



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7年度

お茶の水女子大学論 ロールモデル講演集

2025



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、学部1～4年生を合わせて約150名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。許可をいただいた講演録を掲載しています。

本年度は、第1回(5/14)長井超慧氏、第2回(5/21)坂本香織氏、第3回(5/28)三浦友里恵氏、第4回(6/11)高山美和氏、第5回(6/25)今成智美氏にご登壇いただきました。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あらためて感謝申し上げます。

グローバルリーダーシップ研究所

(※1)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------|
| 1. 学長による講演 | 3. 本学卒業生のロールモデルから学ぶ |
| 2. 本学の歴史、本学の学生の特徴、
学内インターンシップ制度を知る | 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
-----------------------	---

私のキャリア戦略 普通のお茶大生、世界一を目指す.....	4
-------------------------------	---

長井 超慧

東京大学 大学院工学系研究科 人工物工学研究センター/原子力国際専攻 工学部システム
創成学科 准教授
理学部情報科学科 卒

「未来をひらく」エッセンス.....	6
--------------------	---

坂本 香織

第一生命ホールディングス 執行役員 Group Chief Brand and Culture Officer
文教育学部中国文学・中国語学専攻 卒

紆余曲折したキャリアと自己理解.....	8
----------------------	---

三浦 友里恵

専修大学 商学部 講師
理学部化学科 卒

短・長・中・そして長	10
------------------	----

高山 美和

パナソニック株式会社 コンシューマーマーケティングジャパン本部 PX ドリブンセンター
常勤、相模女子大学・中央学院大学 非常勤講師
家政学部家庭経営学科 卒

『それから』～歩きたいから歩く、私の学生時代を振り返って～.....	12
------------------------------------	----

今成 智美

お茶の水女子大学附属高等学校 国語科教諭
文教育学部言語文化学科 卒

※登壇者のご所属は講演当時のものです。

私のキャリア戦略 普通のお茶大生、世界一を目指す

長井 超慧 (東京大学 大学院工学系研究科 人工物工学研究センター/原子力国際専攻
工学部システム創成学科 准教授)

1. はじめに

東京大学で工学系の准教授として、形状モデリングというコンピュータを使った形の処理技術を研究しています。自分の活動が社会に役立つ実感を生きがいに、毎日、楽しみに仕事に行っています。

この度お茶の水女子大学論の講師にお招きいただき、大変嬉しい気持ちで母校の門をくぐりました。久しぶりに会ったお茶大生の方々は品格があり、授業後の感想文からも本当にしっかりされていることが伝わってきました。地方から上京しボンヤリした学生だった当時の私と同じ学生とはとても思えません。

そんな私が現在、世界トップ/オンリーワンを目指す仕事である理系研究者として大学で教鞭をとっています。講義では、この変遷とその過程で形成した戦略を紹介させていただきました。

2. 学生時代

ボンヤリ系真面目学生だった私は、仮面浪人のつもりで入学したものの、大量の宿題に気をとられて結局卒業まで在学しました。単位の充足が心配で、空きコマには全部授業を入れました。学究肌でしたので、情報科学科なのに興味の赴くままに先進的な物理の本を読んでは触発され、先生方を訪問したこともありました。先生方はお忙しく

されていたでしょうに、いつも温かく向き合って下さったことには感謝の念に堪えません。

4年次、友人の影響で東大の大学院を受験しました。居心地のよいお茶大で進学希望だったのですが、先輩に諭されて東大に決めました。幸運にもお茶大では親切な先輩や先生、友人に恵まれましたが、サークルやバイトをしなかった私は情報に疎く、進学の際は苦勞しました。他の人の意見を聞くことはとても重要だと思います。

大学院では、現在も続けている形状モデリングの研究を始めました。学部までは理学を志す理論派だったのですが、大学院から徐々に工学寄りになりました。分野が変わったことで、異分野の壁にぶつかりました。自分で調べず友達についていった主体性のなさが原因です。理学と工学では、研究テーマの設定法も、数学さえも全然違うのです。質がだめなら量で頑張ろうと、誰よりも長時間研究に費やすことを意識し、研究室で徹夜もしました。同じく泊まり組の同期と徹夜で飲み会をしたのは楽しい思い出です。大学院では自主的に研究することが求められましたが、研究が何なのかよく分からず苦勞しました(理系の研究は「新規性・優位性・有用性があるものを生み出し公知する活動」です)。

