



# ロールモデル集

Vol. 5

理系進路を選択した  
先輩女性からのメッセージ







島根大学  
ダイバーシティ推進室長

藤田 達朗

## 室長挨拶

島根大学は2019年度科学技術人材育成費補助事業「ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（牽引型）」の取組機関に選定されました。

この事業は、女性研究者のライフイベントに配慮した研究環境の整備、女性研究者の積極採用や上位職への積極登用、女性研究者の裾野拡大、そして女性研究者リーダー育成のための優れた取組を支援するものです。島根大学は、島根県立大学、松江工業高等専門学校、米子工業高等専門学校と連携し、地域に根差しつつ国際的に活躍できる女性研究リーダーを持続的に育成し、排出する仕組みを構築し、山陰全域のダイバーシティ推進を牽引します。

この度、理系進路を選択し、現在社会で活躍されている女性を紹介することで、女子学生のみなさんの理系進路選択を促すために、このロールモデル集を作成しました。この冊子が女性の理系進路選択の魅力をお伝えし、皆さんの進路選択の一助になることができれば幸いです。

本企画の趣旨にご理解とご協力をいただき、取材を受けて下さった皆様方に、この場を借りて心から御礼申し上げます。

# Contents

ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（牽引型）について	02
-------------------------------	----

## ロールモデル集

01 児玉 有紀（島根大学 生物資源科学部生命科学科 准教授）	04
02 小川 典子（島根大学 医学部 解剖学講座発生生物学 助教）	06
03 ゴイエン ツ ラン（島根大学 総合理工学部 建築デザイン学科 助教）	08
04 石橋 照子（島根県立大学 副学長）	10
05 福田 詩織（島根県立大学 看護栄養学部健康栄養学科 助教）	12
06 松谷 ひろみ（島根県立大学 看護栄養学部看護学科 助教）	14
07 芹川 由布子（松江工業高等専門学校 環境・建設工学科 助教）	16
08 天野 圭子（米子工業高等専門学校 建築学科 准教授）	18
09 遠藤 路子（米子工業高等専門学校 物質工学科 助教）	20
10 早見 莉子（日立金属株式会社 安来工場 帯鋼工場）	22
11 森下 佳奈（日立金属株式会社 安来工場 ソリューション&エンジニアリングセンター）	24
12 福井 晴子（カナツ技建工業株式会社 総務部（広報・企画開発担当）チームリーダー）	26
13 小鯛 亜紀（川崎重工工業株式会社 技術開発本部 技術研究所 材料研究部 特別主席研究員）	28
14 秋吉 渚月（島根県産業技術センター 生物応用科 主任研究員）	30

# 多様な力で地域の未来をつくる

地域に根差し、国際的に活躍する女性研究リーダーを  
持続的に育成し輩出する仕組みを構築します。



## 1 ダイバーシティ研究環境の整備強化

- 多様な構成員の「違い」を考慮した学内制度の整備
- 多様な構成員の意思を反映する組織運営
- ダイバーシティを推進する学内体制整備
- 「SAN' IN ダイバーシティ推進ネットワーク」を通じた、地域のステークホルダーによる対話の促進

## 2 女性教員の積極採用と上位職登用

- 採用・昇任に関するポジティブアクションの強化
- 優れた応募者を確保するための工夫と改善
- 上位職登用を後押しする支援の充実

島根大学は、文部科学省の2019年度科学技術人材育成費補助事業「ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（牽引型）」の取組機関に選定されました。この事業は、女性研究者のライフイベントに配慮した研究環境の整備や女性研究者の研究力向上のための取組、女性研究者の積極採用や上位職への積極登用など、女性研究者の活躍促進に向けた優れた取組を支援するものです。

島根大学は、島根県立大学、松江工業高等専門学校、米子工業高等専門学校と連携して、地域に根差しつつ国際的に活躍できる女性研究リーダーを持続的に育成し輩出する仕組みを構築し、山陰全域のダイバーシティ推進を牽引します。

本事業では、4機関が連携して、地域における協力機関の協力を得ながら、地域に根差しつつ国際的に活躍できる女性研究リーダーを持続的に育成し輩出する仕組みを構築します。また、4機関が中心となってネットワークを確立し、地域のステークホルダー間での対話を促進するとともに、本事業で得られた知見や成果を地域社会および全国に広く発信していきます。

これらの取組により、山陰全域のダイバーシティ推進を牽引し、活力にあふれる地域づくりを先導していくことを目指します。

## ダイバーシティの推進が地域に活力を与える

より多くの女性が研究者として活躍できるようになるためには、大学だけでなく研究機関や民間企業の研究部門等にも研究者の活躍の場が広がり、多様な選択肢の中から研究を継続してキャリアを形成できる環境が整うことが望ましいと考えます。そのためには、専門性を発揮することができる魅力ある就業先を増やすことが必要です。

そのためのカギはイノベーション（新たな価値の創造）であり、イノベーションは、多様な人々の多様な知や視点が絡み合うことによってこそ生み出されるものです。ダイバーシティを推進することで、多様な力で社会的に大きなインパクトを持つような斬新なアイデアや発想が生まれ、さらにイノベーションによって地域に活力が生まれるのです。

本事業では、研究者や技術者、医療従事者を育成し、地域に人材を輩出している高等教育機関4機関が連携し、「イノベーションを促進し山陰の地に活力を取り戻す」ことを共通の目標として、ダイバーシティ研究環境の実現に取り組みます。

## 多様な機関が連携し山陰のダイバーシティを推進

2019年11月5日に、「SAN' IN ダイバーシティ推進ネットワーク会議」を設立しました。このネットワークは、関係機関による連携・協力体制を構築し、山陰地方のダイバーシティのさらなる推進を図るとともに、広く地域の知見を集め、地域社会および全国へ広く情報発信していくことを主な目的としています。

今後、幅広い分野・セクターから協力を得てネットワークを拡充し、積極的な情報発信を行うことにより、山陰全域のダイバーシティ推進を牽引し、社会変革につなげていくことを目指します。

### SAN' IN ダイバーシティ推進ネットワーク会議

- 各機関の持つ知見やグッドプラクティスを共有
- 地域及び全国に広く取組の成果を発信

- |        |                                |
|--------|--------------------------------|
| 代表機関   | ● 国立大学法人 島根大学                  |
|        | ● 公立大学法人 島根県立大学                |
| 共同実施機関 | ● 独立行政法人 国立高等専門学校機構 松江工業高等専門学校 |
|        | ● 独立行政法人 国立高等専門学校機構 米子工業高等専門学校 |

### 3 女性研究者の裾野拡大

- 女性研究者の新たなロールモデル提示
- 在学生向けキャリアデザイン支援
- IoT技術を牽引できる女性研究者のロールモデル育成
- 社会人女性のための研究キャリアデザイン支援

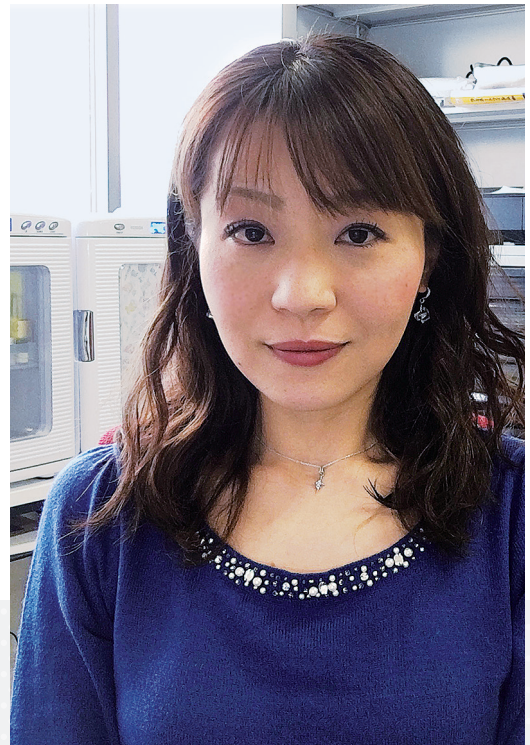
### 4 女性研究リーダー育成

- 研究リーダー育成プログラムの開発・実施
- 組織・分野の枠を超えた研究交流の推進
- メンターによる個人に寄り添った支援
- 看護職女性管理者を育成する教育プログラムの開発・実施

学びに

役立たないものは

無い



島根大学  
生物資源学部生命科学科 准教授  
児玉 有紀

Profile  
【学歴】 山口県立宇部高等学校 普通科  
山口大学理学部 自然情報科学科  
山口大学大学院 理工学研究科  
博士前期課程 自然情報科学専攻  
山口大学大学院 理工学研究科  
博士後期課程 自然共生科学専攻  
共生システム科学大講座  
【職歴】 高知大学教育研究部  
自然科学系 理学部門 助教

My Career



0~10代 10代 20代前半 20代後半 30代前半 30代後半

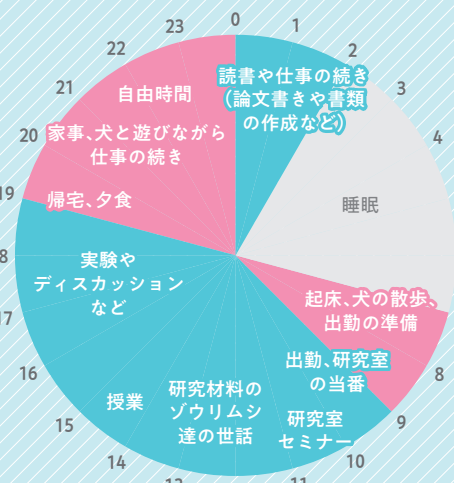


時期	出生 ~小学校	中学校	高校	学部	修士課程	博士課程	ポスドク	ポスドク	社会人	社会人	社会人	
主な出来事	勉強を頑張る	ソフトテニス部のキャプテンになる 辛かった高校受験勉強	親友が楽しい高校生活を送る 生物の授業で、細胞内共生説を知り衝撃を受ける	勉強を頑張る 4年生からは研究に専念	研究に専念 初めて海外に行く	研究に専念 オーストラリアに行く	ポスドクとして研究に専念 透視型電子顕微鏡観察技術の習得	ポスドクとして研究と就活	高知大学で助教になる	島根大学で准教授になる	家を建てる 犬を飼う	日本原生生物学会松江大会の大会長
影響を受けた出来事・本人との出会い	父親や祖父がプレゼントしてくれた生物の図鑑	部活仲間のNさん 理科の殿河内先生のおかげで、生物が好きになった 教育実習の先生	Nさんを含む3名の親友AとH 野球部の先輩に憧れる	恩師の藤島政博先生、ミドリソウリムシ、研究室の2名の友人MとFと、仲良かった先輩Nさん	深津武馬先生、Hans-Dieter Görtz先生、Klaus Heckmann先生	筑波大学・井上勲先生グループのハテナアレニコラの論文	井上勲先生、稲垣祐司先生、大田修平博士、優秀な研究室のメンバー達	宮川勇先生	2年目の指導学生	宮城島進也先生	大切な犬友達との出会い	
成功体験	読書感想文コンクールで入賞		志望校に合格 ダイエットに成功 おしゃべりに目覚める	今の研究テーマに出会えたこと	初の国際学会発表で受賞 原著論文を執筆し、修士課程を1年で早期修了	日本学術振興会の特別研究員DC2に採択	日本学術振興会の特別研究員PDに採択 日本原生生物学会奨励賞受賞	研究に専念 論文が書きたくさん取れる	井上研究奨励賞受賞 日本動物学会奨励賞受賞	自分の研究室を持った		日本原生生物学会賞受賞 日本原生生物学会大会が無事に成功
失敗体験	中学受験失敗	部活を頑張ったがダイエットには失敗	体育の授業中にプールで溺れかける	2年の前期までは往復電車通学が辛かった	(今思うと)家の手伝いをほとんどしなかった	(今思うと)家の手伝いをほとんどしなかった	初めての都会暮らしに慣れない 就職できるか不安	就職できるかますます不安	学生指導で悩む		落ち込む出来事があった	

### 児玉さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
7:00	起床、犬の散歩、出勤の準備	起床、犬の散歩、出勤の準備	起床、犬の散歩、出勤の準備	起床、犬の散歩、出勤の準備	起床、犬の散歩、出勤の準備	起床	起床
8:00						犬の散歩	犬の散歩
9:00							
10:00							
11:00							
12:00						自由時間(買い物や趣味、家事など)	自由時間(買い物や趣味、家事など)
13:00	勤務(授業や実験など)	勤務(授業や実験など)	勤務(授業や実験など)	勤務(授業や実験など)	勤務(授業や実験など)		
14:00							
15:00						犬の散歩	犬の散歩
16:00							
17:00						自由時間(買い物や趣味、家事など)	自由時間(買い物や趣味、家事など)
18:00	帰宅、夕食	帰宅、夕食	帰宅、夕食	帰宅、夕食	帰宅、夕食	夕食	夕食
19:00							
20:00	家事、犬と遊びながら仕事の続き	家事、犬と遊びながら仕事の続き	家事、犬と遊びながら仕事の続き	家事、犬と遊びながら仕事の続き	家事、犬と遊びながら仕事の続き	家事、犬と遊びながら仕事の続き	家事、犬と遊びながら仕事の続き
21:00							
22:00							
23:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間
0:00	読書や仕事	読書や仕事	読書や仕事	読書や仕事	読書や仕事	読書や仕事	読書や仕事
1:00							
2:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

### 児玉さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

中学生の時の理科の先生の影響で、生物の分野が好きになりました。同じ頃、教育実習に来られた素敵な理科の女性の先生に憧れて、明確に理科の教員を目指すようになりました。教員免許状の取得を第一の目的として地元の山口大学理学部に入學し、学部3年生までは過ごしていました。しかし、4年生で研究室に配属し、恩師である藤島政博先生と出会い、先生から研究の面白さを教えていただき、研究が私の生き甲斐となりました。それまでの私は、何をしても長続きしなかったのですが、初めて夢中になれるものに出会えたと感じました。それからは、自分も若い人に夢と希望を与えられるような存在になりたいと思い、教育と研究の両方を仕事にできる大学教員を目指すようになりました。今は、恩師と同じ道を歩めていることをとても幸じています。恩返しの意味も込めて、ゾウリムシ研究の後継者をたくさん育てたいと思っています。

### 学んでおいて役立ったこと

学びに役立たないものは無いと思っていますが、あえて挙げるとすれば、学部生の時に、学科の先生に勧められて秘書検定を受験しました。その時は、先生に認められたいという気持ちで受験したのですが、基本的な常識を勉強することができ、日常生活でとても役立ちました。

