、山形大学理学部物質生命化学科(現理学部化学コース)を経て、山形大学院(金井塚研究室)を修了。2022年4月にアイジー工業に入社。1年をかけてすべての部署の研修を行い、研究開発部材料開発チームに配属。

●ワーク・ライフ・バランス

当社の研究開発部ではフレックスタイム制度を導入しており、仕事内容や自身の予定に合わせて就業時間を設定できる。休日は土日祝と暦通りであるため、オンオフがはっきりしたメリハリのある生活ができています。他チームからの製品評価の依頼が重なるタイミングや新商品の発売が近い時期はかなり忙しくなるが、各自の生活に支障が出ないようにチーム内で分担・連携してうまく対応している。

●夢や目標

自分が開発に携わった商品が上市・ヒットすることを夢見て日々の業務に取り組んでいる。業務を通じて自身の知識・技量不足を痛感しているため、日々勉強し着実にスキルアップしていきたい。

●学生へのアドバイス

勉強やサークル、アルバイトや遊びなど、いろいろなことを経験して選択肢を増やしてほしい。但し、同じことの繰り返しではなく、違う視点でそれらを行うことが大事。そして、挨拶、感謝、謝罪など「当たり前」のことを、ばかにしないで、ちゃんとやろう」。

●男女共同参画社会を考える

当社では育休を取得した女性社員の復帰、女性の管理職の増加など、女性が活躍しやすい環境ができてきているように感じている。男女共同参画社会やダイバーシティを意識しなくてもよい社会を目指して、自分にできることを行いたい。



❶ 仕事や生活をする中で、判断に迷ったらどのように対応しますか？

A 選択肢を減らすことが大事。ただ最初から減らすのではなく、1つ1つを詳しく知った上で絞る必要がある。逆に、より良い決断のために選択肢を増やすことも大事。



性別ではなく能力でチャンスを得られる社会を目指して

11月27日(水) 14:40~16:10

講師 黒谷 玲子

山形大学学術研究院教授(理工学研究科工学部担当)

Profile

50歳代
千葉県出身

専門は分子生物学、細胞生物学など。大学院修了後、博士研究員、横浜市立大学助教、本学テニユアトラック助教を経て2014年本学准教授、2024年本学教授。家族構成、配偶者、長女、長男。残りの研究人生を悔いの無いように頑張りたい。

●就職した動機と仕事の内容

独立した研究者としてのポジションを得て自分が立案した研究を継続したかったから。公募であったため実力で勝負できると思ったから。

●これまでの道のり

中高生時代は勉強大好きでかつTVも見て読書も沢山する学生で、当時は医学部を目指していました。大学は理学部生物学科で思いっきり楽しみましたが、勉強や実習は大変でした。修士の時の夢は、製薬メーカーの研究員として抗がん剤の開発・研究をしながら家庭を持つことでした。その研究分野での就職は叶いませんでした。研究をしたくて博士課程に進学しました。その後、アメリカで5年間研究、横浜市立大学の医学部で助教、2010年から本学工学部のテニユアトラック助教、2014年に准教授、2024年から教授に昇進し、今に至っています。

●ワーク・ライフ・バランス

悩みは時間がないこと、昔に比べて体力がなくなると実感してしまうこと、睡眠時間が短いことです。研究成果が出た時、論文が世に出た時は、オオウ!!と盛り上がっています。また、子供たちが楽しそうな時や成長を感じた時に喜びを感じます。時間管理と集中、隙間時間にできることをする、切り替え(コーヒー、甘いモノ)を大事にしています。

●夢や目標

夢は今研究している材料を実用化し、実用化されたところを自分の目で見ることと、子供が自分の夢を叶えることです。目標は定年までに現在行っている研究成果を発表することです。

●学生へのアドバイス

自分の人生です。やりたいことをやって、なりたいと思う自分になってください。頑張る人を応援してくれる人はたくさんいます。大変な時は誰にでもあるけど、昔話になります。