こんな調子だったので、修士課程では十

分研究できなかったという思いがありました。また、先輩研究者から「博士号は研究をするためのパスポート」と聞き、業績不足の身には分不相応なことでしたが、博士課程への進学を志しました。博士課程の研究室は留学生が多く、仲間に恵まれ楽しい3年間を過ごしました。国際学会デビューし海外出張の醍醐味を味わったり、理論だけでなく応用の重要性を知ったのもこの時期でした。理論と応用をうまく統合した当時の研究成果は私の一番のお気に入りです。博士号取得の条件は厳しかったものの、素晴らしい先生方の下、学位を取得することができました。この時の先生方とは今でも一緒に研究しています。

3. 留学

社会人になり、憧れの海外留学の機会を得ました。オーストリアのウィーン工科大、サウジアラビアのアブドゥラ王立科学技術

大でポスドクとして働きました。外国人のみの異文化の中で、英語もできず日々精いっぱいでしたが、多様な視点・寛容性・英会話の重要性の気づきなど、得たものは多く、今も役立っています。

4. 終わりに

このように、決して余裕で大学教員になったのではなく、いつも精いっぱい何とかここまで来ることができました。その道のりを振り返ると、決め手がいくつかあったように思います。それは、興味をもって色々試すこと、努力し希望通りでなくても進んでみることに、人に意見を聞くこと、感謝すること、「自分が知らない」可能性を考慮することです。私はこれらを長い時間をかけて経験から学びましたが、皆さんにはぜひ今から一つでも試していただき、人生を佳くすることに役立てていただければ嬉しく思います。



長井 超慧先生 ご講演

「未来をひらく」エッセンス

坂本 香織 (第一生命ホールディングス株式会社 執行役員
Group Chief Brand and Culture Officer)

1. お茶の水女子大学と私

私は第一生命ホールディングスでブランド戦略やコミュニケーションの責任者をしています。これまで、他にも(株)ベネッセホールディングス、(株)良品計画で経営戦略やコーポレートコミュニケーションの領域を軸に仕事をしてきました。

学生時代は、勉強に恋にアルバイトに、全力で過ごした4年間でした。当時から社会で仕事することへの強い関心がありました。まだインターンシップという制度がなかったので、近くにある講談社に直接行って「アルバイトしたいのです」と訴えたところ、人事部長さんが出てきて対応してくださり、様々な部署の仕事を体験することができました。お茶大は自立心旺盛で、目指すものに向かって真っすぐに進んでいく友人や先輩が多かったように感じます。大学の風土や仲間と過ごした時間が今の自分を創ってくれていると感じます。

2. 企業理念とブランドとは

企業理念とブランドとは何か、についてお話します。企業理念は「社会における企業の目指す姿」のことです。ブランドは「ステークホルダーの心の中に形成される、企業に対するイメージや感情」のことです。理念とブランドは繋がっています。企業理念を社内で共有し社員が共感すると、情熱や新

しいことに取り組む力が生まれます。そして社員がステークホルダーとの接点で力を発揮することで、ステークホルダーの心の中に「ブランド」が創られていくのです。

私が勤務した3つの企業の共通点は「企業理念に共感できる」ことです。ベネッセの企業理念は、社名である「Benesse=よく生きる」です。生活ブランド「無印良品」を営む良品計画の企業理念は「感じ良い暮らしと社会」の実現。また、第一生命グループの理念は「一生涯のパートナー」です。企業理念を浸透させることで、それを社員の皆さんのエネルギーに繋げ良いブランドを創っていく。これが私のライフワークです。

3. 自身のキャリアと学生の皆さんへのメッセージ

私のキャリアは順風満帆だったわけではありません。今の第一生命での勤務は2度目、「出戻り入社」です。新卒で当時第一志望だった第一生命に入社しましたが、バブル崩壊の激務の中で自身の未来を描けず3年目に退職をしてしまいました。その後、縁のあったベネッセに転職し、商品企画やマーケティングの仕事をする中で、徐々に自身の得意分野であるコミュニケーション力や創造力を発揮することができるようになっていきました。また30歳のときには経営企画部で経営改革を目の当たりにし「いつ