### 社会に出る前のみなさんへメッセージ

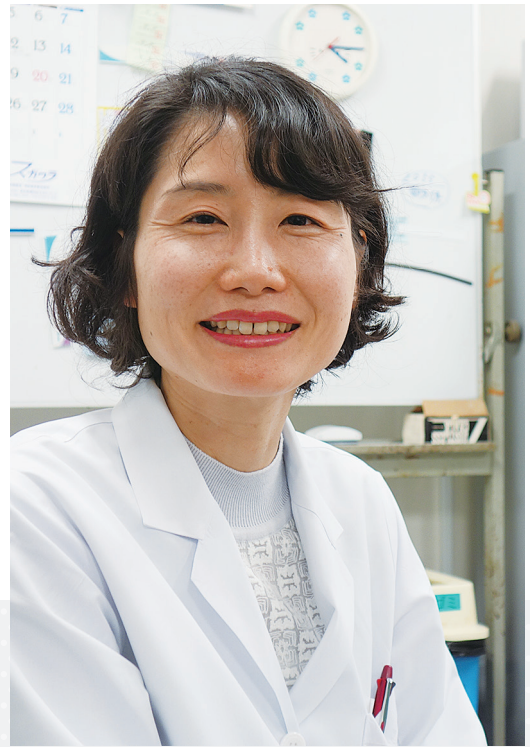
私は憧れの大学教員になることができ夢が叶ったのですが、理想と現実悩んだこともありました。学生生活が長かったため、教育研究が仕事になった瞬間に、それまでとは違う責任の重さを痛感しました。20代で大学教員になり、まだ学生さんと年齢が近かったため、教育も研究もうまくいくに違いないと簡単に考えていたのですが、現実には甘くはありませんでした。今でも悩みは尽きませんが、悩んだ時にいつでも私を助けてくれるのは、大学教員という職業に憧れていた強い気持ちと、夢を実現させるためにがむしゃらに頑張ったという自信です。みなさんも熱意を持ち続けて、社会に飛び出してください。

### 学んでおくと役立つこと(オススメ)

英語です。オススメというより、もっと一生懸命勉強しておくべきだったと思っています。

チャンスを自分の力で

つかみとって！

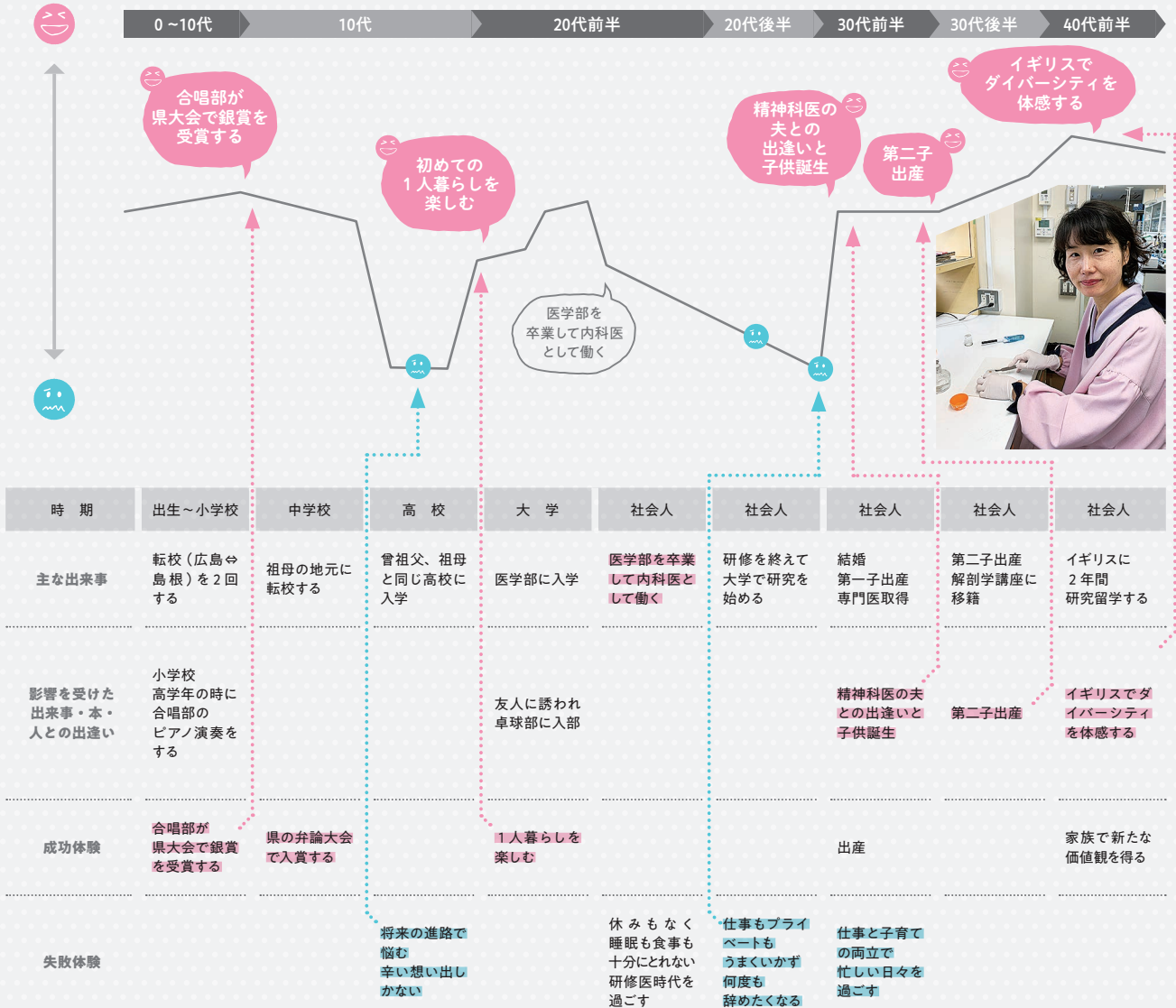


島根大学 医学部 解剖学講座発生生物学 助教  
小川 典子

Profile

【学歴】島根医科大学 医学部 医学科  
【職歴】島根医科大学 医学部 内科学講座内科学第一 研修医  
国立長門総合病院内科、松江赤十字病院内科にて研修後  
島根大学 医学部 内科学講座内科学第一 医員  
島根大学 医学部 内科学講座内科学第一 助教  
島根大学 医学部 解剖学講座発生生物学 助教  
英国Southampton大学 客員研究員

My Career

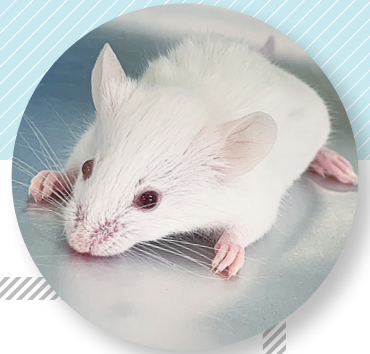
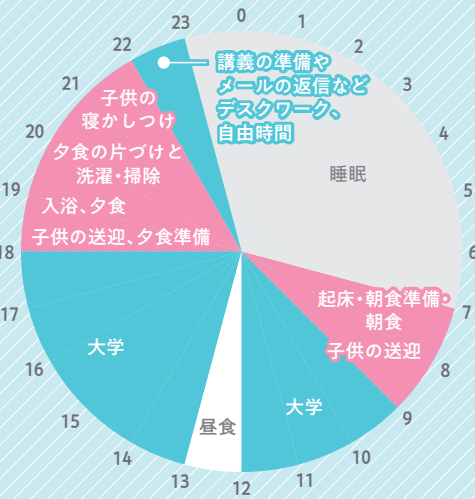




## 小川さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
7:00	起床・朝食準備・朝食・子供の送迎	起床・朝食準備・朝食・子供の送迎	起床・朝食準備・朝食・子供の送迎	起床・朝食準備・朝食・子供の送迎	起床・朝食準備・朝食・子供の送迎	起床・朝食準備・朝食	起床・朝食準備・朝食
8:00							
9:00	研究	医学部 附属病院の 外来	講義	研究	マウスの世話	掃除・買い物 子供の習い事 の送迎	家族で外出
10:00					研究		
11:00					研究		
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
13:00	研究	研究の会議	研究	研究	講義の 準備など		
14:00	講義・実習						
15:00	研究の会議						
16:00	研究の会議						
17:00	英文抄読会	外来					
18:00	子供の送迎、夕食準備	子供の送迎、夕食準備	子供の送迎、夕食準備	子供の送迎、夕食準備	子供の送迎、夕食準備	夕食準備	夕食準備
19:00	入浴、夕食	入浴、夕食	入浴、夕食	入浴、夕食	入浴、夕食	入浴、夕食	入浴、夕食
20:00	夕食の片づけと洗濯・掃除	夕食の片づけと洗濯・掃除	夕食の片づけと洗濯・掃除	夕食の片づけと洗濯・掃除	夕食の片づけと洗濯・掃除	夕食の片づけと洗濯・掃除	夕食の片づけと洗濯・掃除
21:00	子供の寝かしつけ	子供の寝かしつけ	子供の寝かしつけ	子供の寝かしつけ	子供の寝かしつけ	子供の寝かしつけ	子供の寝かしつけ
22:00	講義の準備やメールの返信 などデスクワーク、自由時間	講義の準備やメールの返信 などデスクワーク、自由時間	講義の準備やメールの返信 などデスクワーク、自由時間	講義の準備やメールの返信 などデスクワーク、自由時間	講義の準備やメールの返信 などデスクワーク、自由時間	自由時間	自由時間
23:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
0:00							

## 小川さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

子供の頃はピアノの先生や小学校教師に憧れていました。今の職業は、両親をはじめ周囲の期待も理由の一つですが、跡取り娘という自分の置かれた立場からなすべきことを考え、将来的な職業の安定性を重視して選びました。その後、臨床をしていく中で病態の本質にせまりたいと思うようになり、6年前から研究に重点を置いて働いています。

### 学んでおいて役立ったこと

学校の勉強も、子供の頃から習っていたピアノも、大学生の時に習った茶道も、全てが視野を広げてくれました。何の分野でも、学ぶことは自分を高めてくれます。

### 学んでおくと役立つこと(オススメ)

何をしてもうまくいかない時もありますが、諦めることなく、努力と忍耐でチャンスをつかんでほしいと思います。仕事は完璧を追求していますが、家ではぐうたらMummyで子供達とゆるーく過ごしています。一度しかない人生、プライベートもしっかり楽しんで下さいね。

### 社会に出る前のみなさんへメッセージ

睡眠や食事の時間も満足にとれなかったり、女医への風当たりが強かったり、救えなかった命も経験し、体力的にも精神的にもこれまでの道のりは決して平坦ではありませんでしたが、多くの患者さんとの出会いが私を成長させてくれました。今は、大学で講義や研究に携わることで、卒業後沢山の患者さんを救う医学生を育て、研究で多くの人々の健康を守ることができるのではないかと、やりがいを感じています。どのような道を選んだとしても訪れる困難な時に、常に前を向いて、意義ある人生をつかみ取って下さいね。

あなた自身を知り、

またあなた自身を信じる

ことが重要



島根大学 総合理工学部  
建築デザイン学科 助教  
グイエン ツラン

Profile

【学歴】 熊本大学大学院 自然科学研究科  
環境共生工学専攻 博士後期課程  
【職歴】 熊本大学イノベーション推進機構 特別研究員  
熊本大学大学院自然科学研究科 学術研究員  
熊本大学大学院先端科学研究部 学術研究員  
島根大学大学院総合理工学研究科 特任助教  
島根大学 総合理工学部 建築デザイン学科 特任助教

My Career



## LANさんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
7:00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	睡眠	睡眠
8:00	運動・掃除	運動・掃除	運動・掃除	運動・掃除	運動・掃除	朝食	朝食
9:00						上の子供を塾へ送る	
10:00						下の子供と公園で遊んだり、自宅で家事や仕事をしたりする	
11:00						上の子供を塾へ送り、朝食	
12:00						大山や出雲など少し遠いところへ家族でお出かけすることが多い	
13:00	大学での仕事	大学での仕事	大学での仕事	大学での仕事	大学での仕事	1週間分の買い物に出かける	
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	晩御飯 お風呂	晩御飯 お風呂	晩御飯 お風呂	晩御飯 お風呂	晩御飯 お風呂	晩御飯 お風呂	晩御飯 お風呂
20:00							
21:00	子供と遊ぶ	子供と遊ぶ	子供と遊ぶ	子供と遊ぶ	子供と遊ぶ	子供と遊ぶ	子供と遊ぶ
22:00	読書・論文 メール	読書・論文 メール	読書・論文 メール	読書・論文 メール	読書・論文 メール	自習（日本語の勉強など）	自習（日本語の勉強など）
23:00							
0:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠

## LANさんのある1日



### 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

私は、建設業界で多くの人と仕事をしている家族の中で育ちました。建築家の父の描画ツールで遊ぶことや、父が描画デスクで働いているのを見るのが好きでした。幼いころから、自分自身で建築物を描いており、建築家になることを夢見ていました。

しかし、卒業プロジェクトのために勉強しているときに、私がドキュメントフェーズのデータを掘り下げることに興味関心がありすぎてプロジェクトの次の段階になかなか進まないのを見たスーパーバイザーが、「あなたは研究者として働く方が向いている。」と私に言いました。その言葉がきっかけで日本政府の奨学金を受けながら修士課程と博士課程で勉強する過程を経て、研究者として働くことに決めました。

### 学んでおいて役立つこと

私は学部生の時に基礎的なスキルを学び、そして数多くの設計プロジェクトを通じて、実際の環境で仕事をするために必要な基礎的な知識を身に着けました。創造的な仕事の難しさは、労働負荷ではなく、自身の努力が認められずに失望する自己評価にあると理解しています。自身の能力を疑うことは、仕事を楽しむためにうまくコントロールするべきです。大学院における研究を通じて、自分が勉強したことは数多くの人々によって研究されてきたこと、そしてチームでなされる仕事が個人よりも大きな成果を上げることを学びました。私がすべきことや貢献すべきことを明確にするため、他者の研究成果を追跡し続け、他の研究者とコミュニケーションをとることを学びました。これらがすべて今の自分の仕事に役立っています。

### 学んでおくと役立つこと(オススメ)

社会に必要なスキルと知識を身につけるために、学生の皆さんがプロフェッショナルの世界から学ぶ時間をより多く持つことをお勧めします。そのような経験を通じて、皆さんは自信を持ち、自分の能力について疑いを持たなくなるでしょう。学ぶべき最も重要なことは、皆さん自身が何を希望しているかを明確化し、その希望を満たすために必要なスキルと知識を得ることだと思います。

