

はたらくって

おもしろい



●かわさき大好き！●



Vol.2

## 将来の夢や好きなことを見つけられないと、仕事にはつけない!?

「自分の好きなことを見つけよう」と言われても、どうしたらいいのかよくわからない…。そんな風に思ったことはありませんか。実際の社会に身をおいてみないと、自分は何が好きなのか、自分には何ができるのか、なかなかわからないものですね。

今の自分が「好き」「やりたい」ことがあるのはもちろん素晴らしいことですが、社会の課題や変化を知るなかでそれが変わったり、見つかったりすることもあります。人が職業を選ぶのではなく、職業が人を選ぶこともあり、「自分探し」だけでなく「社会探し」をするのも大事にしたいですね。



似たような「ことば」だけど、実は意味がぜんぜん、違う。



使用者に仕え、(お金と引き換えに)働くこと。イヤイヤながらであっても、やむを得ずにする行動も含まれます。主体性のある／なしが、仕事と労働との違いになります。

働く

頭と心と身体をつかうこと全部。学校生活・職業生活・家庭生活・市民生活など社会活動と生活行動の違いを問わず、個人があらゆる生活の中で経験する様々な役割を遂行する活動で、動作の大小も問いません。だから、職業生活以外にも、家事、学校での係活動、ボランティア活動なども「働く」ことと言えます。また、働くには「端(他人や周りの人)を楽にする」という意味もあります。

仕事

文字どおり、「事」に仕えること。何かをつくりあげる、成し遂げるための行動で、意味ある目的を持った主体的な活動のことです。

労働

職業

社会の中で役割を果たす  
自己成長 お金を稼ぐ

この3つの要素からなる仕事が、職業です。職業は、人の生き方を大きく左右し、自分の持ち味を出しながら自分を成長させ、社会の必要に応じて経済的な報酬(つまりお金)を得るといった目的性を持った仕事のことです。

## 「家事」は、仕事? 労働? 職業?

「洗濯をやりたくない、やる時間がないので、クリーニング屋さんに出してやってもらった」

…洗濯をする時間がなかったり、特に洗濯するのが難しかったりするなかでリクエストに応え(社会の中での役割)、お客さんに代金(報酬)をもらい(お金を稼ぐ)、几帳面で丁寧な自分の性格を活かし(自己成長)、クリーニング屋さんを営んでいるならば、それは「職業」にあたります。(クリーニング師)

「私も家族の一員だけど、疲れているし、できればやりたくないけど、仕方ないからやる」

…やりたくないけど、やむを得ずに行っているならば「労働」になります。主体的にはなくやっているのに、特にお金が払われないので「家事労働」にあたります。



「私も家族の一員で、きれいになるのは好きだから、自分からすすんでやる」

…家庭生活に必要な事と考え、主体的に家事を担っているならば「仕事」にあたります。

日本では、共働きの家庭が増えてきているにもかかわらず、男女で家事時間に大きな開きがあります。(このことをもっと深く知りたい場合は、ホームページへ) 家事が職業になっている例としては、他にも、保育士、介護士、家事代行(ハウスキーピングなど)、スーパーや食品の宅配サービスなどもあります。



## 社会が変われば、職業も変わる!

ネイリスト WEBデザイナー 貸本屋 → レンタル業 飛脚 → 宅配業

新たに登場した職業(例)

形を変えた職業(例)

職業は社会に求められて成立するという側面がありますので、昔はあったけれども今はない、反対に、昔はなかったけれども今はあるものもあります。

あなたが今「好きなことや夢」がわからなくても、気になる職業について「やっていく」ために必要な技術・知識・ノウハウがなにごとで、それをどのように身につけていけばいいかを調べてみるのもいいでしょう。ある職業から、その周りにある職業についても調べ、職業のつながりを知るのも大事なことです。この冊子には、職業のつながりを示す図があるので活用してくださいね。

# 防災士

防災知識を活かして、家庭・職場・地域などで行う、防災訓練や防災教育講習会の企画や運営をします。また災害時には、みなさんと協働して、避難や救助・救命活動、避難所の運営なども行います。

＊わたしの好きなスイーツ  
鎌倉ほしの「ももんぱんまんじゅう」



友人が見つけた求人パンフレットに「新入社員研修で潜水訓練を行い、潜水士資格をとります」とあり、「泳ぐの得意だし、受けてみたら？」と推され、就職試験を受ける。

理科の先生に勧められていったイベントでの大学の先生の話が面白く、楽しそうに話す姿にあこがれた。

0時限(朝7時半)から授業があり6~7時限まで。受験前になると、夜学で夜8時まで授業

大学では地質の勉強をしていて、それを活かせる仕事をしたかった。

理系科目は得意だけど、物理と化学は苦手

中学生

高校生

10代

学校の先生になりたかった。

中学時代に出会った好きな先生がいる大学に合格。しかし、先生が好きすぎてゼミに入るのは断念。

20代

大学生

message

夢を追いかけて仕事を選ぶのもいいと思いますが、働きながら夢を見つけて叶えていくのもいいと思いますよ。



防災士  
うえそのともみ  
**上園 智美さん**  
日本ミクニヤ株式会社

## 必須アイテム

バッグ

夏なら、このバッグ1つで1泊もできる!



