

国立大学法人 お茶の水女子大学 グローバルリーダーシップ研究所

令和5年度
お茶の水女子大学論
ロールモデル講演集



お茶の水女子大学
Ochanomizu University

リーダーシップ養成の実践のために

「お茶の水女子大学論」は、キャリアデザインプログラムの基幹科目の1つで、主に1年生を対象としています。本年度は対面形式で開催し、1-4年生合わせて150人以上の学生が受講しました。

この授業は、お茶の水女子大学の特色を知り、自らの将来をイメージしながら学生が在学期間を有意義に過ごすための導入的講座で、5つの要素^(※1)から成り立っています。本講座では、学部生がお茶の水女子大学の歴史と現在を学ぶことを通して、本学の教育カリキュラムを自律的に選択し、授業を有効に活用し、社会の様々な場面でリーダーシップを発揮する人間として成長することを目指しています。本冊子は、その一環として行われた、卒業生

によるロールモデル講演の内容をまとめたものです。5回のうち掲載許可をいただいた講演録を掲載しています。

第1回(5/31)は中川晴美氏、第2回(6/7)は境麻千子氏、第3回(6/28)は平野由里子氏、第4回(7/12)は尾崎敦子氏、第5回(7/19)は中村久美氏にご担当いただきました。講師からは、学生時代の過ごし方を含めたご自身のキャリアパスや、現在の仕事内容などをご紹介いただき、さらに職場での体験・経験などを通じて得たこと、ご自身のワーク・ライフ・バランスなどについてもお話しいただきました。ご登壇いただいた皆様にはこの場を借りて改めて御礼申し上げます。

グローバルリーダーシップ研究所

(※1)

1. 学長による講演
2. 本学の歴史、本学の学生の特徴、学内の各種プログラムを知る
3. 本学卒業生のロールモデルから学ぶ
4. 企業、起業等について学ぶ
5. 特別講演

目次

リーダーシップ養成の実践のために	2
「自らの可能性を広げ、人生を豊かに！」	4
中川晴美 東日本旅客鉄道株式会社（JR 東日本）執行役員 千葉支社長、キャリアコンサルタント 家政学部被服学科 卒	
「STRAY SHEEP の未来」	5
境麻千子 東日本電信電話株式会社 執行役員、キャリアコンサルタント 文教育学部国文学科 卒	
「社会の中で生きる、地域の中で育つ」	7
平野由里子 神奈川県松田町議会議員 文教育学部仏文学科 卒	
『『偶然』によって紡がれた私のキャリア ～品質保証の仕事そして家族に出会うまで～』	8
尾崎敦子 味の素株式会社 コーポレート本部 品質保証部 マネージャー 理学部生物学科 卒	
「さまざまな出会いを通して、 臨床心理士・公認心理師としての自分と出会う」	10
中村久美 臨床心理士・公認心理師 家政学部児童学科 卒、人間文化研究科発達臨床学講座 修了	

※講演者の所属と職位は講演当時のものです。

「自らの可能性を広げ、人生を豊かに！」

中川晴美（東日本旅客鉄道株式会社（JR 東日本）執行役員 千葉支社長、
キャリアコンサルタント）

1. 自己紹介、学生時代～就職活動

私は1991年3月にお茶の水女子大学家政学部被服学科を卒業しました。もともと絵を描くことが好きで、高校時代には美大への進学も考えましたが、服飾史に興味があり、被服学科で西洋服飾史を学びたいと考え、1987年にお茶の水女子大学に入学しました。

入学後は、友人に誘われるがまま他大学のテニスサークルに所属し、テニスの腕前はからっきしだめでしたが、もっぱら「盛り上げ役」に徹したおかげでコミュニケーション・スキルを身に着けることができ、それが今でもとても役に立っているように思います。

就職活動の際には、数字や政治・経済が苦手だったため金融関係や公務員以外で、普段の生活がそのまま仕事のヒントにつながるような業種が良いと考え、メーカーやインフラ、マスコミに至るまで幅広く見て回りました。JR東日本は1987年に国鉄分割民営化により誕生した会社で、今でこそエキナカから海外に至るまで幅広い事業展開を行っておりますが、当時は関連事業がスタートしたばかりで、色々なことができそうだと思います。入社を決めました。ただ実のところ、ずっと働き続けようという覚悟はなく、30代になったら専業主婦になって美大に通いなおそうかな、などと密かに考えていました。