### 社会に出る前のみなさんへメッセージ

あなた自身を知り、またあなた自身を信じることが重要です。難しいことを避けしないでください。やってみて、それを乗り越えて、あなた自身をバージョンアップさせましょう。

来るもの拒まず

どうせするなら何でも

楽しんで



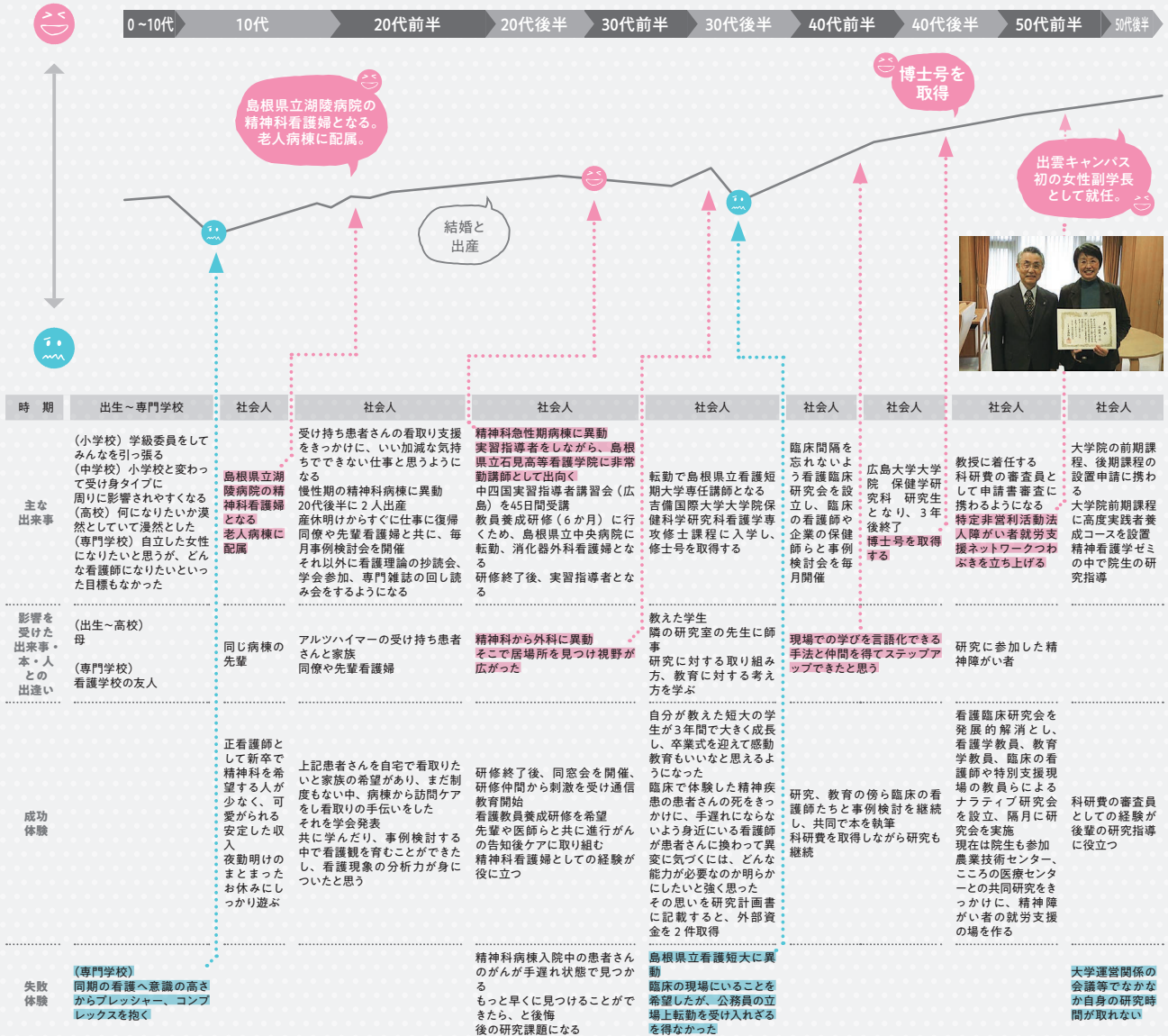
島根県立大学 副学長  
石橋 照子

Profile

【学歴】 吉備国際大学大学院  
保健科学研究科  
看護学専攻修士課程

【職歴】 島根県立湖陵病院看護婦（精神科）  
島根県立石見高等看護学院 非常勤講師  
精神科実習担当者  
島根県立中央病院 看護婦（消化器外科）  
島根県立中央病院 実習指導者  
現島根県立大学看護学部 専任教員  
国立浜田高等看護学院 非常勤講師

My Career



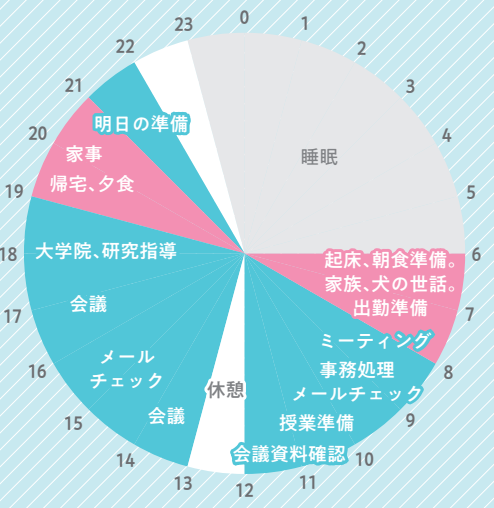
## 石橋さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
7:00	出勤	出勤	出勤	出勤	振替休日	出勤	休日
8:00	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング			
9:00	メールチェック	事務処理、メールチェック	学部の研究発表会	学長執務日対応	健康診断	入試業務	
10:00	事務処理、連絡	メールチェック					
11:00	浜田キャンパスへ電車移動	外来者対応					
12:00			メールチェック				
13:00	臨時理事懇談会	授業準備	キャンパス合同会議	事務と打合せ			
14:00				研究プロジェクトミーティング			
15:00	経営委員会		広報委員会				
16:00	出雲へ電車移動	大学院研究指導	国際交流委員会	授業：コンサルテーション論			
17:00						教務と打合せ	
18:00	帰宅	大学院授業	領域ミーティング	大学院研究指導		帰宅	
19:00	家事		教員と面談				
20:00	自宅で明日の準備	帰宅	明日の準備	メールチェック		家事	
21:00					自由時間	自由時間	自由時間
22:00	自由時間	家事	帰宅・家事	帰宅			
23:00							
0:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠

on offを  
しっかり切り替え  
楽しんでいます



## 石橋さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

最初は単に経済的自立を目指していました。しかし、実際に働くようになって、本気で仕事だと思うようになり、患者さんのいろんな生き方を見せていただく中で、学ばせてもらうようになり、面白くなって今の仕事を選びました。

### 学んでおいて役立つこと

看護実践で気がかりとなったことを事例検討で振り返り、どんな意味があったのか理解しておくトレーニングをしたことです。洞察力、解釈力が身について今でもとても役立っています。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

実践したことを研究的に取り組みを通して言語化できるようにすると良いでしょう。それにより、看護実践と看護研究と、看護教育に一貫性が持てるようになると思いますのでオススメです。

### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

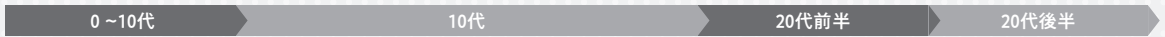
社会で働く上で大切なのはポジティブ思考です。来るもの拒まず、どうせするならば何でも楽しんで取り組んでみると良いですよ。

「人に頼ること」は、  
自分を助けてくれる  
アイテム



島根県立大学  
看護栄養学部健康栄養学科  
助教  
**福田 詩織**  
Profile  
【学歴】 島根県立出雲高等学校  
徳島大学 医学部 栄養学科  
徳島大学大学院 栄養生命科学教育部  
人間栄養科学専攻 博士前期課程  
徳島大学大学院 栄養生命科学教育部  
人間栄養科学専攻 博士後期課程

My Career



新しい  
自分発見



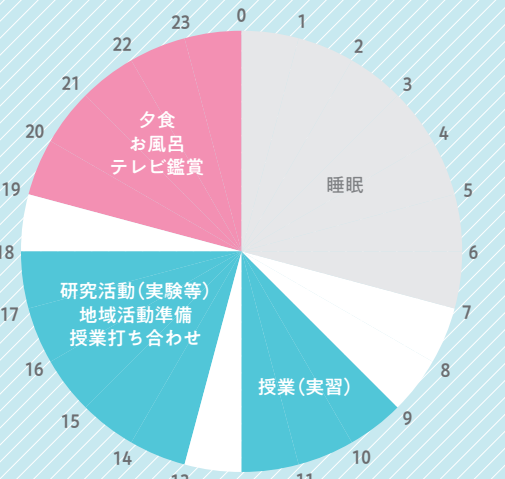
成績最悪

時期	出生~小学校	中学校	高校	大学・大学院	社会人
主な出来事	様々なことに興味をもって いた バドミントン、サッカー、エ レクトーンを習っていた	合唱部に入部 生徒会で副会長	第一志望に入学 3年間クラス替えない理数 科で、一生の友人に出会う 引き続き合唱部に入部	大学で初めての1人暮らし 同じ夢を持った同期と学ぶ 日々 栄養学研究との出会い 飲食店でのバイト	地元の島根県立大学に入職 結婚し今後のライフアンドワ ークバランスについて考え始 める 地元の友人との再会
影響を受けた 出来事・本・ 人との出逢い	自分は何事も中途半端だど 思っていたが、何か一つ（自 分の場合はエレクトーン）で も、好きだと思えるものがあ ることに気づいたこと	勉強に対してやる気がなく、 中1の時の成績は最悪 悪かったからこそ、自分の進 路について考えることができ た	高1の時に聴いた栄養学研究 に関する大学教授の講演で、 栄養学に興味を持った 大学受験の際、センター試 験で失敗したが、浪人覚悟 で第一志望を受験し合格 周囲の意見に流されず、自分 の気持ちを強くもつ重要性を 感じた	部活の仲間 バイト先で出会った方々（今 でも、家族のような存在） 大学院の研究室の先生、先 輩、後輩	島根県立大学に関わる全て の方々 特に、学生や地域の方々との 出会いは自分に元気を与えて くれる 地元だからこそ、仕事で友人 と関わる機会があり、刺激を 受ける 夫と同じ職場で、仕事への理 解が得られやすい
成功体験	エレクトーンで、コンクール に出場 人前で演奏する緊張感・達 成感を味わう	全国大会へ出場、日本一の 賞をいただく	全国大会へ出場 夫に出会う	バイトで自分の新しい姿を発 見 大学院進学し、博士（栄養 学）の学位を取得 部活では全国大会へ出場	科研費を獲得 学生との地域活動 地元の友人の支え
失敗体験	飽き性で、エレクトーン以外 の習い事は続かなかった	中1の時に、試験で欠点をと ったこと	センター試験で失敗	自分の意見を主張しすぎて、 仲間と衝突（今では良かった と思う）	大学院時代とは異なる活動 で、自分の弱点がたくさんあ ることに気づく（結果として はとても良かった）

## 福田さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00							
7:00	起床・準備	起床・準備		起床・準備			
8:00	出勤	出勤	起床・準備	出勤	起床・準備	起床・準備	
9:00			出勤		出勤		起床・準備
10:00	授業(実習)準備	授業(実習)	授業準備	授業(実習)	授業		
11:00			授業				買い物
12:00	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	学生と地域活動	
13:00							昼食
14:00		授業(実習)	会議	授業(実習)	地域活動準備		
15:00	研究活動(実験等)		研究活動		研究活動		
16:00			研究活動	授業(実習)	帰宅	帰宅	自宅で休憩
17:00		授業(実習)打ち合わせ	帰宅	片付け		帰宅	
18:00			買い物	研究活動	買い物	自宅で休憩	
19:00	帰宅	研究活動(実験)		帰宅			
20:00						夕食・お風呂 テレビ鑑賞	夕食・お風呂 テレビ鑑賞
21:00	夕食・お風呂 テレビ鑑賞	帰宅	夕食・お風呂 テレビ鑑賞	夕食・お風呂 テレビ鑑賞	夕食・お風呂 テレビ鑑賞		
22:00		夕食・お風呂 テレビ鑑賞					
23:00							
0:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 福田さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

子どもの頃から、食べるのが好きでした。高校時代に管理栄養士になる夢を持ち、大学進学後に、栄養学の教育・研究に携わることと、地元である島根県で働くことを考え始めました。大学院在籍時に、島根県立大学の健康栄養学科が、2年制の栄養士養成課程から4年制の管理栄養士養成課程に移行することを知り、縁もあって現在の職に就くことができました。

### 学んでおいて役立つこと

高校時代は文系科目が苦手だったこともあり、理系クラスで学んでいました。実際に、大学で学び、研究活動を進めていると、理系科目以上に英語力や国語力がとても重要だということに気づきました。学生への教育活動ももちろんですが、自分が研究したことを人に伝えるためには語学力は必須です。また、「自分で考えて、自分の意見を持って物事を進めていく」という癖をつけておくことはとても大切だと思います。

### 学んでおくと役立つこと(オススメ)

「人に頼ること」を学んでおくと良いと思います。どんな分野でも、自分を助けてくれるアイテムです。もちろん、ゼロから人に頼ることはよくありませんが、ある程度考えたり行動したりして上手くいかない時は、人に頼ること(言葉に出して伝えること)で、案外あっという間に解決することもあります。

### 社会に出る前のみなさんへメッセージ

社会に出るイメージはなかなか持てないと思いますが、今は自分が好きなことの一つ見つけてみましょう。時々つまづくこともあります、その後には必ず良いことが待っています!! 将来、一緒に働けることを楽しみにしています。