面接したその日の夕方に会社から「来ませんか」という連絡があり、この会社に決まった。卒業間近の1月。

日本全国で、楽しくて役立つ「防災」の仕事を実施中。

就職

「砂防」という土砂災害を防ぐ業務

25歳頃

30代

仕事がとても忙しく、上司と相談して仕事の量を減らし、内容も変えてもらった。砂防だけでなく、支店のサポートや経営のことなど、いろいろなことをさせてもらい、視野が広がった。

会社のキャッチコピーは「やりたいことができる会社」。しかし、やりたいことがはっきりしていなかったので、やりたいことを聞かれるのがいやだった。「ぼうさいカフェ」の業務の担当になったことがきっかけで、防災教育をやりたいと思うように。



(注)防災士…NPO法人日本防災士機構による認定資格です。同機構のカリキュラム履修と資格試験を受けることが必要です。

災害時に、私がみなさんの命を守りに行くことはできません。みなさんが自分で自分の命を守る知恵を、一緒に考えていきたいと思っています。

## 1日の過ごし方

- |       |                     |   |
|-------|---------------------|---|
| 07:00 | 起床<br>朝食            | イベント全体が上手くいっているか、隅々まで目を光らせています。         |
| 09:00 | 自宅出発                |   |
| 10:30 | 会場準備                | イベントのタイムキープや次の準備など)                     |
| 13:00 | 開場                  |   |
| 13:30 | イベント開始              |   |
| 16:30 | イベント終了              |   |
| 17:30 | 会場片づけ<br>(意見交換会)飲み会 |   |
| 21:00 | 帰宅<br>入浴            | イベントに来てくださった大学の先生たちから、防災の最新情報を教えてもらったり。 |
| 23:30 | 就寝                  |   |

# 保健師

人々の健康と安全をサポートするため、地域、学校、企業などで、健康維持・増進の啓発や予防活動をしたり、病気を患う人のいる家庭や子どものいる家庭の相談にのり、療養や成長・発達の支援をしたりします。

## ＊わたしの好きなスイーツ

満の口・フォルジュ洋菓子店の「マロングラッセ」

そのまちにあるおいしい洋菓子、特にケーキを見つけて買う、食べ歩きが好きです



「治す」のも大切だけれど、病気になる前に何とかできるのではないかと思い、行政保健師を目指すことに。

大学病院勤務。



## 大学病院

地元の川崎市麻生区で、任期付職員の保健師として働き始める。

## 必須アイテム

4色ボールペン

複数の方と話をしてメモをするとき、誰が話したのかまで色分けでわかる。



相談者やその家族が安心して、生き生きと過ごしているところを間近で見る時はやりがいを感じる。

思いを聞いて、なるべく希望にそえるように支援する中で、「やりたいこと」と「できること」の差の調整に苦勞することも。



目の前の1つ1つの支援から学ぶとともに、区や市などの地域全体の健康課題の克服にも挑戦し、「川崎に住んで良かった」と思ってもらえるように努めていきたい。

中高6年間はバスケットボール三昧。

大学の学生相談センターで事務補助のアルバイト。心だけではなく身体的、経済的な問題を抱えている学生が多いことを知り、幅広い支援の必要性を考えるように。



10代 中学生 心理学を専攻  
20代 高校生 大学① 大学②

看護の道に進むことを決め、神奈川県立保健福祉大学に入学し、保健師、看護師、社会福祉士の資格を取得。

## 市職員に

2012年に正規職員として採用

不安な気持ちを抱えた方の心をほぐせないときは悩むが、先輩方に相談したり、助言をいただいたりして乗り越えている。



地域の相談者訪問には自転車が必要!



取材を受けたすくらむ21インターンシップ生と。

(注)保健師…保健師になるには看護師国家試験に合格した後、定められた保健師養成課程修了による受験資格を得て、保健師国家試験に合格すると保健師免許が得られます。

## ●1日の過ごし方

|       |                                   |
|-------|-----------------------------------|
| 06:30 | 起床                                |
| 08:15 | 出勤                                |
| 08:30 | 業務開始<br>事業計画作成<br>窓口対応<br>新規相談者対応 |
| 12:00 | ランチ<br>職場の仲間とフットサルやランニング          |
| 13:00 | 訪問                                |
| 16:00 | 記録<br>対応方針の相談                     |
| 18:00 | 業務終了                              |