2. キャリア ～これまで担当してきた仕事や育児との両立について～

1991年4月、事務系大卒の3期生として東日本旅客鉄道株式会社（JR 東日本）に入社しました。入社後、新宿駅旅行センターなどを経

験したのち、4年目には本社人事部で採用を担当し、ここで仕事の厳しさを知りました。入社7年目には東京支社営業部で、以前からの念願だった宣伝の業務に就くことができました。当時、今も続く「ポケットモンスター・スタンプラリー」の初回を担当して大ヒットとなり、大きな達成感を味わいました。入社前の考えとは裏腹に、その後も長く仕事を続けることになったのは、この時に大きな「やりがい」と「仕事の面白さ」を知ったからだと思います。

その後、結婚・出産し、2度の育児休業（計約3年間）を取得しました。当時はまだ寿退社が当たり前の時代だったので、職場と保育所の間を走り回る慌ただしい生活の中で、「母親が働くことで、経済面以外で子どもにいいことはあるのだろうか」と悩み、娘にさみしい思いをさせていることにずっと罪悪感を抱きながら仕事を続けてきました。

ターニングポイントとなったのは入社17年目、本社人事部ダイバーシティ推進担当課長として管理職に登用された時です。娘が「お母さん、課長さんおめでとう」と書いた手紙を書いて祝ってくれ、それまで抱えてきた罪悪感がふっと吹っ切れたように感じました。そこからは、「一人でも多くの後輩たちが仕事と育児を両立できる環境を整えることが、これまで支えてくださった多くの方々への恩返しになる」という「恩送り」の気持ちで、両立支援制度の拡充や事業所内保育所の設立などに注力しました。

その後、横浜支社人事課長、千葉支社総務部長、本社人財戦略部担当部長等を経て、入社30年目より現職の執行役員千葉支社長を務めて

います。

3. 学生の皆さんへのメッセージ

まず皆さんにお伝えしたいのは、「無駄な経験なんてひとつもない」ということ。若い時はとにかく早くスキルを身につけたいと焦りがちですが、実は目の前の無駄と思える経験もすべて後につながっていくのです。若いときに苦労した経験は「あの時あれだけ頑張れたのだからもう少しできるかも」と、その後の自分の「ものさし」になります。「柔軟さ」や「挑戦心」も大切です。「自分の希望する仕事しかやりたくない」といって様々なことに挑戦しないのは、せっかくの可能性の幅を狭めてしまい、とてももったいないと思います。

また、「俺について来い」型のリーダーシップが苦手な、「自分にはとてもできない」とキャリアアップに不安を感じる女性は少なくないと思います。実際、私も新しいポストをアサインされる度に、そう感じてきました。で

もリーダーシップ・スタイルは人それぞれ。私は背伸びしすぎず自然体で、部下をプロとして敬い、母のようにあたたかく見守る「肝っ玉母さん」風リーダーシップを目指しています。

今では仕事と育児の両立が当たり前の世の中になりましたが、実は今も「マミー・ギルド」に悩まされているワーキングマザーは少なくないと聞きます。でも母親が働き続けることで「子どもにとっていいこと」はたくさんあると、私は確信しています。また、「幻の赤ちゃんを抱かないで」という言葉があります。出産はおろか結婚も仕事もする前から、将来仕事と育児の両立ができるだろうかと心配している女性たちはとても多いのですが、時代は働く女性に追い風です。あまり先のことを心配し過ぎず、ぜひ色々なことに挑戦してみてください。

様々な挑戦により自らの可能性を広げながら働くことで、人生をより豊かにしていきたいと思います！

「お茶の水女子大学論」ロールモデル講演 2 (2023. 6. 7)

「STRAY SHEEP の未来」

境麻千子（東日本電信電話株式会社 執行役員、キャリアコンサルタント）

校門を入り、まっすぐに徽音堂への道を歩く。18才の私に戻り、泣きそうになる。この道の一画で、大学一年の徽音祭、国文学科 34名が営んだ焼きそば屋さんの名前は「三四楼」。1908年、東京女子高等師範学校に改称したころ読まれていたのが、夏目漱石の三四郎であった。彼が密かに恋心を抱いた、聡明で知的な美禰子は「ストレイシープ」と呟く。新しい明治の幕が開いても、旧弊な考えが残り、女性を真に開放していなかった時代。迷える羊。九州の田舎から上京しお茶大生になった私は、気後れしてばかりのまさにストレイシープであ