か経営に携わりたい」と思うようになりました。その後広報部へと異動になり、コミュニケーション業務が自分の軸になりました。一方で広報をする中では大きな企業不祥事にも直面し落ち込み悩んだこともありました。

良い時も悪い時も自身をいつも支えてくれたのは「Third Place」ともいうべき、経営や広報に関する外部での学びでした。中でも早稲田大学大学院経営管理研究科で「理念とブランドの関係」の研究を行ったことは、思いがけず現在の第一生命でのミッションに繋がりました。離れてもファンであった第一生命の成長をドライブすることに参画できる今の業務に、とてもやりがいを感じています。

感じています。

20代の私は「人に比べて自分ができないこと」を数えていました。今は「ほかの人と違って自分が貢献できること」を大事にしています。キャリアについて思うことは、「みんな違ってみんないい。」です。それぞれの道を歩む中で積み上げた、それぞれの観点や得意を発揮することで、チームにも力が生まれると信じています。私がお仕事をするモチベーションは、「昨日できなかったことができるようになる、昨日見えなかった景色がみえる、昨日知らなかった人と今日は出会える」ということです。ぜひみなさんも、それぞれの道を歩み未来をひらいていってください。



坂本 香織先生 ご講演

紆余曲折したキャリアと自己理解

三浦 友里恵 (専修大学 商学部 講師)

1. 私の経歴

お茶大在学中の専攻と現在の私の仕事は一見すると全く異なります。具体的には、理学部化学科に入学し、卒業研究ではニッケルの化合物の合成と解析を行いました。しかし、約15年が経過した現在は大学で人的資源管理論の教員を務めています。

大学卒業から現在に至るまでの約15年間には、大きく分けて3つの経験をしました。まず、大学卒業後に化粧品・サプリメントを扱うメーカーに入社し、約5年間でコールセンターの管理、マーケティングリサーチの企画・実施、販売促進施策としてのカウンセリングサービスの構築などに従事しました。次に、20代後半で人材サービス業に転職し、企業を対象とした接客サービス調査、従業員意識調査の営業や分析を経験しました。3つ目に、30代で大学院に進学して人的資源管理論を専攻するようになり、現在の仕事に至ります。このように、紆余曲折して様々な経験を積むことになりました。

2. 私の経歴に対する自己理解

私の表面的な経歴を見れば紆余曲折していますが、私自身が主観的にキャリアをどのように捉えているのかを意味する内的キャリアに注目すると、実はそれほど変わっていないように思われます。このことを説明するために、以下では、シャインによる3

つの視点を用います。3つの視点とは、①自分は何ができるのか(才能や能力—‘can’)、②自分は何をやりたいのか(動機や欲求—‘want’)、③自分は何に意義や価値を感じるのか(価値—‘value’)というものです(武石, 2016)。これら3つの視点を用いて、「化粧品の商品企画の仕事に就きたい」と考えた21歳の私と、「人的資源管理の研究職に就きたい」と考えた32歳の私を比較していきます。

21歳の私が「化粧品の商品企画の仕事に就きたい」と考えたのは、徽音祭の実行委員としてグッズを制作し、早期に完売できたことにささやかな充実感があったからです。この経験を3つの視点と照らし合わせると、①自分は新しいことを企画するのが得意だと感じる、②自分がワクワクし、飽きずに取り組めることがしたい、③自分の取り組みが形に残ることに価値を感じると感じていたように記憶しています。これらの自己理解も作用して「化粧品の商品企画の仕事に就きたい」と考え、大学卒業後に化粧品・サプリメントを扱うメーカーに入社しました。