会議が入ると20~21時になることも…

スーパーで買い物して自炊  
20:00 夕食  
テレビやDVDを観る  
24:00 就寝

message

得意なこと好きなことに限らず、苦手なことにも挑戦してみましょう。信頼できる人から勧められたこともやってみましょう。新たな一歩につながるかもしれませんよ。



保健師  
みしま ひでお  
三島 英雄さん  
川崎市高津区役所  
保健福祉センター高齢・障害課

**JICA職員・援助コーディネート業務**

さまざまな問題を抱える途上国と開発援助を行う日本を結ぶ懸け橋の役割。例えば、相手国で井戸を建設する場合、設置場所の調査から技術者派遣、機材輸送、設置後の維持管理への協力まで、幅広く手掛ける。青年海外協力隊の派遣も仕事の一つ。

☆ わたしの好きなスイーツ

新丸子・結屋(ききょうや)の「花苺」(いちご道明寺)



イギリス留学。帰国後、日本でケニアの理数科教育プロジェクトなどの日本側窓口になる。

ガーナ事務所(アクラ)勤務。あちこち奔走しているうちに熱意が伝わり、ガーナの人々と良い関係を築くことができた。



国際開発の勉強ができる大学に進学。アルバイトで資金を貯めて、アメリカに語学留学も。

音大に進むつもりだったが、世界への関心が高まり、国際関係が学べる大学に行こうと決意。

a-ha(ノルウェーのアーティスト)にハマり、英語や洋楽好きに。



大学院

30代

日本の本部で、企画関係部署とアフリカ担当部署に勤務。

地域でのつながり作り、復職準備になると思い、NECワーキングマザーサロンに参加。「想い」をもった人たちのつながりが大きなパワーになることを実感。

日本で大学院にも通い、民間連携について勉強。



40代



子どもと一緒にアフリカ駐在がしたい。文化の違いを体感し、広い価値観を身につけてほしい。NECワーキングマザーサロンのつながりをどんどん大きくしていきたい。



外部からサポートはできても、最終的にガーナの問題はガーナの人たちにしか解決できず、また援助には限界があり、民間の力は大きいと実感し、帰国。

結婚後、出産・育児休業。育児がこんなに大変だと思っていなかった。「近所に知り合いもいなくてどうしよう」といった不安を感じる。



●1日の過ごし方\*ガーナ事務所勤務のころ、日帰り出張のある場合。

|       |  |                |
|-------|--|----------------|
| 06:00 | 起床   |                |
| 07:00 | 車の迎えがやってくる   | 移動時間が3時間は短い方   |
| 10:00 | 現地到着   |                |
| 12:00 | エンジニアや専門家が現地に来る前に、機材などを設置する場合のインフラや衛生面の事前確認、ガーナ側受入機関との調整など実地調査を行う。 |                |
| 13:00 | 街の食堂で昼食  |                |
| 16:00 | 事務所に戻って上司に口頭で現地の報告。メールチェック、本部とのやり取りなどの書類仕事や、プロジェクト専門家との打合せを行う。     |                |
| 19:40 | 仕事終了   | 家事はメイドさんにしてもらう |
| 20:00 | 帰宅   |                |
| 24:30 | 夕食後はピアノを弾いたりすることも。就寝   |                |

急用時は24時頃に日本本部に自宅から電話することも。日本本部の仕事開始時間の9時がガーナ時間では24時

message

「世界は広い」です。先入観をもたないで、いろいろなことを見てほしい。まずは自分の好きなところから入って、そこから関心を広げていくといいと思います。国や職種の異なる人々との仕事は大変ですが、やりがいも大きいです。



JICA職員・援助コーディネート業務  
ひろせ めぐみ  
**広瀬 恵美さん**  
JICA  
(独立行政法人国際協力機構)



ガーナ食:パンクー(トウモロコシの粉を練って発酵させたお団子みたいなもの)、オクラのシチューが好き

# 企業内 研究員

大学だけでなく、企業にも製品や技術などの研究・開発をする研究員がいます。一般的には大学院に進んで研究を深め、企業に研究員として採用・配属されます。

＊ わたしの好きなスイーツ  
くだもの、特に「いちご」



毎日欠かさず食べるようにしている。味覚狩りも好き

生物の授業を受けて、生命のしくみや病気など、生理学を学びたかった。

親の仕事で家族でアメリカに引越し。

日本に帰国。日本語を話すことや漢字が読めずに苦労

獣医学部(6年間)。でも獣医師になる人はクラス30人中5人程度。

20代

大学生

年に何回かは海外旅行にも。エジプト旅行が一番印象的。大学生活の後半は、研究室に入りずっと研究。

生物と化学を専攻。

高校生

チアダンスをやっていた。

小学生

10代

帰国後、中学生

理数科目が好き。



企業内研究員

にしきた なつみ  
西方 菜摘さん

味の素株式会社  
イノベーション研究所

message  
将来の夢を描けていなくても、自分の好きなことととんチャレンジし続けることが大事です。社会人になってから必要とされるスキルは、勉強した内容ではなく、様々な社会勉強や経験から得られるものも多くあります。学生だからこそできる体験をたくさんしてください。