色々な人と触れ合い

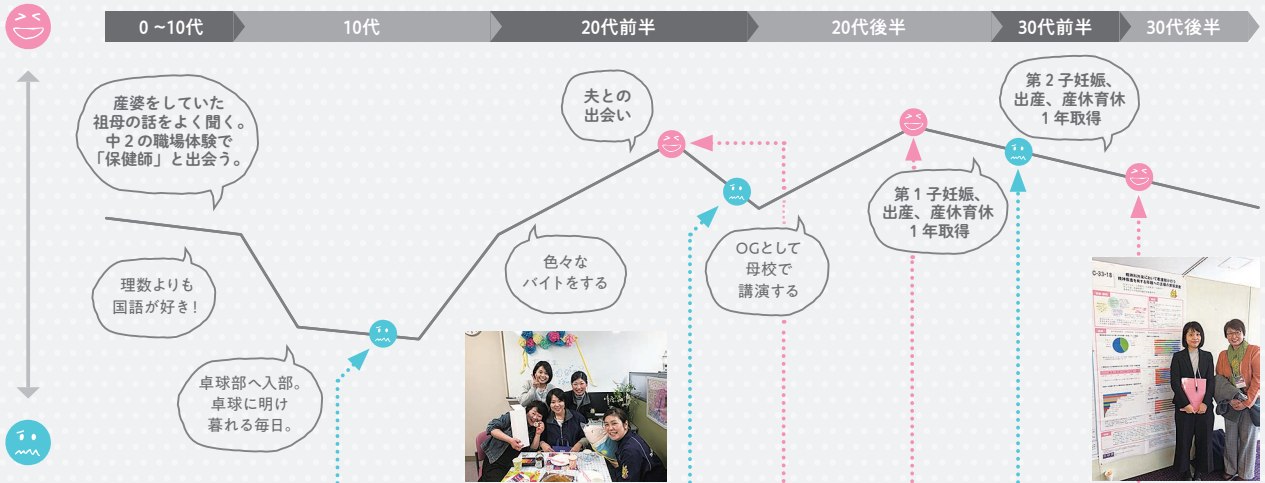
色々な経験をしてください！



島根県立大学  
看護栄養学部看護学科 助教  
松谷 ひろみ

Profile  
【学歴】出雲西高等学校 普通科  
島根県立看護短期大学 看護学科  
島根県立看護短期大学 専攻科 地域看護学専攻  
島根県立看護短期大学 専攻科 看護学専攻 修士課程  
島根県立大学 大学院看護学研究科 博士後期課程 在籍中  
【職歴】美郷町役場 健康推進課

My Career



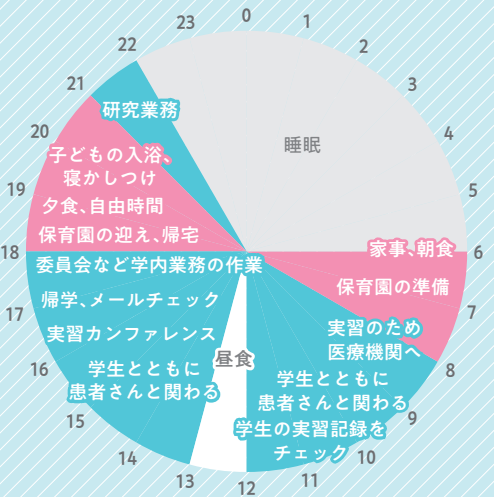
時期	出生～小学校	中学校	高校	大学・大学院	社会人	社会人	社会人	社会人	社会人
主な出来事	バレーボール、卓球、習字、そろばんなど多くの経験をする		勉強が楽しくなる！文理選択では、迷わず理数系の道へ！	島根県立看護短大へ入学し看護を学ぶ(3年)その後専攻科へ進学し保健師を目指す	卒業後、美郷町の保健師として就職初めての一人暮らし	結婚を機に退職し、島根県立大学へ就職大学院へ進学	働きながら大学院(修士)修了	学生時代、保健師時代に悩み苦しんだことを学生に伝える立場に	働きながら大学院(博士)へ進学
影響を受けた出来事・本・人との出逢い	兄弟、同級生とその親、クラブの先生、仲間	友達	部活の顧問部活の先輩・仲間・後輩	恩師との出会いたくさんの大学の仲間バイトの店長	モデルとなる先輩保健師との出会い 職場職員として色々な体験をする 地域の住民さんからいろいろなることを学ぶ	上司、同僚大学院の指導教官、大学院の仲間 研究で出会ったメンバー			指導教官ゼミの仲間
成功体験	習字で賞をとる		インターハイへ出場(団体補欠として)		やりがいのある保健師活動認められるために町の人のために一心で働く だんだん楽しく、やがて名前が呼ばれるほど認められるように！		科研費獲得	やりがいのある毎日 学生指導もこれまでの経験が役立っている	
失敗体験	そろばんが苦手で途中でやめる	個人戦でよい成績が残せない	個人戦でよい成績が残せない	病院実習での挫折	一人暮らしに慣れず食生活が乱れる 最初は住民さんに受け入れられずショック		復帰後仕事と育児の両立に悩む	復帰後仕事と育児の両立に悩む	仕事(研究)と育児の両立に悩む



## 松谷さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食		
7:00	保育園送り	保育園送り	保育園送り	保育園送り	保育園送り	起床	起床
8:00	出勤	出勤	出勤	出勤	出勤	朝食	朝食
9:00	資料作成・ 整理	講義準備	会議	実習機関 との会議	講義	子どもと 公園へ	子どもと お出かけ
10:00							
11:00							
12:00	昼食・休憩	昼食・休憩	委員会業務	昼食・休憩	講義片付け	昼食	昼食
13:00	学生研究指導 (補佐)		昼食・休憩	研究関係会議	昼食・休憩	子どもと 昼寝	大学院の勉強
14:00			委員会会議				
15:00							
16:00	大学院講義	大学院ゼミ	委員会会議	会議	講義聴講	子どもと 遊ぶ	
17:00				講義準備			
18:00			保育園迎え、帰宅	保育園迎え、帰宅	保育園迎え、帰宅	夕食	
19:00	帰宅	帰宅	夕食	夕食	夕食		夕食
20:00	帰宅	夕食	子ども寝かしつけ	子ども寝かしつけ	子ども寝かしつけ	子ども寝かしつけ	子ども寝かしつけ
21:00		読書			読書		
22:00							
23:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
0:00							

## 松谷さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

結婚を機に前職を退職することとなったことも要因の一つですが、保健師をしていて日々の業務に追われ、日々行っていることを振り返ることができず、このままでよいのかと悩むこともありました。また、精神疾患を抱えながら地域で暮らされている方の支援についても考えることが多く、葛藤も抱えていました。そんな時に大学時代の恩師から看護大学の教員として働いてみないかと声をかけていただきました。立ち止まってもう一度学ぶ機会を得ることで、疑問・課題に思っていることと向き合うことができるのではないかと考え、大学教員・研究者として働くことを選択しました。

### 学んでおいて 役立ったこと

学生時代、人前で発表することや、人に自分の意見を伝えることが私自身すごく苦手でした。大学生、社会人になってからは自分の意見を求められる機会が想像以上に増加します。医療職者としても研究者としても、自分の考えを相手に理解してもらえようようにしっかりと伝えていくスキルはとても重要です。日々の中で、家族でも友達でも「伝える」ことを意識してみて、コミュニケーションをとってみてください。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

自分が面白そうだなとか、ちょっと興味があるなと思ったことには、一度巻き込まれてみてほしいです！一歩踏み出すには勇気があるし、やらないほうが楽と思ってしまいがちですが、やってみると意外な自分の一面に気づくことができたり、新たな興味関心が生まれたり、自分の知らない世界が見えたりと、自分の視野が広がります。また、島根県民なのに島根県のことをまだまだ知らない実感しています。自分のこと、自分の住む地域のことを知らないのに、相手のことを知ることはもっとハードルが高いはず。身近な地域のイベントに参加して地域のことを知ってみてください！

### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

学生の頃から、色々なフィールドに出かけていき、色々な人と触れ合い、色々な経験をしてください！その経験が、仕事にも、プライベートにも、研究活動にも、きっと活かされると思います。そして、目の前にあるものを受け入れて、一見苦手そうなことも何でもチャレンジしてみてくださいね。

挑戦する姿を

見てくれている人は

きっといます

松江工業高等専門学校  
環境・建設工学科 助教  
芹川 由布子

Profile

【学歴】 福井工業高等専門学校 環境都市工学科  
金沢大学 理工学域 環境デザイン学類  
金沢大学大学院 自然科学研究科  
博士前期課程 環境デザイン学専攻  
金沢大学大学院 自然科学研究科  
博士後期課程 環境デザイン学専攻  
日本学術振興会 特別研究員(DC 2-PD)



My Career



0~10代 10代 20代前半 20代後半



吉田先生・  
宮島先生との  
出会い

第一志望  
叶わず

大学院入試  
落ちる

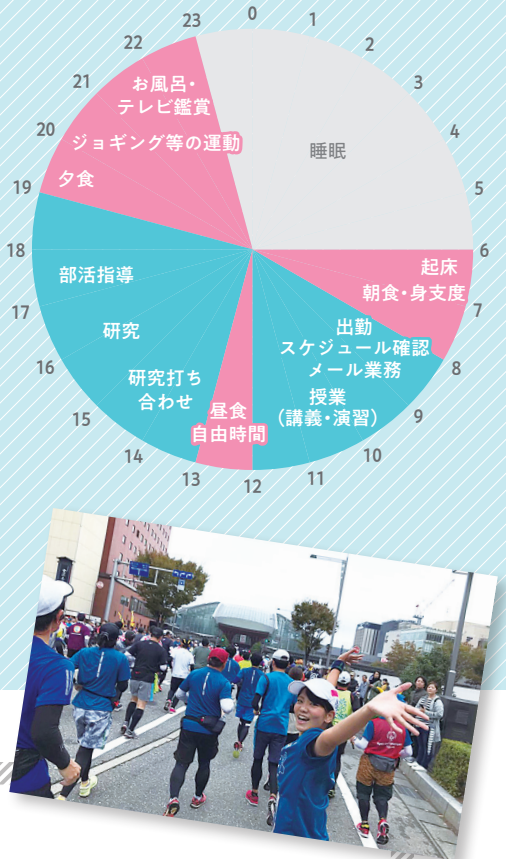


時期	出生~小学校	中学校	高専	大学院	社会人
主な出来事	競技かるた(百人一首)・バレーボールを始める	バレーボール部 入部 学生会活動 競技かるた福井県代表	バレーボール部入部/学生会活動(副学生会長)/応援団女団長/大手スーパーのレジバイト/地元のお蕎麦屋さんでバイト/卒研で地震防災を選択/短期留学で初海外へ/将来の夢を高専教員に決める	初めての一人暮らし/高専からの研究を引き続き行える地震工学研究室を選択/国内外の学会に参加/論文の執筆/被災地(熊本・北海道・インドネシア)での現地調査/フルマラソンへの挑戦/大学院入試×2/博士課程進学試験	松江工業高等専門学校に着任(夢が叶う) 授業や女子バレーボール部顧問の業務に携わる
影響を受けた出来事・本・人との出会い	バレーボール	部活の顧問の先生が怖かった(良い先生) 部活で上下関係を学ぶ	部活・学生会活動・アルバイトで対人関係を学ぶ 研究室の指導教員吉田雅穂教授との出会い 引退試合の悔しさ	研究室の指導教員宮島昌克教授との出会い/サークル・部活・研究室でたくさんの仲間に出会う/函館高専での講演、長岡高専・舞鶴高専インターンで母校以外の高専を知る/研究室恒例イベントのジョギング大会でマラソンに目覚める/OIST Science Challenge 2016でトップクラスの大学生たちと英語漬けの1週間を過ごす	会議等(こんな議論が繰り返されていたのか...と衝撃を受けた)/様々な分野で活躍する女性研究者との繋がりができた/松江高専の学生のみなさん/松江高専の教職員のみなさん
成功体験	小学校1年生から続けていた競技かるた(百人一首)の全国大会で毎年入賞	競技かるたで中学生の部福井県代表チームに選ばれ準優勝 福井高専合格	部活動で校長賞を受賞 体育祭で応援賞・総合優勝 バイトと部活と学業の両立ができた たくさんの貯金ができ 学校生活がとにかく楽しい	院生の時に授業料免除・奨学金返済免除 博士課程を早期卒業 4か月間でフルマラソンを5回完走 学校生活がとにかく楽しい 日本三霊山を制覇	自分が続けてきたスポーツの部活に携われた 授業や部活を通して学生との繋がりが持つことができた 教員生活がとにかく楽しい
失敗体験	テレビの見過ぎで視力が急降下	第一志望の物質工学科に落ちる →第二志望以降で合格	大学編入を推薦で出願→却下→筆記試験に変更(合格) 高専1年生で留年の危機	開国テリの国際学会でホテルの予約をし損ねる 大学院入試に落ちる→二次試験で合格	住んでる地域が浸水エリアだった

## 芹川さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:30	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
7:00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
8:00	出勤	出勤	出勤	出勤	出勤		買い物・家事等
9:00	スケジュール確認	メール・事務仕事	授業(講義)		授業(講義)		買い物・家事等
10:00	メール・事務仕事		研究	授業(卒業研究)	授業(卒業研究)		天気がいい日は穴道湖沿いを長距離ランニング
11:00		研究	授業(演習)				
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食		
13:00			メール・事務仕事			昼食	昼食
14:00	研究	授業(実験実習)	研究	授業(演習)	授業(卒業研究)		
15:00						買い物・家事等	テレビ鑑賞、友達と外出など
16:00							
17:00	部活	研究	部活	部活	研究		
18:00							
19:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
20:00	ランニング		ランニング		ランニング		
21:00	お風呂・テレビ鑑賞	お風呂・テレビ鑑賞	お風呂・テレビ鑑賞	お風呂・テレビ鑑賞	お風呂・テレビ鑑賞	お風呂・テレビ鑑賞	お風呂・テレビ鑑賞
22:00							
23:00							
0:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 芹川さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

自分自身が高専時代に様々な経験ができて、この時期にとっても成長を感じました。いい先生にもたくさん出会えたため、自分も学生に影響を与えられるような高専教員になりたいと考えました。

### 学んでおいて役立ったこと

何かに力を入れて学んだということは特にありませんが、中学校・高専・大学・大学院とそれぞれでたくさんの経験をしてきました。部活動、学生会活動、インターンシップ、アルバイト、国内外の学会、短期留学、ティーチングアシスタントなどなど、これらの活動を通して得られた知識や繋がり(先生・友人・先輩後輩)、対人関係が今でも活かされ続けています。

### 学んでおくと役立つこと(オススメ)

学校生活を通して身についた(役に立った)ことを以下にまとめます。

- ①レポート・課題等に追われる日々→どんな状況でも締め切りを守るということが定着
- ②インターンシップ・海外留学→企業や他の学校との繋がりが持てる
- ③部活動→目標をたて、それを達成するにはどうしたらよいかを考えて行動するようになる
- ④アルバイト→お金を稼ぐ大変さが分かる、社会の常識が身につく
- ⑤思いっきり遊ぶ→忙しい中でも時間を作ることが出来るようになる、メリハリがつく
- ⑥先生との繋がりが→先生が持っている情報や人脈は無敵大!!