●男女共同参画社会を考える

男女共同参画社会、ダイバーシティ推進という言葉が死語となり、私たちが生活するうえで意識なくてもいい社会、世界になる未来を願っています。



❶ 先生が人生において決断を迫られた際に大切にしていることは何ですか？

A 決断する際に不安に思ったときは自分が何をしたいのか、何をしなければならぬのかを静かに自問自答するようにしています。



講義の振り返り

- アイジー工業株式会社さんの「A(当たり前のことを)B(ばかにしないで)C(ちゃんとする)」という理念に感銘を受けた。私が普段の生活の中で何気なくやっていることを、あれこれ言わずにやっているかと聞かれれば、素直に頷くことはできないと思う。どんなに小さなことにも一生懸命に取り組むことの大切さをひしひしと感じた。また、その理念により、仕事の質だけでなく、人としての質も上がるのではないかなと思った。
- 「向き不向きは、やってみないとわからない」という言葉が非常に参考になった。私は、やる前から選り好みをして可能性を狭めてしまいがちである。実際に、大学やアルバイト先を決める時に、そうしてしまったことで苦労したことを覚えている。これからは選択肢を増やして、むしろ選択肢を減らす必要が出てくるくらいの勢いで様々なことに挑戦したいと思った。講師の方々から、大学生活には豊富な時間と機会がそこら中に転がっている

とお聞きするので、逃さないようにしたい。また、私は完璧を求めがちでもあり、他人や理想と比べることで自分を否定的に捉えてしまうことがある。これからは、「昨日の自分より1つ成長」できるようになりたいと思う。

●私は理系の話を聞くと、頭がこんがらがるのが、外壁の実物を見せてくださったことで理解がしやすかった。実際に触ってみることで、より興味を持つことができた。個人的には、「休日を寝ているだけにしない」という言葉も印象的だった。家にいることが何よりの贅沢と考えていて、まして自分から遊びに誘ったり旅行に行ったりしたことが一度もない。可能性を広げるといっても、もっと有意義な時間になりたいと思った。



講義の振り返り

- 先生のお話を聞いて参考になった点は、チャンスは平等にあるという点である。私は「自分が成長するチャンス」が来たとかでも、なかなかそのチャンスを掴もうという気持ちにならないという経験をしたことがあったからだ。
- 先生の講演を通して、自分が周りからどう思われているかを気にして行動に移せなかったことや、自分のやりたいことをやった方がいいということに気づけた。そして、やればやるだけ身につくというお話は、私も経験したことがあるのでよく理解することができた。
- 私は今まで対立することが苦手だったので自分の考えを折り曲げていたが、もし自分の考えが通らなくても先生のように「あ、そう」と流せるようにしたいと思った。

- 選択を迫られたとき考えるのではなく、あえて考えずに静かな場所で自問自答する時間を作ることは、自分と見つめあう貴重な時間になると思った。
- 性別も年齢も生まれも関係なしに能力さえあればチャンスは誰のものにも訪れるというのは、一生懸命努力している人に対してはすごく希望を持てることなのではないかなと思った。
- 自分の身に着けた知識や経験は誰にも奪い取ることはできないというのは心にためておきたい言葉だと思った。今勉強して得た知識は、いつかきっとどこかで自分を支えてくれると考えればやる気も出てくるのではないかなと感じる。今回の講義は間違いなく今後の人生の橋頭堡になると思う。



楽しみのためにコツコツと

12月11日(水) 14:40~16:10

講師 **井上 麻美子**
山形大学学術研究院准教授(教育実践研究科担当)

Profile
40歳代
山形県出身

専門は教育経営・学習開発。授業づくりについて研究している。山形大学を卒業し、1998年から県内の小学校教員となる。2015年山形大学附属小学校赴任、2023年山形大学大学院教育実践研究科赴任。趣味はピアノや音楽鑑賞。