続けているもの

チアダンス

高校時代に友達に誘われて始めた、社会人チームのチアダンス。地域の色々なイベントに出場しています！



時短勤務なので、仕事でも家庭でも優先順位をつけて効率的に進めるように心がけている。家族に協力してもらい年に4~5回海外出張にも。

約1年間、出産と育児のため休職。

30代

復職。イノベーション研究所で海外への事業展開に携わる。

社会人になってもチアダンスチームに参加。

技術をお客様に届ける現在の仕事は自分のやっていることが社会にどのようにつながるのかが見えやすく、やりがいを感じる。

1日の過ごし方

- |       |              |                                 |
|-------|--------------|---------------------------------|
| 06:00 | 起床           |                                 |
| 07:00 | 家族で朝食        |                                 |
| 08:00 | 保育園へ登園       | フレックス制のため、10~15時のコアタイムに出勤       |
| 09:30 | 入社           |                                 |
|       |              | メール等で仕事上のパートナーとやりとり。            |
| 12:00 | 昼食           |                                 |
| 13:00 | デスクワークや資料整理。 |                                 |
| 16:00 | 退社           | キッチンにいるときも、できるだけ子どもと一緒にやるように。   |
| 17:00 | 保育園にお迎え      |                                 |
| 18:00 | 夕食           |                                 |
| 20:00 | お風呂          |                                 |
| 21:30 | 子どもの寝かしつけ    |                                 |
| 22:30 |              |                                 |
| 24:00 | 就寝           | 子どもと遊ぶ。おままごとや絵本を読む。プーームはおおかみごっこ |

お弁当を持ち寄って語学の勉強会や情報交換のようなこと週1~2回しています。



ご飯の下ごしらえや片付けなど、家事は子どもが寝てから。子どもと一緒に寝てしまい、夜中に起きてやることも!?



自分の専門性を深め、社内で「このことならこの人に聞けばいい」と思われる存在になっていきたい。

タイマーセットしておいた洗濯物を干したり、家事や子どもの準備で朝はバタバタ

**NPO団体  
代表/  
ライター**

ライターは、本の企画を立てて出版したり雑誌などからの依頼にもとづき文章を書いたりします。NPOも団体ごとに子育て・キャリア・スポーツ・経済など、それぞれに得意な活動分野があり、メンバーの関心・得意分野を活かして活動しています。

＊ わたしの好きなスイーツ

「夫がつくってくれるスイーツ」



ホットチョコバナナ

総合政策学部で、ゼミでは異文化理解を戦略的に進めていく異文化マーケティングを勉強。

プラスバンドの部活一色。



自分の音楽の能力では食べていけないと見切りをつける。

卒論では納得いく結論が出せず「この研究はこれからも続けていく」と言いた。

中学生

20代  
大学生

10代

高校生

もう少し広い世界を見たくなり、転職活動。

入社後に編集に転向すればいいと、営業職でフリーペーパーの会社に。

船上で国際交流をする「世界青年の船」に参加。報道で伝えられていない現実を聞き、帰国後、編集の仕事を探す。

金融関係企業に就職。女性であることを理由になかなか引継ぎしてもらえない。目標の数字を達成するため、新規開拓。

**大事なもの**

**娘の存在**

仕事をしていると理不尽なこともあるけれど、家族がいると癒されるところがある。



営業経験を活かして自分を売込み、多くの企画を提案。だんだんと編集の仕事も。

香港の日本語校の編集職に。

防災の専門家ではないからこそ、ライターやクリエイターの経験を活かして、楽しみながらできる防災の取組みを企画し、子どもを守る防災の啓発を行っていききたい。

子どもは大きくなっていくので、就職ということだけに限らず、ママ自身の色々な生き方を支援していきたい。ママたちが自身が充実すれば、子どもの虐待もなくなっていくのではないかとと思う。

30代

帰国。仕事のし過ぎで体調を崩す。

香港への話を断る口実で観た香港映画の1本にハマリ（でも実は中国映画）、香港へ旅行。滞在中に香港の人材紹介会社に登録、仕事が決まる。

妊娠・出産しても、子育てや家事の延長線上で仕事を再編成すればライターとして続けられると気づき、勉強。

ママを応援するNPO法人MAMA-PLUGを立ち上げる

**1日の過ごし方**

- 04:00 起床
- 07:00 仕事&家事
- 08:30 家族を起こす
- 08:30 保育園に送る
- 移動
- 10:30 企業など、最初のアポイントメント先を訪問（ミーティング）
- 12:00 昼食
- 13:30 関係者と打ち合わせ
- 15:00 パソコンなどで仕事
- 19:00 子どもの迎え
- 22:00 子どもを寝かす