### 社会に出る前のみなさんへメッセージ

なりたい自分になるには、何を学んで、何を身につけていくべきかを考えて行動したらいいかと思います。でも、わたしは何が正解がよくわかっていなかったため、たくさんの方に挑戦してきました。キャパオーバーになることも多くありましたが、その都度、助けてもらいながらなんとか今まで努力し続けることができています。挑戦する姿を見てくれる人はきっといます、そう信じて、楽しみながら頑張りましょう!

何があっても

諦めない意思是

大事



米子工業高等専門学校  
建築学科 准教授

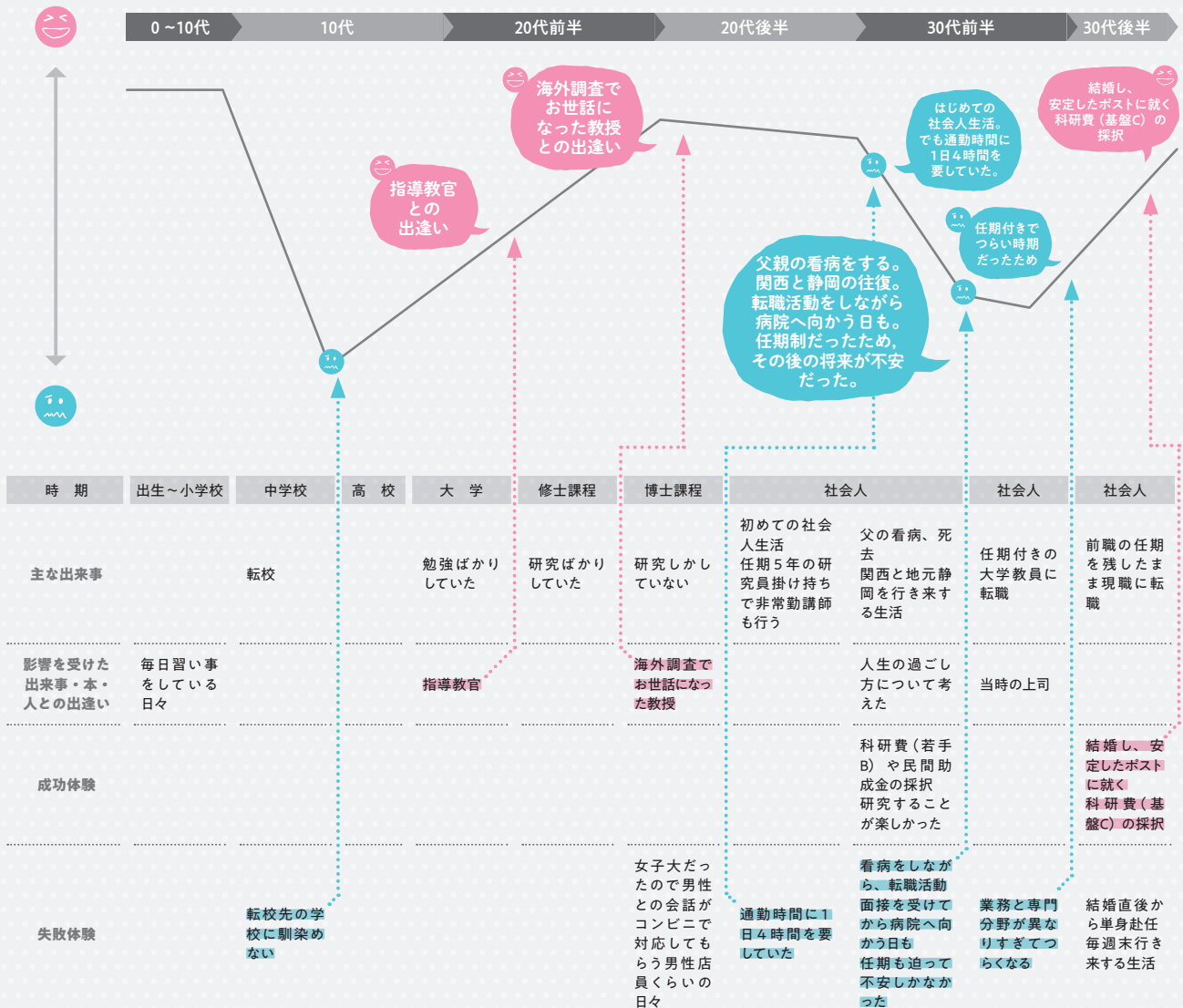
天野 圭子

Profile

【学歴】 奈良女子大学大学院

【職歴】 公立研究機関  
国立大学

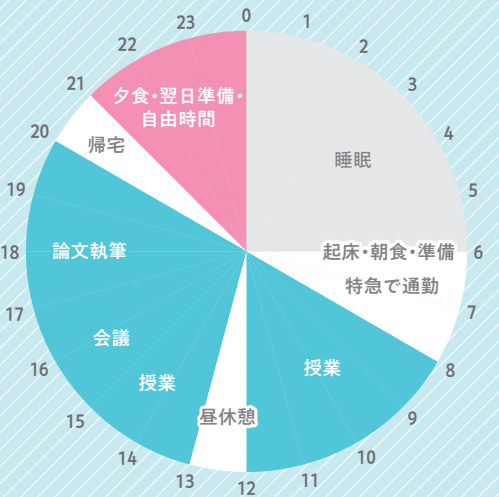
My Career



## 天野さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	起床						
7:00	特急で通勤	起床	起床	起床	起床		
8:00		通勤	通勤	通勤	通勤	起床	起床
9:00							
10:00	授業	授業	授業	授業	研究	家事	家事
11:00							
12:00	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩		
13:00							
14:00	授業	授業準備、 学生指導	授業準備、 学生指導	授業	授業準備、 学生指導		趣味
15:00							
16:00	会議	会議	会議	会議	会議	家族と過ごす	
17:00							
18:00	研究	研究	研究	研究			
19:00					特急で通勤		
20:00	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅		家族と過ごす
21:00							
22:00	家事・ 翌日準備	家事・ 翌日準備	家事・ 翌日準備	家事・翌日準備	家族と過ごす	研究	
23:00							
0:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 天野さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

これまで公立研究機関で調査研究や国立大学ではプロジェクトを推進する業務に就いていました。  
現在の米子高専では建築学科の教員の役割を持ち、研究したいことがあったため選びました。

### 学んでおいて役立つこと

好きなことを極めることも大事ですが、人と接する仕事でもあるので、いろいろな事に興味を持つとよいです。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

様々な経験を積むとよいです。幼少時代に意識せずに取り組んだ習い事などが、意外と役立っています。

### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

何があっても諦めない意思是大事だと思います。人との出会いも大切にしてください。

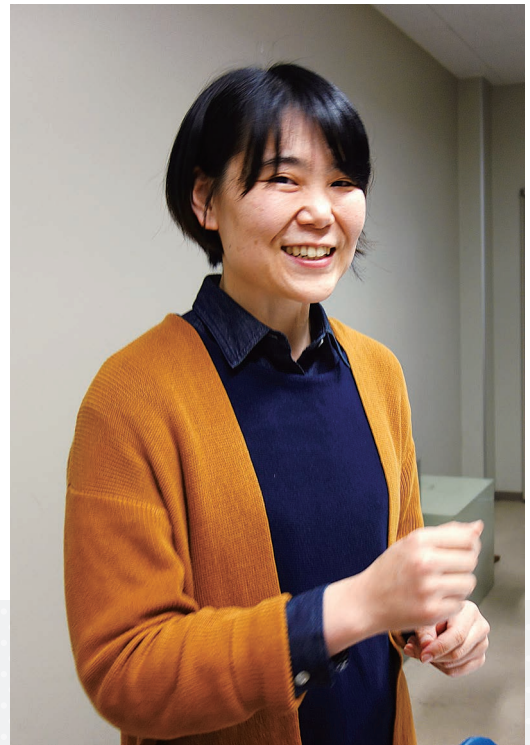
ネットだけではNG

人と話をしないと

始まらない

米子工業高等専門学校  
物質工学科 助教  
遠藤 路子

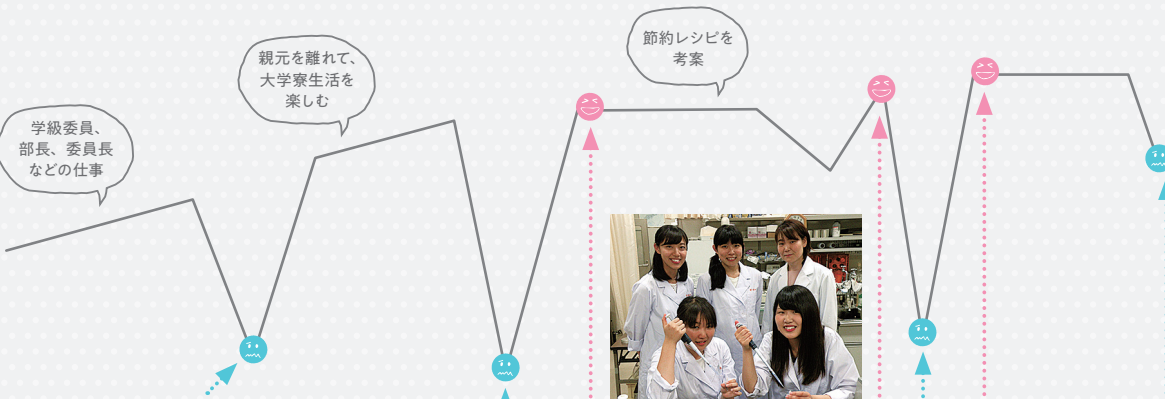
Profile  
【学歴】 奈良女子大学 生活環境学部  
生活環境学科  
広島大学大学院 生物園科学研究科  
博士課程後期 在籍中  
【職歴】 千代むすび酒造株式会社  
独立行政法人 酒類総合研究所  
地方独立行政法人  
鳥取県産業技術センター  
食品開発研究所



My Career



0~10代 10代 20代前半 20代後半 30代前半 30代後半

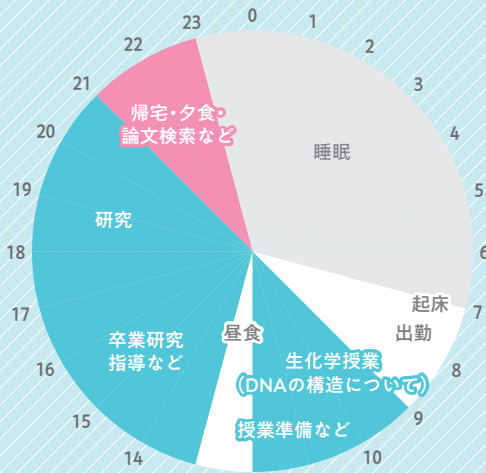


時期	出生~小学校	中学校	高校	大学	社会人	社会人	社会人	社会人	社会人	社会人	社会人
主な出来事	夏休み期間中の陸上、水泳練習	大山登山をして爽快感を感じるソフトテニス部	車の免許取得でドライブが好きになる高専での勉強が難しい→楽しくなる	3年次編入で大学へ寺院めぐりや観光名所など満喫友達が増える	地元の酒造会社に勤務	酒類総合研究所の非常勤職員となる	節約レシピを考案資格勉強を開始	地方公務員試験を受ける車購入	鳥取県職員となり、食品関連の研究をすすめる	米子高専の教員となる	大学院へ進学し働きながら仕事を始める
影響を受けた出来事・本人との出違い	学級委員、部長、委員長などの仕事	みんなを盛り上げる大下さんの力	茶華道同好会の顧問写真家の植田正二に会い、写真を誉められる	大学の先生、友達、先輩近隣大学の友達		酒造の方との出違い酒類総合研究所の非常勤職員になる	醸造関連の先生方と話をする清酒について熱く語る仲間	D・カネギーの道は開ける	所長怖い先輩	多くの学生恩師	
成功体験	書道で優良な賞を多数受賞	学内の合唱コンクールで3年連続優勝(学校内のみ)	毛筆の免許状をもらう茶華道同好会の同好会会長になり部へ昇格	親元を離れて、大学寮生活を楽しむ	醤油蔵の製造責任者になる	時間に余裕ができ、運動や料理などを楽しむ	怖い先輩と遊びに行くなど距離を近づける		初めてもらうボーナスに感動豊かな気持ちになる	気になっていた研究の続きを5年ぶりに再開	
失敗体験	犬に追いかけて犬が怖くなる	ソフトテニスの部活中に骨折	約1時間に1本の汽車に乗り遅れて待ちぼうけ(数十回)	好きに飲食した為、激太り	醤油蔵の製造責任者という重圧に負ける	正職員ではないため節約生活	車が壊れる資格試験を受けるが不合格		業務の多さと、自分の手際の悪さに悲鳴を上げる		仕事とのバランスを保てず、大学を休学する

## 遠藤さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00					起床		
7:00	起床	起床	起床	起床			
8:00	出勤	出勤	出勤	出勤	大学へ移動	起床	
9:00	担当授業	研究	寮 校務	研究		研究	遠出
10:00	授業準備		担当授業	研究	研究打ち合わせ		
11:00	昼食 近隣散歩	昼食	昼食	昼食	昼食		
12:00	卒業研究指導	担当授業	授業準備など	担当授業	研究打ち合わせ	帰宅	
13:00		会議		研究	大学講義出席		
14:00	研究	研究	夕食	帰宅	自宅へ移動	遠出	
15:00			学生寮 寮行事	家族との団楽	帰宅		
16:00	帰宅	研究	帰宅	文献検索など	文献検索など	家族との団楽	
17:00	文献検索など		ゆっくり過ごす	文献検索など	文献検索など		
18:00	就寝	帰宅・就寝	就寝	就寝	就寝		就寝

## 遠藤さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

私は、食品や微生物に関することに興味があります。「好きな事を仕事にはいけない」という意見もありますが、例えば個人的に微生物を培養して有用微生物を取得して、世に広める。このようなことができる個人は限られた人だと思います。企業や組織に属して研究を進めると多くの人と意見を交わすことができるので、早く成果を出すことができます。また、県職員の頃、企業の方に分析・衛生手法を指導する際に丁寧に教えることで、しっかりと理解してもらい食品事故などを減少する事ができるという大切さを感じました。このことから、私は社会で即戦力となるように学生に指導をし、学生と一緒に研究を進めることがしたいと思い教員となりました。

### 学んでおいて 役立ったこと

私は高専で5年間を過ごした後に、大学へ3年次編入をしました。高専時代には主に化学(有機化学、高分子化学など)、物理を学び、大学では食品化学や食品衛生学、栄養学、微生物学など食品に関わる分野について学びました。食品の調理、保管、衛生管理、体内での代謝などは化学に関係ないように感じますが、有機化合物や化学反応ばかりでは説明ができません。基礎的な化学知識を学んでいたことで、より深く食品、微生物専門知識を身につけることができたと思っています。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

資格をとっておくことをお勧めします。職場で責任者となる時に、資格が必要とされる事があります。仕事をしながら資格の勉強をする事はとても大変です。学生のうちに外国に行ってみるといいですね。いつもよりも遠い場所、普段はいかないところに行ってみよう。知識が広がります。ネットだけで情報収集はNG! 人と話をしないと始まらないですね。

### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

私は転職をたくさんしていますが、転職をしたおかげで多くの方と出会い、話をする事で多くの情報を得ることで知見も広がりました。転職を進めているわけではありません。幅広く多くの人と話をする機会を持つようにしてください。SNSなどでは気の合う人とも話をしていっていると思います。でも、少し苦手な先生、先輩、友達とも話をして下さい(無理のない程度に!)。何か新しいヒントをくれるかもしれません。また、いろいろなことにチャレンジして自分の視野を広めてください。無茶ができるのは学生の時だけです!

