MMU
LIBERAL ARTS

宮崎公立大学の今を伝える

MMU SHiP

エムエムユー シップ

特別企画

私たち女性の未来が輝くための14のこと

REAL VOICE
視界よしっ！
KYO-SHiP
@MIYAZAKI
CIRCLE DE GOSHiP
連続リレーエッセイ いいだしっぺ
MMU NEWS PLUS
未来の compass

Miyazaki Municipal University Communication Magazine "MMU SHiP"

vol.09

今回の表紙：特別企画を製作した「情報編集技術Ⅱ」の受講学生と担当の池田真央講師

旧教育課程の学生向けに開設されていた講義「情報編集技術Ⅱ」。その最後の受講者となった５名の学生が、講義担当の池田真央講師とともに、女性の「シゴト」と「カラダ」をテーマに企画・取材を行い、大変読み応えのある記事を書きあげました。学生が真剣に取り組んだ成果をどうぞご覧ください。（P. 4へ）

宮崎公立大学広報誌『MMU SHiP vol.9』は、MMUの学生・教職員が企画・取材・執筆・デザインを行いました。

写真：狩集 武志

未知との遭遇

MMU MEMBERSHiP REAL VOICE

私の中の LIBERAL ARTS

大学では、それまでの学習とは違った数多くの未知に遭遇する。そのときの衝撃や興奮、感動は、また新たな未知との出合いの原動力になる。今回の企画は、そんな未知との遭遇を経験したMMUの学生たちのお話です。

ICTを使った町づくりとして開かれた「湯前観光アプリ開発ワークショップ」での1枚。職業や世代の異なる方々との出会いはとても刺激的だ。

動かなきゃ損です。

吉野 百華 さん

3年 ネットワークゼミ

真面目に遊ぶ。

湯前町を走るイベントで、「OPPAI（給水）ポイントや吸食（給食）ポイントなどを紹介。さらに吸婚（求婚）ポイントで相性を診断すると、GPS機能によって自分と相性の良い人を探し出すことができる。

異なった考えとの出会い。

吉野さんにとっての未知との遭遇は「人との出会い」。趣味や嗜好の合う友達もいる一方で、「自分と違う考えを持った人と出会って、意見をぶつけあいながらも互いを理解しあうことの楽しさを知りました」と吉野さんは言う。

考えたものをカタチに。

観月祭では、自分たちで考えた企画であるキャンドルナイトをカタチにした。また、町外から最も人が集まるイベントの「まんがフェスタ」では、町役場の職員に代わってコスプレをするなど、とにかく動き回っているのだそう。

昨年の夏から、熊本県湯前町で、町役場の方々と一緒に町おこしに携わっています。もともとゼミで障がい者のある方と触れ合う活動に参加していたことや、町づくりにも興味があったこと、それに「やったことのないことをやってみたい！」という思いから、湯前町の活動を知ったときにすぐに参加しようと決めたんです。一人でも参加してやる！って（笑）。

これまでに、ブドウ祭りやイチゴ祭り、また地元の観月（かんげつ）祭というお祭りにスタッフとして参加し、汗を流しました。そして、ICTを使った町づくりとして昨年11月と12月に参加したアプリ開発ワークショップでは、AppLEAGUE（アプリーグ）と呼ばれる団体や、鹿児島・大分・熊本・佐賀の大学生たちと一緒に婚活アプリを開発しました。男女が走りながらお互いの相性を測るアプリなんですが、その名も『OPPAI（おっぱい）アプリ』っていうんです！　すごいネーミングですよね（笑）。

実は湯前町には、潮神社という『お乳の神様』を祀っている神社があるんです。アプリを通して若者を湯前町に呼び、婚活してもらい、そして将来的に家族として定住してもらいたい。そのアプリの名称として、潮神社にあやかって名づけたんです。今はアプリを開発するためのアプリがあって、ゼミで一通り学んだこともあったので、開発自体はそう難しくありません。むしろ問題は『いかに多くの人に知ってもらうか・使ってもらうか』なんです。だから潮神社を知ったとき、頭の中で「これだ！」って閃光が走りました。

MMUに入学してから最初の一年間は、目指していた職業を諦めてしまい、「自分がやりたいことって何だろう」と思っていました。そこにようやく光が見え始めたのは、ゼミに入ってからだったように思います。もともと活動的な私は、ゼミを通して行う地域ボランティアが楽しくて。多くの方々と知り合えば知り合うほど、自分が動いた分だけいろいろな方と出会える喜びを感じるようになりました。もちろん、自分とは異なる考え方を持った方ばかりとの出会いです。話が合わないことだってあります。でも、湯前町での活動も含めて、人と知り合うことで得られたさまざまな考え方は、全て自分自身に跳ね返ってきて、私自身の成長に繋がっているように感じています。