ノートパソコンを持ち歩いて合間に編集の仕事をしたり、本屋さんにリサーチに行ったり

すくらむ21まつりに親子防災のブースを出展。



NPO団体代表/ライター

ロー 紀子さん

NPO法人MAMA-PLUG理事長

*message*  
たとえ希望しなかった仕事を与えられても、腐ることなく、全力で取り組んでいけば、自分の力になります。常に本気で取り組むクセをつけておくと、本当にやりたいことが見つかった時に、チャンスを逃しません。

**団体代表 / 会社社長**

人生1回しかないので、会社での仕事だけではなく、家事や子育て、地域活動や社会貢献など、全てを楽しみたいですね。ワーク・ライフ・バランスは人生の基本です。

✦ わたしの好きなスイーツ  
バレンタインに「妻がつくれたチョコ」



バンコク（タイ）に海外赴任。

約10年間、鉄鋼の部署で働く。

友人と会社を設立。旅行会社と組んでスキーツアーなどを企画・運営。



子ども誕生。

30代

自分の発想でいろんなことに挑戦できるとの考えから、総合商社に入社。

20代



大学生

理工学部

高校生

中学生

10代

野球が好き。選手をしながら監督としてチームをまとめ、優勝！

貸しレコード屋のアルバイトでは、高校生で店長に。貸出方法を変えたりオリジナルチャートを作ったりと様々な工夫。



団体代表 / 会社社長  
かわしま たかひさ  
**川島 高之**さん

NPO法人コチカラニッポン理事長 / 三井物産ロジスティックパートナーズ株式会社代表取締役

*message*  
「好きな事」と「得意な事」を掛け算すると、必ず自分に合った仕事が見つかる。好きな事とは言い換えると、ワクワクする、時の経つのを忘れるような事。得意な事とは、勉強だけではなく性格や長所でもいいし、また欠点も裏から見ると長所になる。仕事とは、好きな事×得意な事の中で、「人に役立つ事」を指すのだ。

**こんな社会にしたい！**

斬新な発想や純粋な視点など「子どものチカラ」を大人が借りる。また大人に役立つという過程を通じて子どもが伸びていく。この「大人と子どもの相互補完（共同作業）」が、家庭や地域、会社で当たり前となっている社会にしたい。



父親の子育てを支援するNPO法人ファザーリング・ジャパンの理事に就任。

商社の強みも生かせる新事業を会社に提案。



会社での仕事（ワーク）、家事や子育て（ライフ）、地域活動や社会貢献（ソーシャル）という、3つの軸に全力投球。

PTA会長や少年野球コーチなど地域活動も積極的に。また「社会で役立つ経験」を子ども達に提供するNPO法人コチカラ・ニッポンを設立し代表になる。

帰国。家族と過ごす時間を確保するため、会社を変える（転職）のではなく仕事の内容を変えればいい、金融ならば専門性を磨けば東京で働いていられると思い、海外転勤を断り金融部門に異動。

15分単位で仕事を組むようにし、社員にもそう伝えている

会社の社員がワクワクして仕事をするようにしていきたい。また、子ども達が「社会での実体験」を通じて、好きな事×得意な事を見つけ、夢や目標を持てるようにしていきたい。



**1日の過ごし方**

- 05:30 起床  
家族の朝食と息子の弁当づくり
- 06:00 ニュースをみながらストレッチ
- 06:40 メールやFacebookでNPOやPTA関係のチェックとやりとり
- 07:10 息子と朝食 妻はすでに出勤
- 08:00 出勤
- 08:50 デスクで今日やることを整理したり、予定の確認メールチェック（スタートアップ時間） 会議は1日10件くらい
- 09:30 社内外で打合せ 退社
- 18:30 退社 妻からメールで指令が。でも、品物名だけ...
- 19:30 帰宅 地元で夕食の買い物
- 20:00 家族で食事・晩酌
- 21:30 朝同様に、メールやFacebookでNPOやPTA関連のチェック、やりとり
- 22:30 ストレッチをしながらニュースを見る
- 23:00 就寝 ただ、すぐ寝てしまう。様々なジャンルを乱読





# 水中写真家

海に生きる動物をはじめ、水中写真を専門とする写真家。写真展や写真集のほかにも、出版社からの依頼を受けて雑誌や書籍に使用する素写真を撮影したりします。

## ＊わたしの好きなスイーツ

かどの駄菓子屋 駄フジパンビ  
黒糖ドーナツ棒



学校では飼育係。父親のダイビングに海までついて行き、海の中にはどんな景色が広がっているのかと興味をもつ。

なぜか2月の寒い季節にはじめて海に潜り、魚の世界にお邪魔した感じが心地よく、感動。ダイビングにやみつきに。

看護師になりたかった。



短大 20代

保育士になる(1年間)。

知人から水中写真を見せてもらい、すごく素敵で写真を勉強したいと思う。

保育士を辞めてスタジオでCMカメラマンに。

中学生

10代

3年間ソフトボール部。顧問の先生の子供を見てかわいいと思い、保育士さんになりたいと思う。



水中写真家  
おざき  
尾崎 たまき さん  
フリーランス

message  
興味があることが見つかったら、とりあえず、それをするために動いてみてほしい。たとえ目標に辿り着かなくても、その過程できっといい出会いがあるから。思い立ったら即実行でやってみよう！