これはつらかった！

失敗した！と思う経験を

持ってる人は強い



日立金属株式会社 安来工場 帯鋼工場  
早見 莉子

Profile  
【学歴】 兵庫県立神戸高専高等学校 普通科  
関西大学 化学生命工学部  
化学・物質工学科  
マテリアル科学コース専攻

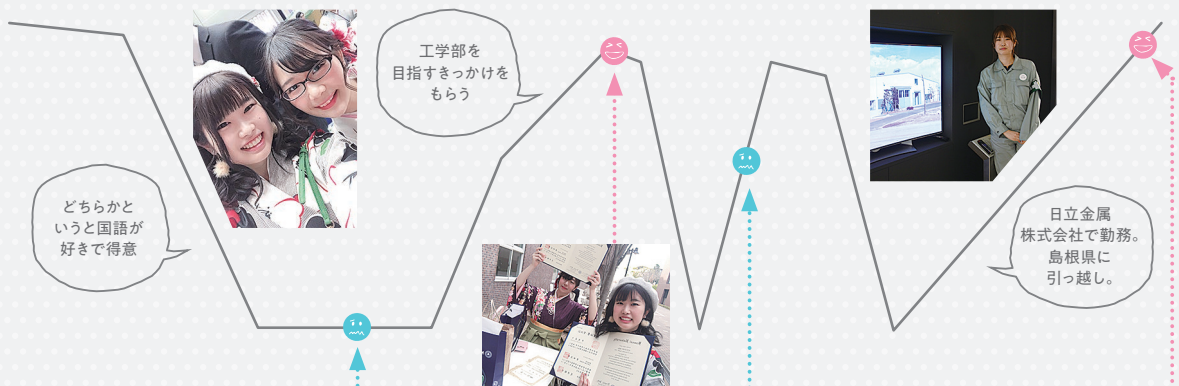
## My Career



0~10代

10代

20代前半



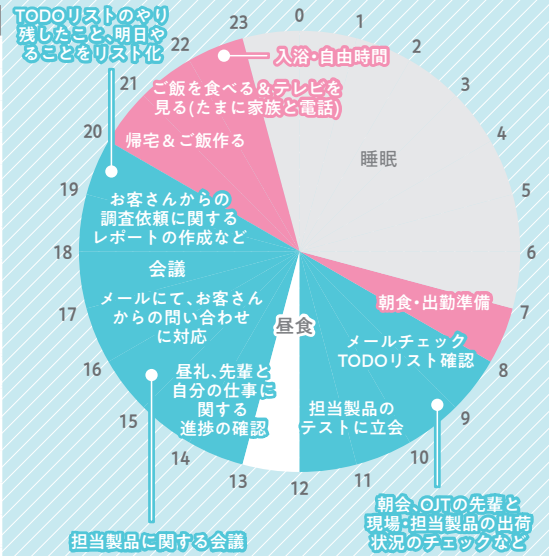
時期	出生~小学校	中学校	高校	大学	社会人
主な出来事	転校を繰り返すため人間関係は定まらない状態 理科も算数も好きではなくどちらかという国語が好きで得意 特に目標はなし	公立の偏差値の高い学校に入学 周りとの学歴の差に、勉強が嫌いになる 同級生は受験へのライバル視が強くこの頃の友達は少なかった	すべり止めの公立高校普通課に入学 中学と違い、常にポジティブな友達が沢山出来る 周りにはポジティブな子が多く、今までと違った世界を体験する	推薦入学のため、高3春から勉強しておらず大学の授業についていけず、毎日図書館で泣きながら勉強をしていた 4年生からサンゴに関する研究を開始	日立金属株式会社で勤務 島根県に引越す 関西以外に住むのは初めて
影響を受けた出来事・本・人との出逢い		神戸高専のオープンハイスクールに行き、機械や金属に何となくの憧れをもつ 得意教科は国語と社会（歴史・公民）	進路指導と担任の先生から大学では工学部を目指すきっかけをもらう	工学部での学び 工学分野について日々勉強する 就活は周りの人よりも視野を広げて、多くの企業を見て比較する	社内・職場の環境が想像以上に良く、先輩にも恵まれる
成功体験		高専に行きたいという目標をもつ	3年間、コツコツ勉強し成績トップを維持！希望していた私大、工学部（材料系）に推薦で合格	サンゴの研究を通じて企業の人など大学以外の大人と接点がふえた	日立金属株式会社に内定 安来工場初の女性エンジニアとして配属される 1年目とは思えない大きなプロジェクトに参画
失敗体験		高校受験に失敗		推薦で決まったからといって、勉強を怠ってしまった	日々の業務に慣れていないためバタバタして、疲れてしまい業務外の勉強（外国語習得）に力を入れることができない



## 早見さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠		
7:00	起床&朝食	起床&朝食	起床&朝食	起床&朝食	起床&朝食		
8:00	入社	入社	入社	入社	準備	睡眠	睡眠
9:00	朝礼、週末に完成した製品の出荷状況確認など	朝礼、TODOリスト確認	朝礼、TODOリスト確認	朝礼、TODOリスト確認			
10:00		先輩と担当製品の出荷状況確認など	会議など	現場確認	大阪へ移動	朝食	
11:00						大阪で買い物&昼食	起床&朝食
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食		準備
13:00	次の日に行う製造テストの準備(計算やシュミレーションなど)	担当製品の製造テストの立会	先輩と進捗状況の確認	会議		島根に移動	自由時間
14:00		お客様からの問い合わせ調査依頼対応	先輩と進捗状況の確認		出身大学でリクルート活動	同期とランチ	
15:00		テスト結果の確認	会議	調査依頼対応		帰宅	帰宅
16:00	先輩と進捗状況の確認	先輩と進捗状況の確認		TODOリスト作成		自由時間	
17:00	お客様からの問い合わせ調査依頼対応	TODOリスト作成	TODOリスト作成	帰宅&ご飯作り		ご飯作り&食事	自由時間(ご飯や入浴など)
18:00	TODOリスト作成	食事	食事	入浴	大学時代の友人と	入浴	
19:00	帰宅&ご飯作り	入浴	入浴			自由時間	
20:00	食事	自由時間	自由時間	自由時間	帰宅&お風呂		
21:00	入浴	外国語の勉強			自由時間		
22:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠		
23:00							
0:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠		

## 早見さんのある1日



## 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

学内外の説明会へ行くものの「なにか違う」と感じていたこと、研究に時間をとられていたため、思うように就活が進みませんでした。そんな中、日立金属は面接日程を何度も調整してくれ、本番でも、これから歩みたい人生と技術営業になりたいという夢を親身に聞いてくれました。そして、「うちならその夢を叶えることができると思う」と言って頂けたことに縁を感じ、入社を決意しました。

## 学んでおいて役立ったこと

いろいろな世代とのコミュニケーションの方法。私は話すことが元々好きですが、百貨店での販売、塾でのアルバイトでそれを身につけました。学生はなんとか1人でもやっていけますが、会社員はなかなかそういうわけにはいきません。親以上に年の離れた先輩、年下の現場の方など色々な人がいて、自分のやりたいことをうまく伝えて仕事を進めていかなければいけません。また、偏見と言われるかもしれませんが理系と呼ばれる人は、コミュニケーション力が少し低い人が多い気がします。(私の感覚ですが...) 就活などで話せる理系は貴重と聞きますが、自分の考えをわかりやすく伝えて周りを巻き込みながらものづくりをすることがエンジニアの最大の魅力だと私は思います。会話が苦手な人は、接客業でアルバイトしてみてもいいかもしれません!

## 学んでおくと役立つこと(オススメ)

なんでも相談できる人を1人(でいいから)見つけることだと思います。これから、進路やライフプラン(結婚・出産など)で悩むことがあると思います。それらを相談できる家族、友達、先輩、同期、恋人、誰でもいいので自分の本心を話せる相手を頑張って見つけておくと、自分の人生がより良くなるかもしれませんね。つらい時、困ったときは全力で頼っていいと思います。その代わり(?)自分が頼られたときは、全力で支えてあげましょう。

## 社会に出る前のみなさんへメッセージ

自分の中でこれはつらかった!失敗した!と思う経験を持つて人は強いと思います。逆に多くの成功を経験し、つらかったと語れるような失敗をあまりしていない人は、社会に出て苦労している人が多い気がします。失敗をして立ち上がることで、対処方法や、自分のメンタルの保ち方、失敗しないためにはどうしたらいいかなどが経験則で何となくわかるようになります。それを学生のうちに経験していると、社会に出たときに思い切った選択を出来るかもしれないし、初めて尽くしの毎日でもなんとか頑張れるのではないかと思います。少し言葉はあらいますが、要するに、人間いつかは失敗をします。初めての失敗が遅ければ遅いほど、傷は深くなり立ち直りが遅くなると私は思います。なので沢山チャレンジして、少しの失敗を経験した方がいいとみなさんに強く伝えたいです。

失敗だと思ったことも

将来的に良かったと

思える

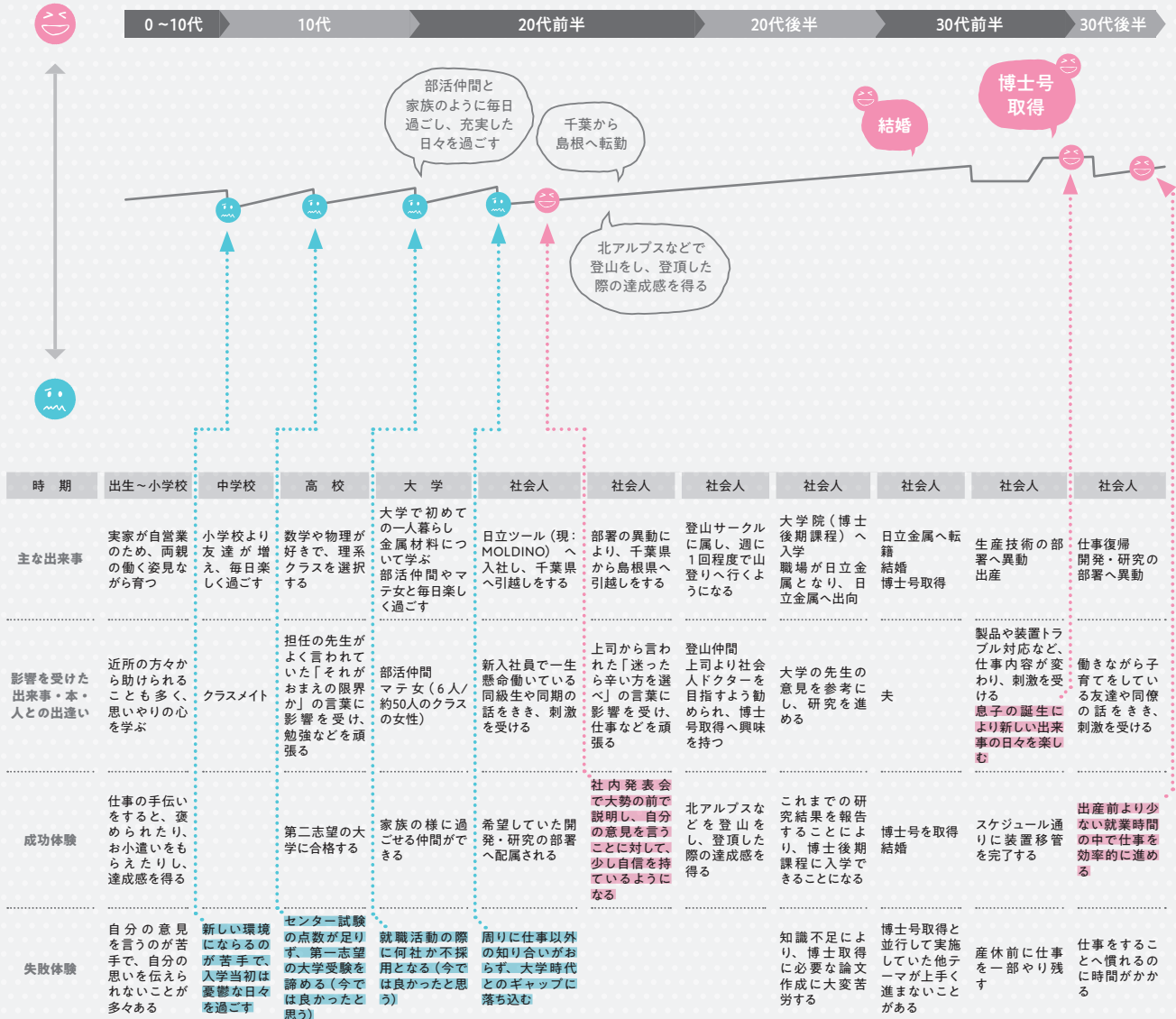


日立金属株式会社 安来工場  
ソリューション&エンジニアリングセンター  
森下 佳奈

Profile

【学歴】 熊本大学 工学部 知能生産システム工学科  
島根大学 総合理工学研究所 博士後期課程  
【職歴】 日立ツール株式会社  
日立金属株式会社

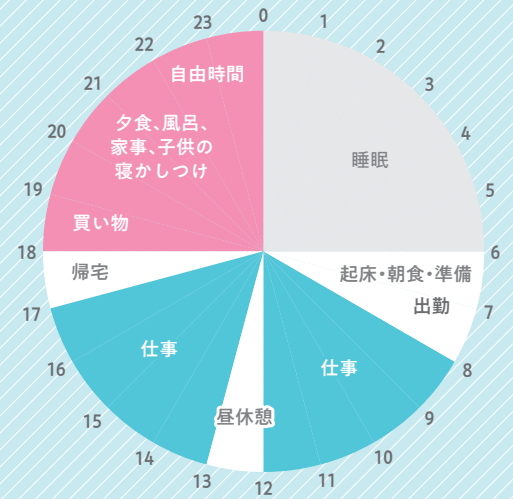
My Career



## 森下さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	起床・準備・朝食	起床・準備・朝食	起床・準備・朝食	起床・準備・朝食	起床・準備・朝食	睡眠	睡眠
7:00	出勤	朝食・移動	出勤	出勤	出勤	睡眠	睡眠
8:00	仕事	病院	仕事	仕事	仕事	朝食	朝食
9:00		出勤				家事・自宅で子供と遊ぶ	家事・自宅で子供と遊ぶ
10:00		仕事				お散歩	
11:00	仕事	仕事	仕事	仕事	仕事	昼食	昼食
12:00	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼食	昼食
13:00	仕事	仕事	仕事	仕事	仕事	水族館	買い物
14:00						自由時間	
15:00						自由時間	
16:00	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅	自由時間	自由時間
17:00	買い物	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ
18:00	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ
19:00	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ	夕食、風呂、家事、子供の寝かしつけ
20:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間
21:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間
22:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
23:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
0:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠

## 森下さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を選んだきっかけ

幼いころからものづくりに興味があり、漠然と人々に役立つ新しいものを作りたいと考えていました。就職活動の際に、大学の先生から切削工具メーカーの日立ツール（現：MOLDINO）には先輩が毎年就職しており、よい会社だと勧められたため、推薦を頂いて日立ツールへ入社することになりました。その後、縁があり、当時親会社であった金属などの材料メーカーである日立金属へ転籍することになりました。

### 学んでおいて役立つこと

私の場合は、大学時代に学んだことを仕事でよく使いますので、金属材料の基礎知識を学んでおいてよかったと思います。忘れていたりや大学時代に理解できていないことも多々ありますが、その都度、教科書を読み直して勉強しています。

### 学んでおくと役立つこと(オススメ)

英語を学んでおくといと思います。分からないことに直面したとき、日本語よりも英語で調べる方が世界中の情報を得られ、勉強になることがあります。私は仕事を進めるときに、世の中にとって新しいことなのかを英語の論文や特許で調べることがありますが、その際にとっても苦労しています。

### 社会に出る前のみなさんへメッセージ

失敗だと思ったことも、将来的に良かったと思えることがたくさんあります。何事にも一生懸命頑張ると結果がついてきますので、色々なことに挑戦して楽しんで下さい！

視野が広がることは

必ず仕事や生活にも

生きていく



カナツ技建工業株式会社 総務部  
(広報・企画開発担当)  
チームリーダー

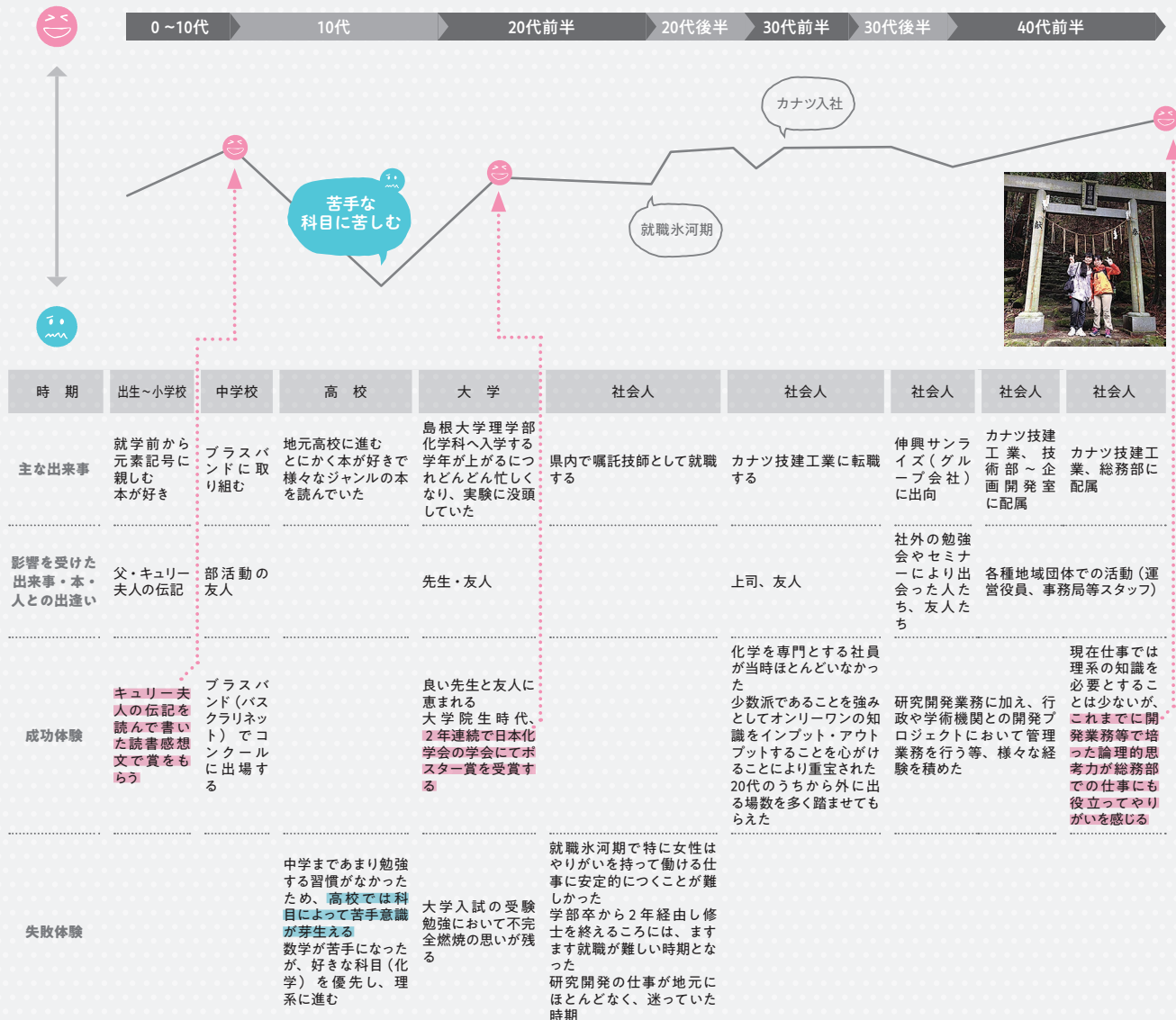
福井 晴子

Profile

【学歴】 島根大学大学院 理学研究科  
化学専攻 博士前期課程

【職歴】 島根県環境保健公社  
株式会社伸興サンライズ (出向)

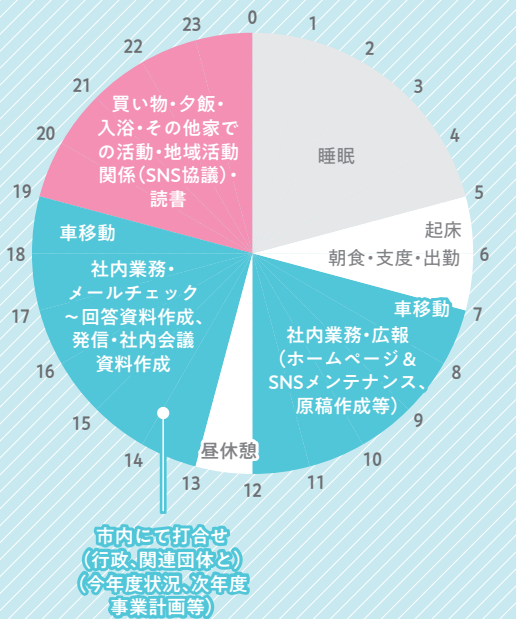
## My Career



## 福井さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
5:00	起床	起床	起床	起床	起床		
6:00	朝食・支度・出勤	朝食・支度・出勤	朝食・支度・出勤	朝食・支度・出勤	朝食・支度・出勤		起床
7:00	車移動	車移動	車移動	車移動	車移動	起床	朝食・支度・家での活動
8:00	入社	入社	入社	入社	入社	朝食・支度・	
9:00						家の用事・休憩	地域活動
10:00	勤務	勤務	勤務	勤務	勤務		
11:00							
12:00	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼休憩	昼食	
13:00							
14:00						買い物等外出	
15:00	勤務	勤務	勤務	勤務	勤務		団体スタッフと打ち合わせ
16:00						帰宅	帰宅
17:00							
18:00	退社→車移動		退社→車移動	退社→車移動	移動		帰宅
19:00	帰宅	買い物等	帰宅	帰宅		夕飯・入浴・その他家での活動	夕飯・入浴・その他家での活動
20:00	買い物・夕飯入浴・その他家での活動	運動(ヨガ等)	夕飯入浴・その他家での活動	買い物・夕飯入浴・その他家での活動	会合・懇親会		
21:00							
22:00		夕飯入浴・その他活動					
23:00					帰宅・入浴・その他活動		
0:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝		

## 福井さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

昔から化学について興味があり、学生時代には実験を中心に研究に取り組んでいましたので、研究者もしくは技術者といった職業に興味がありました。現在勤務しているカナツ技建工業株式会社には、開発業務を行いたいというきっかけで入社しましたが、会社の事業としては総合建設業・総合水処理事業を行っているため、社内の技術者は土木・建築分野の人間がほとんどを占めており、私のように学生時代に学んでいた化学を専門に学んでいた人はほとんどいませんでした。そのため、化学については他の人より詳しいということを自身の強みとし、社内で一番詳しい専門のスキルを身に付けて仕事を自己研鑽で知識のインプットに取り組みました。

### 学んでおいて 役立ったこと

入社当初に行っていた開発業務は、自ら計画を立て、実施し、結果をまとめ、考察を行います。これは、分野は違っても学生時代に研究を行っていたやり方をそのまま活かすことができました。その後さまざまな業務に携わり、現在は総務の仕事を行っていますが、この中では大学や大学院で学んだ化学の知識を直接使うことはありません。しかしPDCAサイクルを回して自分で業務改善を行っていくのに、理系での学びで鍛えられた論理的思考力が大変役に立っています。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

職場以外での様々な人とつながったり、仕事以外の知識や興味を持つことは、とても大事だと思います。視野が広がることは、必ず仕事や生活にも活きていきます。仕事で初対面の方と話す際に、趣味の話をする事で一気に親しくなったり、また地域活動で知り合った人と、何年後かに一緒に仕事をする、ということもありました。また、全然違う分野の知識が仕事上のアイデアに繋がることもあります。

### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

1日24時間のうち、睡眠時間を除くと、1日の半分の時間は仕事に費やすことになります。人生のなかでも大きな時間を占める仕事ですので、いかに仕事を楽しめるかがとても重要だと思います。同じ時間を使うなら、やりたいことをやってください。苦手なものを避けるというより好きなものを大切にする選択をしてほしいです。無難に生きるということよりも、後で振り返った時に良かったと思える進路選択をしてほしいと思います。

仕事を楽しめれば

プライベートも

より楽しめる

川崎重工業株式会社  
技術開発本部 技術研究所  
材料研究部 特別主席研究員

小鯛 亜紀

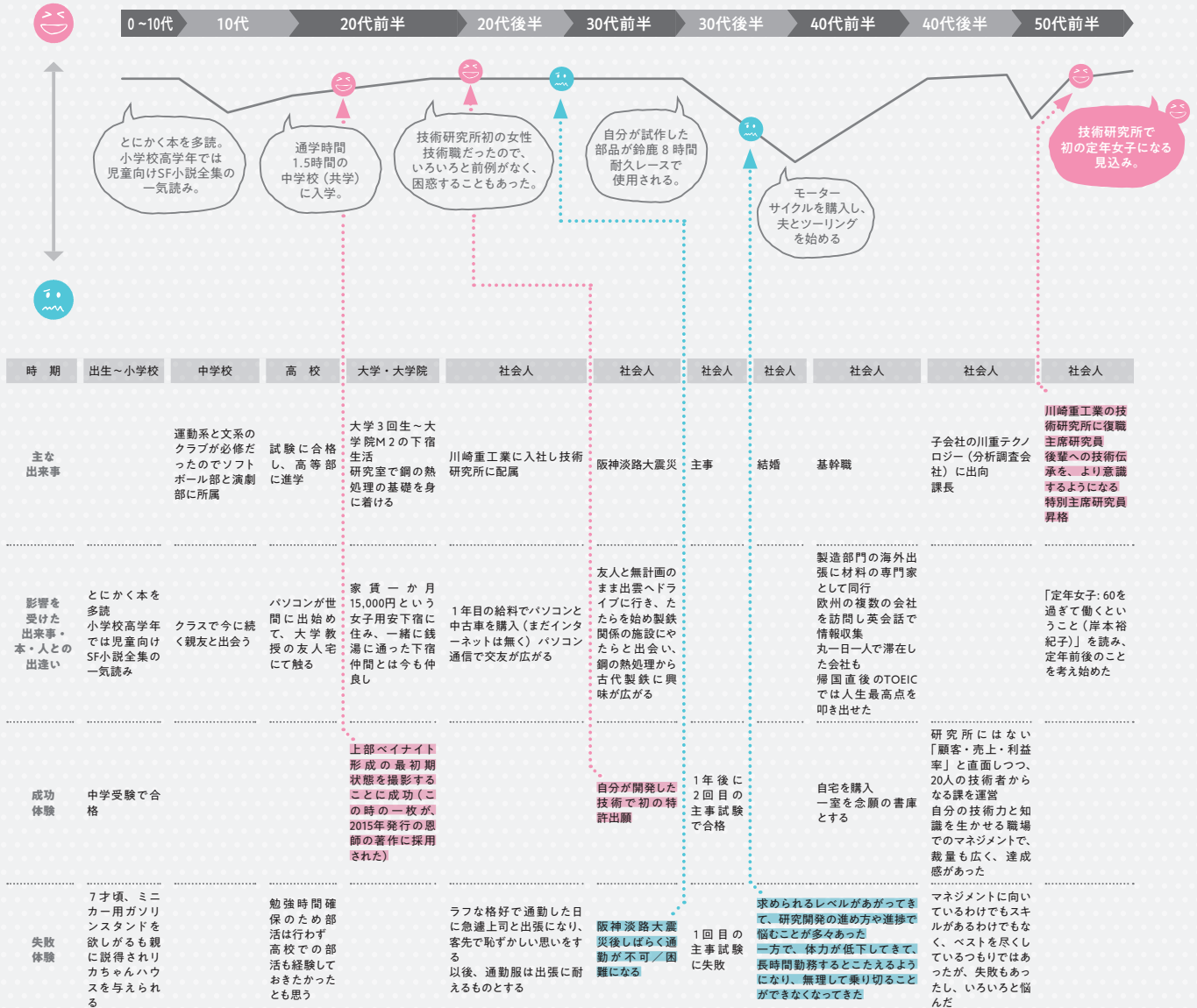
Profile

【学歴】 京都大学 工学部  
京都大学大学院  
工学研究科 修士課程

【職歴】 川重テクノロジー株式会社  
(出向)