●就職した動機と仕事の内容

はじめに「教師になりたい」と思ったのは中学生のとき。高校に入って、なりたい職業がさまざま変わるが、最終的に「教師になりたい」という思いに戻り、山形大学に進学。卒業後、25年間小学校教員として勤務。2023年から山形大学の教職大学院の教員となり、学習者の視点からの授業づくりについて、講義や研究に取り組んでいる。

●これまでの道のり

中学の担任の先生の姿を見て、「教師になりたい」と思うようになった。高校では、文理選択、職業・志望大学の選択など、迷った末、山形大学教育学部に進学。教育実習を体験し、「教師になる」と決意。合格後、生まれ育った西置賜地区で3つの小学校に勤め、その後、山形大学附属小学校に勤めた。それぞれの小学校で学びがあり、今の私を形作っている。

●ワーク・ライフ・バランス

教師はなりたと思ってなった仕事。楽しいし、やりがいもあるが、悩んだり、落ち込んだりするときもある。今までこの仕事を続けることができたのは、仕事以外に「楽しみ」を作ってきたからだと思う。仕事以外の「楽しみ」は、頑張って働いた自分へのごほうびだった。

●夢や目標

自分らしく「自分の人生」を歩んでいきたい。そのために、「今」を大事にする。そして、自分の人生に責任をもつ。健康は人生の土台。心身の健康を保っていきたい。

●学生へのアドバイス

人生における選択の根拠がプラスの感情だといいなと思う。消去法で選んだ道でも、結果「好き」「やってみたい」「おもしろそう」というプラスの感情が生まれているなら、それでいいと思う。

●男女共同参画社会を考える

「男と女で違う」というより、「一人一人が違う」という思い。自分との違いが明らかになったとき、その相手を責めたり排除したりするのではなく、「こういう人もいるんだなあ。」と思うようにしたい。



Q たくさんの子供たちと関わる上で大切にしていたことは何ですか？

A 児童・生徒を〇年〇組の生徒ではなく、個人としてみることを大切に、一人一人の良いところを見ようにしていました。あとはいい子や悪い子などのレッテルを貼らないようにしていました。



講義の振り返り

- お話から「自分の思いと他人からこう思われたいという思いがずれたとき、他人からこう思われたいという思いを尊重してもよい」という言葉が印象に残りました。
- 「今やるべきことに真摯に取り組む」というフレーズを日々意識して生活したいと感じました。そして人生を今よりもっと楽しみたいです。
- 私は何かをコツコツと続けることが苦手なので先生のコツコツ準備することが出来るという部分を見習いたいと思いました。
- 選択に迷ったとき、その選択を選ぶ理由が「おもしろそう」や「やってみたい」などのプラスの感情だいいという言葉が印象に残りました。
- 先生の高校の選択や進学する大学を選ぶ時の話をお聞きして、まるで私の話をされているような気がしました。
- 私は何かを選択する際に、これは今後も役に立つ、これは

- はそれほど必要ないなどの基準で真っ先に選択肢を消すのではなく、おもしろそうなものを選んでみようと思いました。
- 家族の職業によっては仕事とプライベートの境界がなくワークライフバランスの在り方が異なるため、全員に合った体制を作ることは難しいと改めて考えさせられました。
- 教員の仕事について聴くなかで、求められる能力の多さや悩みなど大変さがわかる一方で、教師という職業も楽しそうだなと思うほど魅力がひしひしと伝わってくる講話でした。
- 将来のやりたいことがこれから変わっていき、今目指している職業ではない職業を、目指すこともあるかもしれないと感じました。
- 今、目指している夢を大切に、今できることを探して今を楽しめたらいいと思いました。



山形での教育者としての歩みと未来の展望

12月18日(水) 14:40~16:10

講師 **山口 優**
山形県立東桜学館高等学校 教諭

Profile
30歳代
山形県出身

山形県立東桜学館高校で、国語科の教員をしている。母校米沢興譲館高校での勤務を経て、2023年より、中高一貫校である現任校に中学校教諭として赴任。今年度より現職。趣味はサッカー観戦(モンテディオ山形)。