## この職業ならではの

ダイビング機材、着替え、水中撮影用カメラ、陸上撮影用カメラ、ストロボ etc.。自分では持てないくらい重いので電車乗継はできず、空港までは車が必須。



水中カメラマンとしてやっていくために、2か月ほどオーストラリアで写真をいろいろ撮りためる。

フリーに。直後に震災があり、被災地へ行き、取り残されている動物を撮影。写真展の開催が増え、写真絵本、写真集も出版。

水俣の海には定期的に潜り撮影。この海にあふれる命の輝きを皆に伝えたいと思う。

30代  
捕食や交尾の瞬間を撮影。貴重な非常に興奮！

求人雑誌の表紙やパンフレットの写真撮影。

東京の師匠に撮りためた写真を見せたら「捨ててしまえ」と言われたが、どうにか弟子に。

出身は熊本！



尾崎たまき(著)『水俣物語』新日本出版社

真水でカメラを洗浄、バッテリー交換、メモリーをハードディスクに入れる

夕景や食事シーンなどを、合間に陸上の写真撮影

伝統漁法や漁師さんの姿を写真で残していきたい。

## ●1日の過ごし方\*取材に出て撮影をする日

- 06:30 起床
- 07:00 朝食
- 08:30 出港
- 09:30 1本目ダイビング

船の上なら、温かい飲み物や、クッキー、フルーツで糖分補給

1時間くらいは潜りっぱなし

- 10:30 休憩
- 11:30 2本目ダイビング
- 12:30 港に戻ってランチ
- 14:00 出港
- 14:30 3本目ダイビング
- 15:30 ダイビング終了
- 16:30 帰港
- 夕食準備
- 21:00 写真セレクト
- バッテリー入替
- 24:00 就寝

# 鍼灸 マッサージ師

鍼師、灸師、あん摩マッサージ指圧師の3つの国家資格を持っているのが、鍼灸マッサージ師です。鍼灸院だけでなく、整形外科・接骨院・訪問マッサージなどの医療・介護分野、癒しマッサージなどの健康サービス分野、リンパマッサージなどの美容分野など、色々な分野で活躍できる職業です。

✦ わたしの好きなスイーツ

手作りクレープ



自分で好きなものを入れて巻くので、2歳と1歳の子どもにも好評!

陶芸の道にも興味があったが、「これからは女性も手に職を持った方がいい」という母のすすめと、祖母が車いす生活になったことがきっかけで、人の役に立てる仕事をしようと、鍼灸専門学校に。

高校の選択授業で陶芸に興味を持つ。何も無いところから作品が出来ていくのが面白い。

ディズニーランドのアルバイトで「毎日が初演」と教わる。今でも心の片隅に残る言葉。

美容関係に興味をもち、アルバイトをしていた美容会社に就職。

工芸科に進学。ものづくりに励む。

中1から6年間、父親のすすめでゴルフを習い、家でも毎日練習していたが、自分はあまり好きでない。



鍼灸マッサージ師

あさの あきこ  
**朝野 明子**さん

朝野接骨院・鍼灸マッサージ院、  
朝野在宅マッサージ

*message*

常に心のアンテナを立てて、自分の好きなことを見つけたい。興味があることができれば思いっきりトライしてみてください。自分の両親がどういう仕事をして、どうやって自分を育ててくれたかを考えることも大切です。仕事をしているところを見られると、もっといいですね。

## お気に入りのスポット

夢見ヶ崎動物公園

自宅から近い、夢見ヶ崎動物公園に子どもとよく行きます。お気に入りは、シマウマとペンギン。



ガンになった祖母の「自宅で最期を迎えたい」という思いを応援しようと決め、高齢者に向けたマッサージを志し、ヘルパーの資格をとることに。

結婚。夫は鍼灸院の分院を任されており、手伝う。

出産と開業が重なり、産後1か月で職場復帰。子どもをおんぶ、抱っこしながらはたらく。

独立し、自分の鍼灸院を持ちたい!