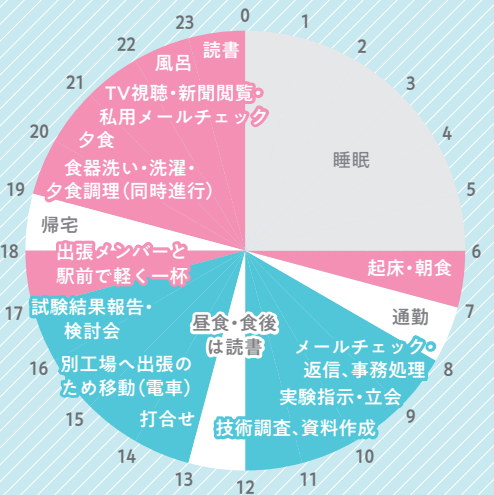
My Career



## 小鯛さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食	睡眠	睡眠
7:00	通勤		通勤	通勤	出張の移動	起床・朝食	起床・朝食
8:00		新幹線等で移動			神戸の工場 で打合せ	家事	家事
9:00	勤務		勤務	勤務		家事	町内公園清掃
10:00						買い物	
11:00					移動 (途中で昼食)		
12:00	昼食・読書	昼食	昼食・読書	昼食・外出(郵便局)		昼食	
13:00						日帰り ツーリング	
14:00	勤務	千葉県の 工場で開催の 進捗会議	勤務	勤務	勤務		家事
15:00							いろいろと 好きに過ごす
16:00							家事
17:00	帰宅 (途中で買い物)		帰宅(途中ス ポーツジム)	帰宅 (途中で買い物)	帰宅 (途中通院)	家事	家事
18:00	家事	新幹線等で 移動 (車内で夕食)	家事	家事	家事	夕食	夕食
19:00	夕食			家事	家事	団楽	団楽
20:00			家事	家事	家事		
21:00	風呂、家事、 その他		風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他
22:00		風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他	風呂、家事、 その他
23:00							
0:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 小鯛さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

大学で鉄鋼材料の研究室に所属し、そこでの研究活動が気に入っていたので、企業で材料関係の研究職に就きたいと考えました。同時に、できれば関西圏で暮らしたいという希望もありました。そこで、関西圏に研究所のある鉄鋼系の会社2社と重工系の会社1社を希望先として就職活動を行いました。最終的には、「鉄鋼系の会社には鉄鋼の専門家はたくさんいるが、重工系の会社では少ないはず。」および「材料を作るのもよいが、使う方から関係するのもおもしろそう。」という考えから、重工系の現会社に決めました。(注:当時の就職は、学校推薦を得ることがほぼ唯一無二の条件であり、一人が得られる学校推薦は1社だけでした。)入社後、社内で希少価値(?)の材料技術者として扱ってもらえ、また多岐にわたる製品に関わっているので、当時の考えは間違っていないと思っています。

### 学んでおいて 役立ったこと

実験の仕方、進め方を学び、実験装置のお世話をする。人任せにしないで自分の手を使うこと、自分で見ることの大切さ。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

メール等で効率よく確実に情報をやりとりするスキルも大切ですが、人と一緒に仕事をする上では、直接会って話すことも大切だと思います。そして、会話によって情報交換や意見伝達を行う場合、その場で素早く誤解なく相手に理解してもらう必要があります。生来得意な方もおられますが、会話によるコミュニケーションが苦手という方は、情報伝達のコツを学ぶのもよいと思います。あと、実践で役立つ英会話。英語による発表や講演を聞き取るだけのヒアリング能力をつけておけたらよかったです、と思うことが多々あります。

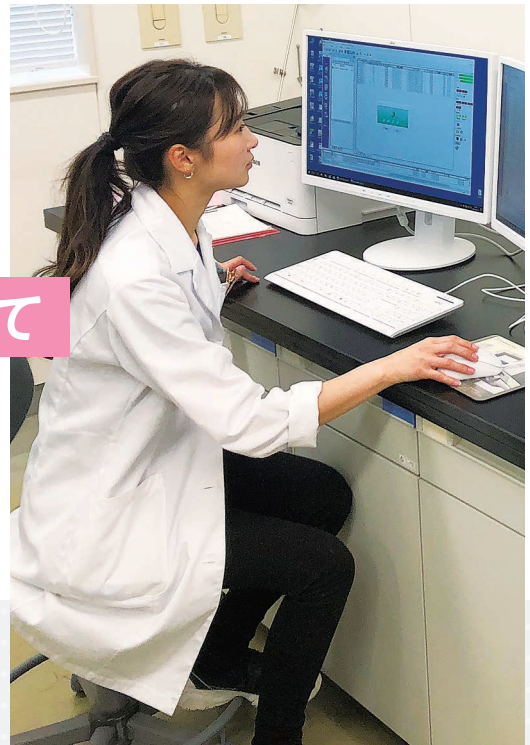
### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

社会人の期間は学生の期間よりもずっと長く、人生のかなりの割合を占めます。そして就職すると、一日のうち職場で過ごす時間が占める割合が大きくなります。だから、好きになれる仕事について、好きになる努力もして、いろいろしんどいことや厳しいことや凹むこともある仕事を、楽しめるよう願っています。仕事を楽しめれば、プライベートも、より楽しめると思います。

話を聞く力と第三者の

立場で自分を見る力を養って

おくとよい



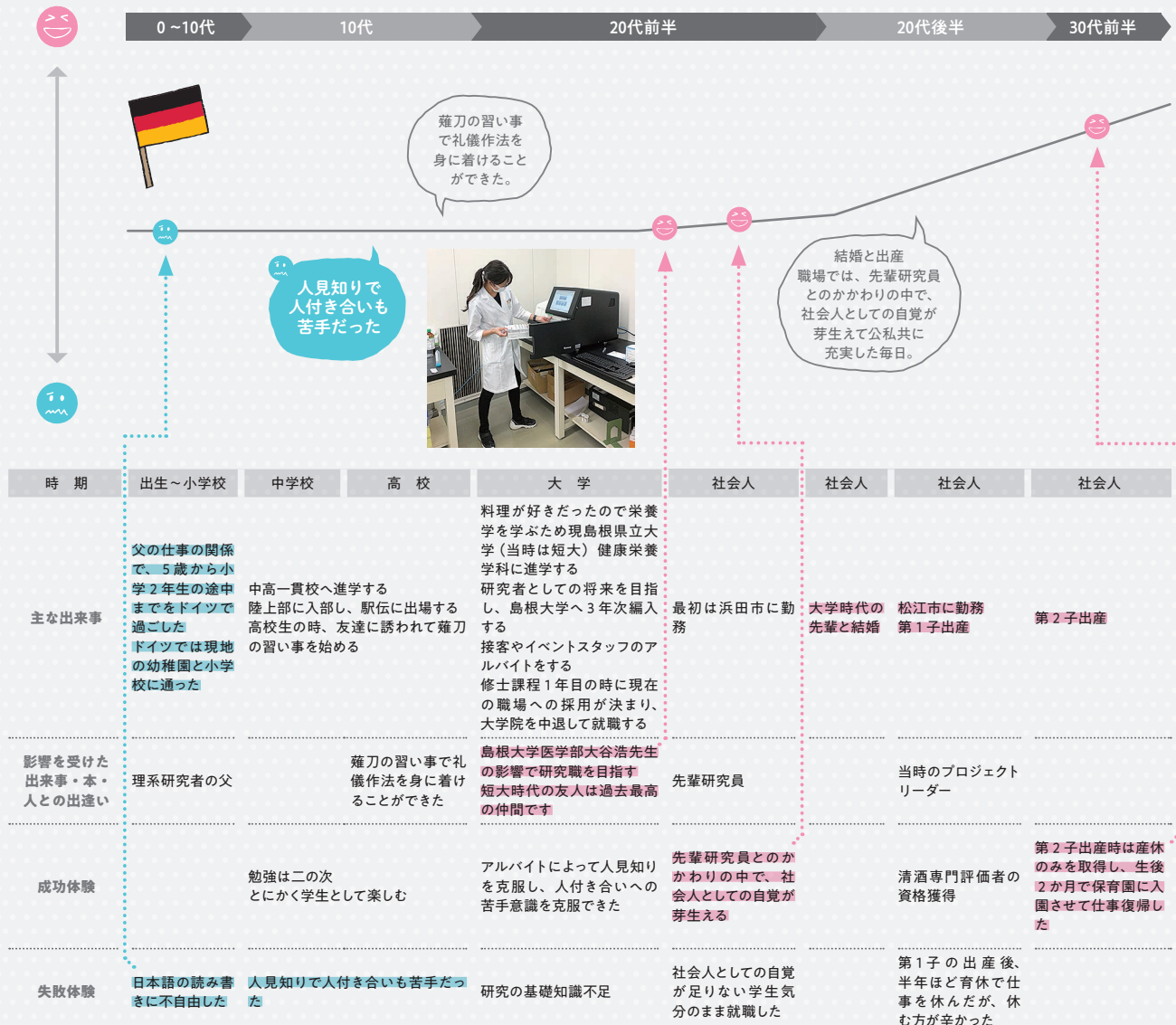
島根県産業技術センター  
生物応用科 主任研究員

秋吉 渚月

Profile

【学歴】 島根県立大学短期大学部 健康栄養学科  
島根大学 生物資源科学部 生命科学科  
島根大学大学院 生物資源科学研究科  
生物生命専攻 博士前期課程

My Career

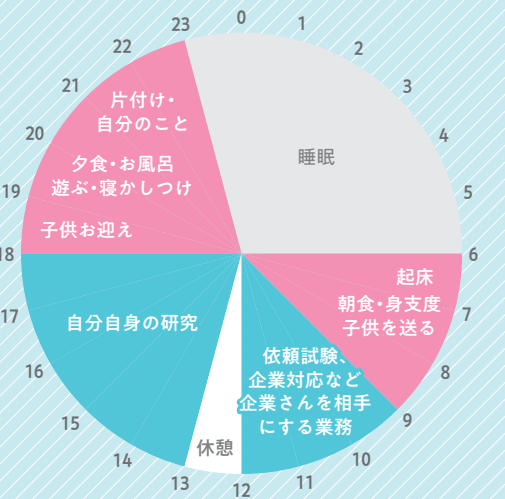




## 秋吉さんのある1週間

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	起床	起床	起床	起床	起床		
7:00	朝食・身支度 子供送る	朝食・身支度 子供送る	朝食・身支度 子供送る	朝食・身支度 子供送る	朝食・身支度 子供送る	起床	起床
8:00						朝食・身支度 (仕事の日 はこどもを保育園へ送る)	朝食・身支度
9:00	研究	研究	研究	研究	研究		
10:00						子供と遊ぶ (仕事がある 日は仕事)	子供と遊ぶ
11:00							
12:00	休憩	休憩	休憩	休憩	休憩		
13:00							
14:00							
15:00	研究	研究	研究	研究	研究	お昼ごはん	お昼ごはん
16:00							
17:00						子供と遊ぶ	子供と遊ぶ
18:00	子供お迎え	子供お迎え	子供お迎え	子供お迎え	子供お迎え		
19:00	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ	夕食・お風呂 遊ぶ・ 寝かしつけ
20:00							
21:00							
22:00	片付け・自分のこと	片付け・自分のこと	片付け・自分のこと	片付け・自分のこと	片付け・自分のこと	片付け・自分のこと	片付け・自分のこと
23:00							
0:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 秋吉さんのある1日



### 今の仕事(この企業)を 選んだきっかけ

私は、自分自身がスポットライトを浴びて前に出たり、リーダーシップを発揮してみんなを引っ張っていくというよりも、活躍する人を裏で支える縁の下の力持ちになりたいという思いが強くなりました。

島根県産業技術センターは、新技術開発のための先導的な研究開発だけでなく、企業の製造現場等で発生する問題点や新製品開発における課題解決のための相談を幅広く受けている技術的支援機関です。ここなら私が大学で学んできた生化学の知識と、取得した栄養士の資格の両方を仕事に生かすことができると思い、今の仕事に就きました。

### 学んでおいて 役立ったこと

人との接し方、気の使い方、距離の取り方などのコミュニケーションについて、私自身も高校生の時まで強い苦手意識を持っていましたが、大学時代のアルバイトを通じて苦手意識を克服しておいてよかったと思っています。

研究といえど、人と人をつなげる仕事なので、コミュニケーション能力は社会に出た後、とても重要だと思います。

### 学んでおくと役立つこと (オススメ)

学んでおいて役に立ったコミュニケーション能力の中で、学生時代には特に「話を聞く力」と「第三者の立場で自分を見る力」を養っておくとよいと思います。

ぜひ普段の生活の中で、人と話すときに相手の真意について深く考えてみたり、自分自身が言ったことを後で客観的に振り返ってみたりを意識してやってみてください。

### 社会に出る前の みなさんへメッセージ

「勉強ができる＝仕事ができる」とは一概には言えないのが仕事の難しさです。

自分が持つ良い部分を見つけて、それを伸ばせる期間が学生生活かと思います。ぜひ学生の時には勉強だけでなく、部活動や友達とのかかわりなども大切に、その中で自分に合う将来のイメージを見つけてください。

---

文部科学省科学技術人材育成費補助事業  
ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（牽引型）

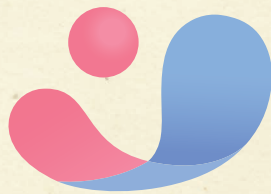
## ロールモデル集 Vol.5

発行日：2020年3月31日

発行：島根大学ダイバーシティ推進室

---





ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ(牽引型)

**SAN'IN** ダイバーシティ  
推進ネットワーク