った。そこから40年近く、紡いできたのは、でこぼこの小さな物語だ。

1989(平成元年)年、男女雇用機会均等法は施行されていたものの、女性はまだ「護られるべき存在」であり、就職情報誌の厚さ(当時は紙)も、初任給も、残業時間上限数も、男女に明確な差を設ける企業が多かった。NTTを選んだのは、「長電話が好き」という理由もあったけれど、ずっと昔から女性が働き、男女の賃金差が無いといったことも影響していたように思う。

地域情報通信事業を担うNTT 東日本は、

NTTグループにおける地域のフロント企業として「共感・協力・感謝、そして挑戦」をキーワードに活動しており、私は千葉・茨城エリアの営業・保守の責任者だ。主に法人営業の組織を渡り歩き、採用や人事育成、ダイバーシティ推進等の業務にも携わりながらキャリアを重ねた。順風満帆とは程遠く、私のモチベーションカーブは、超ぐにやぐにや。気持ちが落ちているのは全て、昇格と異動のタイミングである。そうあの頃からずっと、内なる「不」の感情(不安感、不安定感、不足感、不消化感…)と闘ってきた。20代、入社4年目に支店から本社へ異動。憧れのサービス開発は花形部署、だが仕事はちんぷんかんぷん、毎日微熱が出て、おなか鉛のように地球にくっつき布団から起きられない日々も過ごした。30代、出産して2年後に、心の準備も整わないまま本社で課長に昇進。戸惑い、焦り、悲観、疲労、ごちゃまぜ感情でパフォーマンスは上がらない。そんな時に組織の大改編があり「君のポストがないんだ」と戦力外通告を受けたものの、人事の最終局面で唯一私を拾ってくれる人が現れた。隣の部のいつもガミガミ怒鳴っている怖い部長、もう終わりだ。小さな子どもを抱えて、やれっこない。震える手で、言い訳しながら書いたメールの返信、最後の一行にあったのは「期待しています」という言葉。心が震え、この日、意思を持つスイッチが入った。

40代は部長になり、支店長になり、部下の人数も数十から数百、数千と増えていくなかで、失敗を重ねて「役割を纏う」ことを学んだ。

50代、様々な素晴らしい人と繋がり、視界は拡がり続けている。

そんな私が、大事にしているキャリア理論が幾つかある。①肯定的自己概念。入社時は通信技術や法律や経済に長けた同期に囲まれ、国文学しか知らない自分を、ただ恥じた。でも、電話100周年事業として「でんわ百人一首」を発案し、お客様から多くの短歌を寄せていただきNTTブランドの浸透に少し貢献できたとき、ああ「好き」は捨てなくていいんだと、自分を肯定し、核を持つ大切さを知った。②キャリアとライフの考え方。ワーク・ライフ・バランスという言葉があるが、バランスなんて取れっこないというのが持論。キャリアは、らせん状に進んでいく、プライベートも仕事もまぜこぜに。こうでなきゃ、と決めなくていいのだ。③ブランド・ハプン・スタンス・セオリー(計画された偶発性理論)。キャリアの計画は、難しい。好奇心、持続性、柔軟性、楽観性、冒険心を持ち、予期せぬ機会を捉えること。あなたの経験は、何ひとつ無駄じゃない。全部繋がってゆく。

プロサッカーWeリーグ誕生、宝塚歌劇団110周年、お茶大150周年。「女性のチーム」が存在することの意味は？日本のIMD競争力順位は下がり続け、ジェンダーギャップ指数は先進国最低レベル。真のDEIを実現するために、私たちは励まし合い、繋がり合い、磨き合い、日本を、世界を変えていくのだ。つなぐ、を、つよく。迷いの先に、未来は来ると信じて。