高齢者の自宅訪問マッサージも。

30代

### ●1日の過ごし方

2人の子どもを自転車に乗せ陸橋を超えて20分!

|       |                           |                      |
|-------|---------------------------|----------------------|
| 06:00 | 起床<br>朝食・お弁当づくり           |                      |
| 08:00 | 子ども2人を保育園へ                |                      |
| 09:00 | 接骨院始業<br>訪問マッサージ          |                      |
| 12:00 | 昼食                        | 施術カルテ記録整理、午後の準備も     |
| 13:00 | 事務処理                      |                      |
| 14:00 | 午後の診療<br>院内で施術            | 子どもが年子なので、「戦争」状態(笑)  |
| 17:30 | 保育園に迎え                    |                      |
| 18:30 | 夕食 風呂                     |                      |
| 21:00 | 子どもを寝かせる<br>夫の夕食の準備、翌日の準備 |                      |
| 01:00 | 就寝                        | つばりリンパセルフマッサージの勉強、研究 |

毎日終電まで働き、いつも「いつ辞めようか」と考えるくらい大変だったが、今の自分のマッサージ技術の土台に。



# ロボット研究開発

ロボットと聞くとヒト型ロボットをイメージしがちですが、ヒト型でなくとも、倒壊した建物などに入って点検をしたり、災害時のレスキューに役立つロボット、医療・福祉ロボットなど、私たちの生活の安心・安全を向上させるロボットなどの研究開発をします。

☆ わたしの好きなフシスイーツ

納豆とお好み焼き

和食が大好き!



ラジコンなど、ものづくりが好き。

NHKのロボコンに憧れる。

中学生  
高校生

10代

18歳

大学受験に失敗、浪人生活

機械工学科

大学

大学の研究と趣味のロボットの両立が難しい。時間を巧く使わないと

成績の関係でロボットの研究室に入らず、趣味でやることに。

ロボカップ (ロボットのサッカー大会) で国内優勝

大学院では人工心臓の研究

大学院

ロボカップで再度優勝し、フランスで行われる世界大会に出場することに。

## お気に入りのモノ

カメラ(Canon EOS)

自称「軍事オタク」。立派なレンズで写真を撮るたくさん撮影することが好き。



大手メーカーの依頼でヒト型ロボットの開発に携わる

ヒト型ロボットはヒットしたが、「スマホや携帯でもできるんじゃないか?」、「踊ったり走ったりするロボットが必要か?」などの疑問を感じ、「人の役に立つもの」「人に届いて価値を産むもの」を作りたいと思うように。

大学などの研究機関

インフラのオーナーさん(プラントなど)

ロボット開発研究

メーカー

行政

商品化は難しいところもあるが、アニメのように「動き」で事がら表現する、モーションメディアとしてのロボットに挑戦してみたい!

30代

ロボットを売って欲しいといわれたのをきっかけに、世界大会出場の旅費・開発費捻出のために会社を設立(趣味が高じた形)

使えるロボットではなく使い続けられる、人と共存するロボットを、いかに安く、簡単に作るかを模索しながら開発製品を作っている。

## 1日の過ごし方

- 07:30 起床
- 08:30 子どもを幼稚園に送る
- 09:00 出社
- 打ち合わせ 毎朝、全社員で共有して作業効率UP!
- 12:00 昼食
- 打ち合わせ、事務作業
- 20:00 帰宅
- 限られた時間の中で最高のパフォーマンスを出したい
- 23:30 就寝
- 8時間睡眠は確保するよう努めています

家族で外食に出かけることもしばしば。

休日は電話が鳴っても出ません!



ロボット研究開発  
やまざき ふみのり  
**山崎 文敬**さん  
株式会社イクシスリサーチ  
代表取締役

message

技術というものは、いままで誰もやったことのないこと、できなかったことでも誰かがやった瞬間に誰にでもできるようになります。基礎知識を身につけながら、こういうものを作りたい、こういうことを実現したいとアイデアをもち、具体的な形にしてほしい。

# 会社役員

取締役の仕事は、会社の経営方針の決定、会社の経営計画の策定、人事労務の総合管理。取引先との交渉。業界団体での活動（具体例：警備業協会での活動）、地域貢献活動（具体例：St.Marianna しんゆりリボンズハウスでの活動）などです。

＊ わたしの好きなスイーツ



くず餅

ソフトボール部でエース。大学は体育学部に行き、高校の体育教諭になるのが「エースの証」と思い、何も考えずに自分もそうなると思っていた。

ソフトボール部。市で優勝、県でベスト8

自己流の練習で腰を壊し、体育教諭になるのは難しいと気づく。

中学生 高校生

10代



20代

警察学校。「仕事はニコニコ、バリバリ」という教官の言葉を今でもずっと守る。

交通部や少年犯罪捜査に従事。女性でも仕事をさせてもらえる時代を作っていこうと決意。

介護のために警察官を退職

2年間、ハンディキャップのボランティアも。

友達に「チョコレートパフェをおごるから一緒に警察官の試験を受けよう」と言われ、パフェにつられて受験し合格。

28才

message

自分で考えて自分で決めて生きていくと、自分の人生に責任と誇りがもてます。大切なことを決めるときには周囲のアドバイスは「エイ!!!」と切り捨てて、自分の考えにわがままになることを是非ともおすすめしたいです。