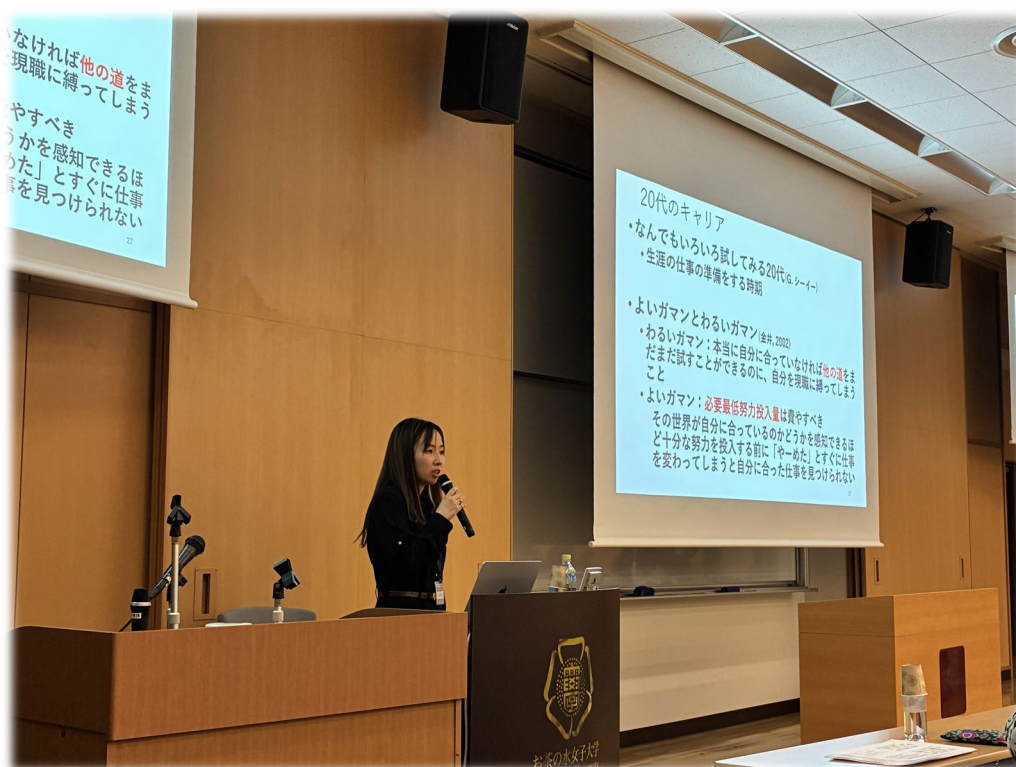
同様に、32歳の私が「人的資源管理の研究職に就きたい」と考えた背景には、大学院で論文を読み書きした経験があります。この経験を3つの視点と照らし合わせると、上記の21歳の自己理解がブラッシュアップ

されたことが分かります。まず、①新しいことを企画するのが得意だと感じていましたが、新しいことを企画するために行う課題の分析が得意なのだろうと自己理解が進みました。次に、②自分がワクワクし、飽きずに取り組めることがしたいという願望に対し、自分にとって難易度が高いことであれば飽きない可能性があると感じ、専門性を高めることに挑戦するという選択肢の発見に繋がりました。3つ目に、③自分の取り組みが形に残ることに価値を感じていましたが、それは必ずしもモノとして形に残ることだけではなく、論文として考えを残すことでよいと選択肢が広がりました。こうして自己理解がブラッシュアップされると共に、「人的資源管理の研究職に就きたい」と考えが変わり、大学教員となりました。

したがって、私の取り組みの対象は変わりましたが、それにどのような意味を感じているのかという自己理解は経験によってブラッシュアップされただけであり、大学生の頃からあまり変わっていません。つまり、職業選択の一步目を控えた大学生という節目で内的キャリアに注目することは、その後のキャリア形成を助ける可能性があると言えます。産業・職業は数多あり、最初から適職を選択することは困難ですし、私のように紆余曲折する場合もありますが、試行錯誤した経験を通して自己理解が深まり、自分に合ったキャリアに辿り着けると考えています。

参考文献

武石恵美子(2016)『キャリア開発論—自律性と多様性に向き合う』中央経済社。



三浦 友里恵先生 ご講演

短・長・中・そして長

高山 美和 (パナソニック株式会社 コンシューマーマーケティングジャパン本部
PX ドリブンセンター常勤、相模女子大学・中央学院大学 非常勤講師)

このタイトルは、私のこれまでの人生のペース配分を短距離走、中距離走、長距離走になぞらえたものです。本稿では、皆さんの年齢に近いウォーミングアップと短距離走時代を中心に、また、その間にもらった忘れられない言葉もお伝えします。