「お茶の水女子大学論」ロールモデル講演3 (2023.6.28) 「社会の中で生きる、地域の中で育つ」

平野由里子（神奈川県松田町議会議員）

先日6月28日に、自分が今所属している地方議会のことや、政治分野での女性の状況などについて話をさせていただきました。関東平野の端っこの小さな町の議員の話でよいのかしらと不安もありつつ、でもだからこそ、在校生の皆さんにとって、あまり馴染みのない世界のことを知ってもらえる減多にない機会と思いお引き受けしました。

学部時代は文教育学部仏文学仏語学科に在籍しており、6人の小規模なクラスで、今も続く交友を育みました。夕方、週2くらいでフランス語のダブルスクールにも通いました。卒業前、2ヶ月近くフランスに語学研修にも行きました。

卒業後に入った会社は美術展の企画会社でした。カタログ編集部にいたので、仕事しながら勉強していたようなもので、やがて興味が募り、お茶大の修士課程人文科学研究科美学美術史専攻に入りました。

主に17世紀ヨーロッパ美術を研究し博士課程にも進みましたが、子育てと並行し、保育園探しや子どもの急病、また時間配分の悩みなどに加えて、我が子はアレルギー体質、特にアトピー性皮膚炎がひどく、子育て環境を変えるしかないという決心に至りました。実際のところ、私も疲れ果てていました。それで1992年、子どもが幼稚園年長の時、実家のある神奈川県西部の松田町に帰ることとなったのです。

良い空気のおかげで子どものアトピーも改善し、私自身も実家の助けを得て元気を取り戻しました。PTA や子育て団体、生協など、地域活動にも関わりながら、食や環境、平和問題に興味を持ち始めたのもこの頃です。

阪神淡路大震災、地下鉄サリン事件、アメリ

カ同時多発テロ、などが起こり、混迷の時代に突入した認識を抱くようになっていましたが、東日本大震災と福島原発事故を目の当たりにして、大切なことから目を背けてきたのではないかと自省しました。知らんぷりで逃げていると、世の中は自分が望まない方に進んでしまおうと思いました。

その後原発関連の映画会をやったり住民運動に取り組むうちに、身近な政治の世界に飛び込む決心がつき、2015年に町議選に挑戦して当選しました。

地方議会という世界に入ってみて痛感するのは、やはり多様性のなさ。議会は有権者の多様性を反映すべきだと思うのですが、圧倒的に高齢男性が多い現実。教育、子育て、福祉、文化など、生活密着のテーマについては、ほぼ女性議員が担っています。仲間を増やしたくて、現在3期目の改選前なので女性候補を掘り起こそうとしていますが、不発です。田舎のせいかな、もの言う女性に対する目が、未だ奇異なものを見る目だと感じます。議会だけではなく、PTA 会長、自治会長、いろいろな団体の代表なども、女性は少ないです。おそらく全国津々浦々、この状況を変えていかなければ、ジェンダーギャップはいつまでも埋まらないでしょう。

若い方に伝えたいのは、政治から目をそむけないでほしい、ということです。皆さんの生活の全てが政治に結びついていると言っても過言ではありません。そして国政ばかりではなく、自分の住んでいる自治体の政治にも目を向けてほしいです。身近な議会のホームページをのぞいて、一般質問のテーマをチェックしてみてください。自分が興味のあるテーマ

を取り上げている議員がいたら、ぜひ傍聴に行ったり、配信を見たり、その人にコンタクトを取ってみて下さい。住民に関心を持っている議員なら、きっと対話を望んでいると思います。

まずは社会の中でしっかりと生きて、地域に関わって暮らしながら、自分たちのことは

自分たちで決める姿勢を大切にして、考えて発言して下さい。そしていつか、セカンドキャリア、サードキャリアとしてでもいいので、自分が政治の世界に踏み出すという選択を真面目に考えてくれると嬉しいです。その時は応援に行きますよ。一緒に頑張りましょう！

「お茶の水女子大学論」ロールモデル講演4 (2023. 7. 12)

『『偶然』によって紡がれた私のキャリア ～品質保証の仕事そして家族に出会うまで～』

尾崎敦子（味の素株式会社 コーポレート本部 品質保証部 マネージャー）

0. プロローグ

皆さんは今、何をしている時が一番楽しいですか？今、一番頑張っていることは何ですか？今、一番お金をかけていることは何ですか？「キャリア」と聞いて、皆さんは何を思い浮かべますか？私のキャリアを一言でいうと『偶然のチャンスをつかみ続けた今』。本日は、「偶然のチャンス」をテーマにお話をしたいと思います。