●就職した動機と仕事の内容

生まれ育った山形への恩返しをしたいという思いから、山形で高校国語の教員になった。現在は中高一貫校に所属しており、中学生と高校生の授業をどちらも担当している。

●これまでの道のり

幼い時から教員を志していたが、大学進学にあたっては、教育学部以外への進学も考えた。最終的には宮城教育大学に進学したことで教員になる決意を固めた。大学院にも進学したが、教授の勧めもあって大学院一年目から教員採用試験を受験し、運よく合格。大学院を中退し、母校の山形県立米沢興譲館高校に赴任した。部活動指導にも積極的に関わりたいという思いから、指導者の公認資格も取得した。

●ワーク・ライフ・バランス

教員としての経験を積んでいくにつれ、仕事に対するストレスはあまり感じなくなった。むしろ教材研究等には時間を忘れて没頭してしまうので、生産性を高めて働くように意識はしている。まずは自分のスキルや専門性を高め、その後自分でバランスをとれるような方法を学んでいき、他職種の状況を聞けるようなネットワークがあると視野も広がって良い。

●夢や目標

働き方改革の一環で、部活動等、学校で担当していた業務も社会で請け負うという状況が進んでいくと思うので、その橋渡しや調整役が求められると感じている。教員の枠組みを超えて、そういった役割を担いたい。

●学生へのアドバイス

自分が知っているものの中でしか進路は選べないので、多様な体験・経験をすることが大事。キャリア形成において、「自己理解」「自己決定」は必須要素であるので、他者との関わりを通して自分というものを考えていってほしい。

●男女共同参画社会を考える

日本社会に限らず、世界全体が男女共同参加という前提で進んできている。その影響は私たちの暮らし等の身近なところにも及んでいる。従来の価値観をアップデートしながら、自身の思考を柔軟にし、視野を広げていかなければならないと感じている。



Q 視野を広げるために、何かしていることはありますか？

A 教員という仕事に直接関わらない分野のことだと思っても、多様な視点を持てるように積極的に情報収集している。



講義の振り返り

- 今回の先生のお話を聞いて、自己決定の重要性を私自身の経験から感じることができた。私自身がこれまでの進路決定を自分で行ってきたため、あまり幸せと感じていなかったが実はとても恵まれていたことなのだと気づくことができた。
- 今回の話を通して、さまざまな経験をしたことで成長することができたということがとても腑に落ちた。今回のお話は私の中で納得する部分がとても多く、内容に共感することができた。これからはより両親に感謝しながら様々な経験を積んでいきたいと改めて感じた。
- ワークライフバランスのこれからの変化について人口減少や働き方の変化、各個人のプライベートの時間配分といった観点からどのように変化していくのか、どのような対応をすべきか等を知ることができた。
- 自身の経験や判断基準について、先生のお話からこれまでの人生の中で自身が成長したとぼんやり感じていた出来事が、あの時確実に自分の中で成長したという

- 考えを持つことができた。先生のお話や自身の経験を参考に大学生活でこれまでより成長するためには自己決定することを念頭に置くべきだと感じた。
- 先生の効率的に物事に取り組む行動力は普通の人にはないものであると感じた。変化をあまり好まない人が多い中でより良い方へ変化させていく実行力はとても素晴らしい能力である。この問題解決能力は先生が常に疑問を持ちながら生活していることに起因していると考えられる。疑問を解決しようとする積極性こそが重要であると考えている。
- これからの働き方についてワークライフバランスがより重要視されていく中で、従来の働き方に比べてこれは生産性が重要視されていくことにより、一層仕事とプライベートのバランスが難しくなると感じた。お話の中であつたように、仕事で成果を出すためには時間が不可欠ということは変わらずに、働き方が変化したことでもワークライフバランスがより困難になっていると考えられる。