まず、ウォーミングアップは、中学の家庭科の宿題で知った、国民生活センターの商品テスト施設に廻ります。同じ商品を買うなら、消費者のためになるものを買いたい。それが私の仕事の原点です。その興味や、家庭を中心に幅広く学べる学科ということで、家庭経営学科に入学。そして、1年次の講義で、「ヒープ(Home Economists In Business)」を知りました。自分がやりたい仕事がこの呼ばれているとわかったのはありがたいことで、3年次にはヒープ協議会の学生会員となり、就職に備えました。

大学時代に学科の先輩である故御船美智子先生(後にお茶大家政学部長)から、「縦と横のつながりを大切に」という言葉をいただきました。横のつながりである同期とは、今でも年に1度のランチ会が続いています。また、袖井孝子先生に松下電器(現パナソニック)から採用の話があった折、同期たちは「その仕事なら中村研の荒木さんがいい」と言ってくれ、そのおかげで私はパナソニックに入社しました。

縦のつながりは学科の同窓会組織の立上

げに関わったこともあり、先輩方との交流も多く、この講義の鹿住先生をはじめ、諸先輩のお声がけでゲストティーチャーや非常勤講師も経験させていただいています。また、「あなたの経験は、他の誰も同じ経験はしていない。だから自信を持っていいんだよ」という言葉も松蔭女子大学の水島かな江先生からいただき、折に触れ思い起こしています。

さて、短距離走を考えたのは、大学3年生の冬、自分の進路、現在の夫との将来のことなど、先行きが見えず、悩んだ時のことでした。先々、夫の転勤で自分の仕事が継続できないかもしれない。では、結婚までは、全力疾走の短距離走を何本もこなし、いつ終わっても悔いがない、そんな働き方をしようと考えたのです。

自分の進路について、背中を押してくれたのは、原ひろ子先生の言葉です。「新卒の条件を活かし、大きな企業に行って、会社のしくみを学びなさい。大学院は社会人になってからでも行ける。」私はこの言葉通り、大きな企業に入社し、社会人大学院の修士、また満期取得退学になりましたが、博士課程にも進学したのでした。

短距離走時代に得た忘れられない言葉が、ヒープ協議会の先輩で、同業他社のシャープ(株)で後に同社初の女性役員となった岡田圭子さんの言葉です。「『あなたともう一

度仕事したい』と言われるような仕事をしよう」。これを聞いて以来、35年近くずっと心がけています。

その後、結婚し、子どもも生まれ、ペースダウンしての長距離走になりましたが、子どもは4歳までの記憶は残らないと聞き、「学ぶなら今だ」と職場の課題をテーマに社会人大学院に進学。修了後に管理職になってからは、中距離走となりました。責任もあり、脂の乗った時期ですが、子どもも小学生だったので、泊まりがけの出張は避け、必ず朝食を一緒に取って学校へと送り出し、学校行事はもれなく出席しました。

子どもの高校卒業を機に、自由度が上がり、自分の趣味の時間も増え、人生がさらに豊かになったように思います。定年前の会社生活は中距離走から少し加速し、ラストスパート。そして定年を迎え、延長雇用となったのが現在です。人生100年時代、これからは長距離走です。

振り返ると、若い頃は、点でしかなかったものが線になり面になっていくものだと思います。皆さんは、自分の経験は他の誰も経験しておらず、それが自分の強みだと考えて、これからの人生を自分のペース配分で歩んでいただければと思います。



高山 美和先生 ご講演

『それから』～歩きたいから歩く、私の学生時代を振り返って～

今成 智美 (お茶の水女子大学附属高等学校 国語科教諭)

1. 自己紹介

私は 2012 年から同じキャンパス内にあるお茶の水女子大学附属高等学校で国語科教員として勤務しています。私が教員になるまでの足跡を振り返りながら、反省点も含めてお話することで、何か少しでも皆さんの人生のお役に立てればと思います。

私は群馬県館林市の出身で、高校を卒業するまでずっと群馬県の公立学校で過ごしてきました。私の父が埼玉県 of 公立学校の教員、母が栃木県の公立学校の教員だったこともあり、「教員」という仕事が、幼少期から自分にとっては最も身近な職業でした。

2. 大学入学後

文教育学部言語文化学科入学後は、「一般教養の授業」と「日本語・日本文学コースの授業」と「教職課程の授業」を主に履修し、国語の教員免許を取得して将来は教員になろうと漠然と考えていました。