1. お茶大での6年間

大学時代に時間を使ったこと Top3 は①テニスサークル②バイト③勉強 そして、そこから得られた今に生きている経験としては、①オジサンとの付き合い方(サークルの OB) ②微生物との付き合い方 ③お酒との付き合い方 ④最後は何とかなる、という心構え。この時学んだことは卒業して20年たってもいろいろなところで生きています。

氷河期の末期だった就職活動。「就職」については、ずっと働きたい、実験が好きだから研究職がいい、と思っていました。辛い就職活動に耐えつつ、最初に内定をもらったのが「味の素(株)」。

学生時代は、「お金を払ってやりたいことに打ち込めた時期」そして「自分の想定していた人生」を送れた最後の6年でした。

2. 味の素(株)での20年の歩み

今年に入社してからちょうど20周年の年に当たります。今、私は品質保証部という部署にいますが、入社した当時は、20年後にここにおいて、子供を育てながら、こんな働き方をしているとは想像もつきませんでした。この20年、幾度となく「人生の選択」を迫られ、巡ってきたチャンスをすべて受け入れて来た結果が今なのです。

初めに巡ってきたチャンスは、入社4年目。研究者としてやっていくことに行き詰まりを感じていたところに、九州の開発部門への異動の話が。

次のチャンスは、九州に異動して4年目。海外に異動希望を出すのか、研究所に戻るのか、悩んでいた最中に来た、組合専従の話。

一番最近、品質保証部の異動直前に15歳年下の夫と出会い、結婚する？しない？という選択を迫られました。

とにかくいろいろなことに挑戦し、新たな

キャリアの軸を増やし続けた 20 代、30 代。そして、キャリア軸のバランスに変化が見え始めた 40 代前半でした。組合時代に、当時東レ経営研究所にいらっしゃったワーク・ライフ・バランスの第一人者佐々木常夫さんから「20 代、30 代はがむしゃらに働いて自分の限界を知り、40 代はその貯金で働くんだよ」と言われたことを、今、身をもって実感しています。

3. そして…皆さんへ

私のキャリアから、皆さんにお伝えしたいこと、まとめてみました。

一つ目は、「偶然」や「想定外」に起こることを楽しむこと。自分の頭で考えることには限界があります。「偶然」や「想定外」こそが自分の可能性を広げてくれます。メジャーリーガー大谷翔平も「先入観は可能を不可能にする」と言っています。巡ってきたチャンスはタイミングを逃さずにつかみ取ってください。

二つ目は、「思考は実現化する」。私のキャリアは、すべてが偶然だったわけではなく、「こうだったらいいなあ」「こんなふうに仕事をするにはどうしたらいいかな」と考えて、実現す

るための行動を無意識にとっていたのだなあ、と思います。「こうだったらいいな」は頭の中に留めずに、ぜひ、友達や家族、恋人に話してみてください。

三つ目は、「たくさんのキャリアの軸を持つこと」。「行動したこと」すべてキャリアの軸になります。失敗も成功も全てです。たくさんの軸はやがて自分を支える大きな土台、そして強みとなるのです。「興味のアンテナ」を張って、たくさんのチャンスに出会ってください。

最後に、今回の講義内容は「サクセスストーリー」のように見えますが、私のキャリアのほんの一部分にすぎません。人間関係で苦労した話、それを乗り越えようともがいた話…苦労話もたくさんあります。皆さんが私の年齢になるまでには、あと 20 年以上あるので、本当に色々なことが起こると思います。苦しいことに会ったとき、そういえば、いろいろ大

変なこともあったけど、「なんでもチャンス」と言っていた陽気な先輩がいたなあ、なんて思い出していただけたら、幸いです。皆様のこれからの学生生活、そして卒業後の人生が素晴らしいものになりますように。



「さまざまな出会いを通して、 臨床心理士・公認心理師としての自分と出会う」

中村久美 (臨床心理士・公認心理師)