会社役員  
くりはしとし  
栗橋 登志さん

タケダ株式会社 取締役

St.Mariannaしんゆりリボンズハウス 副会長

## オススメの本

小説「長距離走者の孤独」  
(アラン・シリトー著、丸谷オー/河野一郎訳、新潮社、1973年)

人生の節目、節目で読み返す本。長い人生のうちに繰り返し読んで読む本に出会えると素敵！



介護との両立のためには「病院に勤めればいいんだ」と思いつき、病院関連事業を展開する今の会社に。前例のないことでも、仕事を任せてくれる民間企業の楽しさを実感。



被害少年サポーターとしてボランティア活動

40代

30代

29才

仕事に没頭しながら育児

警察の非常勤職員として復帰したが、介護との両立の難しさにぶつかる。

乳がんになる。人に助けってもらうことは悪いことでも恥ずかしいことでもなく必要なことだと心から思えるように。

患者さんの相談事にものる病院売店「ケアサロンさくら」を始める。

取引先との交渉、業界団体・地域貢献の活動

ボランティア活動を通して新しい人と出会うことでリフレッシュされる

家事が苦手な私は、その部分に大きなサポートをもらっています



会社内での勉強会講師

医療と企業とボランティアの関係の難しさはあるが、患者さんの治療と生活と就労を地域で結び、「みんなで治す」時代の活動をしていきたい！



## ●1日の過ごし方

\*乳がん手術後は極力この生活をするようにしています。

- 05:25 起床  
朝食の準備  
TVニュース・新聞のチェック
- 06:20 朝食
- 08:00 出勤  
アポ・郵便物の確認、事業所の巡回、社内会議、社員面談
- 12:00 昼食  
大きな声で会話するようにしています
- 18:00 帰宅
- 19:00 夕食  
家族とコミュニケーション  
TVニュース・新聞のチェック  
読書・ネットでの調べ物
- 23:00 就寝

## 教員のみなさまへ インフォメーション

川崎市男女共同参画センターでは、次のようなキャリア教育支援を行っております。  
いずれも学校の費用負担はありませんので、電話、FAX、E-mailにて、気軽にご相談下さい。

### キャリア教育のサポートメニュー

- 職場体験(1時間、半日、1日、3日、5日間のいずれかから選択)
- インターンシップ(5日以上※要相談)
- 市内事業所への職場見学会(企画～実施コーディネート)
- 職業人へのブリッジインタビュー(職場へ行つての取材活動の支援)
- 職業講話の講師派遣
- キャリア全般に関する出前授業(50分、90分のいずれかから選択)

本紙やすくらむ21のホームページでご紹介している職業人の協力を得て職場見学会、職業人への取材活動の支援を行っています。また、ご希望の講師の派遣や出前授業も実施していますのでご希望の際にはご連絡下さい。(年間の対応枠数があるので、事前にお問い合わせください)



手軽に活用できる、このキャリア冊子はホームページでもご覧いただくことができます。キャリア冊子の活用方法や活用例もご紹介していきますので、ぜひご覧ください。

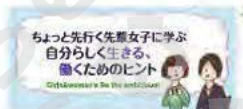
<使用例>

- ① 職業講話の講師依頼を検討する資料として
- ② 職業を理解したり、キャリアの多様さについての学習資料として
- ③ 職業人インタビューや職場見学、体験などの事前学習資料として

すくらむ21 キャリア **検索**

ホームページの中には、

- 左記のような「現役・次世代をつなぐ女性活躍応援」ページがあります。川崎市内で働く現役の女性たちが、どんな生き方や働き方をしているのか、自分で仕事を始めた起業家や管理職として働く人を中心にご紹介しています。
- 高校生以上の生徒、学生、20-30代の若手の社会人を対象としたキャリアサロンも年2回程度開催しています(夏休み・春休み頃)。
- 大学生による職業人インタビュー記事も掲載されていますので、キャリア学習の一環で職業を調べたり、働き方の多様さを理解する際の参考にご活用下さい。



発行年月 2014(平成26)年2月  
編集・発行 川崎市男女共同参画センター(愛称:すくらむ21)  
所在地 〒213-0001 川崎市高津区溝口2-20-1  
ホームページ <http://www.scrum21.or.jp/>  
メール [scrum21@scrum21.or.jp](mailto:scrum21@scrum21.or.jp)  
電話 044-813-0808  
FAX 044-813-0864

日本のどこよりも女性デザイナーが活躍できる  
デザイン会社を目指します

デザイン ジャパンスタイルデザイン株式会社  
イラスト ジャパンスタイルデザイン株式会社(橋本明日香)