ところが、大学入学早々、教職課程の授業で教育現場がいかに大変かという事実を突きつけられ、「自分にはできる気がしない」、「本当にやりたかったことなのか？」と思うようになり、仕事に対する希望が持てなくなりました。また、慣れない東京生活や初めて出会う人々に戸惑うことも多く、完全に自分を見失っていました。「自分がこれまでいかに狭い世界で生きてきたか」ということを知り、一時は深く悩んでいましたが、

それでも「これが自分であり、変わらないのだ」ということを認識するとともに受容するきっかけともなりました。

3. 就職活動中

大学 3 年の途中までは、「授業」「サークル活動」「アルバイト」という、いわゆる普通の大学生活を送り、徐々に周囲が民間企業の就職活動を開始する中、私も周囲に流されて民間企業の就職活動を始めました。この時の私は、教員という仕事に希望が持てないという理由で成り行きに任せて就職活動を始めており、特に企業についてよく調べることもしませんでした。今思えば、どこかで本気ではない自分がいたのだと思います。そして、大学 4 年生になって、約半年間続けた民間企業の就職活動を突如中断してしまいました。就職活動をして初めて、自分は民間企業に向いていないということがわかったのです。

ここからようやく、「教員採用試験」に切り替え、勉強をし始めました。そして約 2 ヶ月間の猛勉強の末、東京都の中学・高校「国語」の教員採用試験に合格しました。ところが、今度はせっかくの合格を辞退してしまいます。大学院進学を目指すことにしたのです。卒論を書く頃になってようやく「研究が楽しい」と思うようになり、まだ研究を続けたいと思うようになっていたのと同時に、教員になって 4 月から働く自分が全く想像

できず、心の準備ができていなかったという理由もありました。

4. 大学院時代

紆余曲折を経て進学した大学院ですが、この時期が最も充実していたと今でも思っています。研究の面白さと難しさ、好きなことにとことん向き合える楽しさを日々感じていました。時間的にも精神的にもこれまでで一番自由で、研究以外にもやりたいことをすべてやりきろうと思い、海外の色々な国にも行き、教員免許以外の資格取得などもしました。

この時の自分が今までの自分と違っていた点としては、「自分はどんな研究がしたいのか」、「限られた時間をどう過ごしたいか」ということが明確になっていたことだと思います。また、この大学院2年間を終えたら、今度こそ教員になろうという覚悟を決めていました。それが今考えると「充実していた日々」を過ごせた理由だと思っています。

5. 社会人時代

大学院博士前期課程2年の時に、再び京都の中・高「国語」の教員採用試験を受けて合格をいただきました。そして大学院卒業後の4月からついに東京都立高校の国語科教員として働き始めました。教員という仕事はもちろん大変なことの連続ではありますが、おそらくどんな仕事でも同様だと思います。都立高校で4年間勤務した後、縁あって現在の勤務校に採用され今に至ります。その間、長女・長男も出産し、現在、2児の育児をしながらフルタイムで勤務して

います。今年はちょうど高校3年生の担任もしており、悩める高校生と一緒に自分も悩み考える日々ですが、それもととても貴重な時間だと考えています。

6. メッセージ

夏目漱石の『それから』という小説の中に、こんな一節があります。

「歩きたいから歩く。すると歩くのが目的になる。考えたいから考える。すると考えるのが目的になる。」

ここでの「目的」とは「成し遂げようと目指す事柄、行為の目指すところ」のことを指しています。自分が成し遂げようと思うその「目的」というのは、自分自身がやりたい、そうしたいと決めた、その先に発生したはずです。みなさんも今後、目的を見失うことややめたくなることがあるかもしれません。そんな時は初心にかえって、そうしたかった自分、それを選んだ自分を思い出してみてください。応援しています。

(次頁 今成智美先生ご講演写真)



今成 智美先生 ご講演

令和7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7年10月31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/index.html>

編集	グローバルリーダーシップ研究所 特任講師	倉 脇 雅 子
	アカデミック・アシスタント	奥村 真理子
	アカデミック・アシスタント	保阪 いすず



2025

～未来につなぐ～

Since 1875

創立150周年

Ochanomizu University



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

Institute for Global Leadership