人生の折り返し地点ともいえる節目にお茶大生のロールモデルの一例としてお話する貴重な機会をいただき、感謝しております。

臨床心理士・公認心理師として、主に医療機関や大学の学生相談機関で働いてきた自分が、お茶の水女子大学との出会いから始まり、個人・職業人としていかに成長してきたかの紹介を軸に、大学生とカウンセリングする中でよく話をするテーマを少し盛り込んでお話ししました。経験上、盛り込みすぎると聞き手に伝わりにくかったり、不安を与えると考え、なるべくシンプルを心がけましたが、学生さんからフィードバックをいただき、私が伝えなかったことまで学生さんが受け取ってくださっていて、お茶大生の理解力や共感力の高さに軽い衝撃を受けました。また、今後の人生でネガティブになりがちな出来事に学生さんたちが遭遇した時に、何らか私の話が役立つと良いと思い、その点も意識してお話しました。

1. 大学在学中の生活 (授業、サークル、旅行、アルバイトなど)

学部生時代は、テニスサークル、家庭教師・塾やサービス業のアルバイトなど、普通の大学生の生活でした。将来について考え、臨床心理士になりたかったと言ってその後の人生を過ごすのは嫌だと思い、大学院に進学しようと考えました。専門に近いアルバイトをしながら、大学院浪人することになり、大学に進学する前にも浪人を経験していますが、どちらもネガティブな経験となりうるものでありながら、自分にとってはそれ無しには今の自分はいないと感じるほど、非常に得難い経験で

財産となりました。院生時代は、不登校訪問事業や治療的家庭教師、医療機関のデイケアなどのアルバイトで勉強させてもらいました。

2. 現在の仕事の内容、現在の仕事に就いた経緯

精神科クリニックでの約5年の常勤、看護学校での非常勤講師、保健所での検診、公立高校でのスクールカウンセラー、5つの大学での学生相談や障害学生支援業務を経て、現在は2つの大学で学生相談・障害学生支援に携わっており、学生さんの対人関係や心理性格、学業や将来の進路に関する相談に乗っています。臨床心理士・公認心理師の仕事には医療や教育、福祉、産業などの分野がありますが、自分にとっては大学生と向き合う学生相談がもっとも楽しくやりがいを感じられる仕事です。

3. 仕事をするなかで感じていること (ワーク・ライフ・バランス、リーダーシップ経験など)

今のように教育カリキュラムが整っていなかった時代で、経験の浅い時期には、何もわからないまま現場に飛び込み、勉強しながら夢中で仕事をしてきましたが、心身共に燃え尽きのような状態となり、精神科クリニックの常勤職を退職し、その後は主に非常勤で大学の学生相談の仕事をしてきました。契約職員として働いている時に結婚や出産をしたので、育児休暇もいただくことができ、独身時代は120%以上を仕事に傾けていましたが、結婚・出産後は週3、4日で働き、実家の協力も得ながら、なるべく家族に支障の出ないよう心がけ、子どもが中学生になってから週5日で働

き始めました。仕事では、相談室で学生を待つだけではなく、学内で生じている様々な問題に関わらせてもらいやすい小規模大学で仕事することが面白いと感じる自分を感じています。初めはクライアントに人として誠実に向き合うしかできなかった自分が、勉強と経験を重ね、臨床心理士・公認心理師としての専門的な役割をいかに引き受け、何ができれば良いかが分かってきたことで、専門職として仕事ができるようになってきたと思っています。

4. 在学生に伝えたいこと、アドバイスなど

これまでの自分の経験から得意なこと、苦手なこと、どんな時にイキイキするか、どんな自分になりたいか、などを振り返り、自分をよく知って社会の中で自分を活かして行ってほしいです。そして、自分の本音や希望を守り、実現しようと思うときに、場面の目的や状況に合わせて、自分の多様な面を活用しながら自分らしさを発揮することで、自分の軸を大事にしながら成長していけるのではないかと思います。一人で困った時は大人や先輩に聞いてみるのもお勧めです。皆さんの今後を応援しています。





令和5年度 お茶の水女子大学論 ロールモデル講演集

発行日 令和5年9月30日

発行 国立大学法人 お茶の水女子大学 グローバルリーダーシップ研究所
〒112-8610 東京都文京区大塚2-1-1 人間文化創成科学研究科棟506室

E-MAIL: info-leader@cc.ocha.ac.jp

TEL: 03-5978-5520

<https://www.cf.ocha.ac.jp/igl/>

編集責任 グローバルリーダーシップ研究所 特任講師 チンテザ・アンドレア