なぜ月の形をしている？

クロワッサンはオーストリアが発祥の地なんです、と和田さん。実はオスマントルコによるウィーン包囲のときに、オーストリアの人々がトルコ国旗の月に似せたパンを作り、それを食べることで士気を高めていたのだそう。

イスラムに触れてみよう。

学生選書ツアー（＊1）に参加したときに、ぜひ多くの方に読んでほしいと選んだ本には、為政者の肖像画とともに各時代の出来事がわかりやすく記されている。パラパラとめくってみるだけでもイスラムの面白さに触れられる。

まとめる。考える。

研究では様々な文献を読み込まなければならない。当然、中には理解しにくい記述もある。それらを自分のものにするために、自然と記録するノートの量も増える。膨れ上がる資料の中から溢れ落ちる雫が研究成果になっていく。

トルコに萌えています。

和田 悠 さん

3年 国際関係論ゼミ

そもそも「なぜトルコなの？」とよく聞かれます（笑）。宗教についての研究がしたいとの思いから、当初は民俗学ゼミに所属していたんですが、イスラム研究や東南アジア文化論などの講義を受けて、イスラム世界にも興味を持つようになったんです。また、現在の宗教対立は単に（キリスト教）対（イスラム教）という二項対立ではなく、様々な要因が絡んでいることを知り、国家体制にも目を向けるようになりました。そこで思い切って、アカデミック・アドバイザー制度（＊2）を経て、民俗学ゼミから国際関係論ゼミに移りました。私がトルコに惹かれ始めたのはその頃からです。

古くから西欧の研究者の間では、「イスラム国家の民主化は実現不可能だ」と考えられていました。というのも、政教分離を前提とする西洋の思想が、政治に宗教を採り入れているイスラム国家には馴染まないとされていたからです。けれど1923年に成立したトルコ共和国は独自の方法で政教分離を行い、民主化を実現したんです。それも、ついこの前までイスラム最大の国家だったオスマントルコ帝国であったにもかかわらずです。イスラム世界の大帝国から西欧のシステムを採り入れた近代国家への転身は、他のイスラム国家の民主化への可能性を広げたはずです。ただ、その後の約90年を経た現在では、トルコ共和国における西欧システムは崩れ始めていると見る研究も出てきています。その中で私が今最も関心があるのは『西欧とイスラム世界とが共存する道はあるのか』ということです。ここまで言うと、「イスラムや中東の国家って分からない」「遠い国の話」と思われるかもしれません。でも、オスマントルコ帝国時代に頭に巻きつけていたターバンを、トルコ共和国になって皆脱ぎ捨てた。これって、ちょんまげからざんぎり頭に変わった明治維新の頃の日本とそっくりだと思いませんか。

MMUに入学したばかりの頃、授業で国民国家について学んだのですが、そこで「（日本人）という概念は近代に作られたものである」ということに非常に衝撃を受けました。当たり前だと思っていたことが実は当たり前ではなかったんだと。MMUで様々な分野に幅広く触れることで得られた視座は、物事の理解を深める力として、イスラムの宗教や国家に関する今の研究にとても役立っています。

＊1　学生選書ツアー
平成26年度にスタートした、図書館に置く本を学生が書店で選ぶことができるイベント。学習・研究に役立つものや友人にオススメしたいもの、そして自分が読みたいものなど、選ばれた本は学生手作りのPOPとともに図書館に陳列される。

＊2　アカデミック・アドバイザー制度
専門演習に所属する学生の勉学や研究活動を充実させるための制度。同制度では、演習担当教員以外の本学教員から、勉学並びに研究の助言を受けることができる。

私たち女性の未来が輝くための14のこと

次ページより９ページにわたる特別企画「私たち女性の未来が輝くための１４のこと」については、本学で開講している講義「情報編集技術Ⅱ（※）」の受講生と担当の池田真央講師により製作されたものです。これから社会に踏み出す学生が、社会の第一線で活躍する６名の方々に取材を行い、学生の目線から「知っておきたいこと」として１４項目をまとめています。

なお、本ページでは、製作した学生と池田講師よりお聞きした製作にまつわるお話をご紹介いたします。

※「情報編集技術Ⅱ」については、旧教育課程用の開講科目であり、平成 27 年度をもって終了となりました。

今回のテーマはどのように決まったのですか？

川上：製作にあたっては、それぞれが興味あることを付箋に書いてバーっと書き出していきました。それらをまとめたところ、受講生全員が女性に関することに対して興味を持っていることがわかりました。それならば、「女性の一生」というテーマにしようと。履修者が全員女子だったこともあってすんなり決まりました（笑）。

池田：受講生だけでなく、私自身が取材したいこともどんどん意見を出しました（笑）。

重野：まずは、社会で活躍している女性で、取材してみたいと思う人たちをみんなでピックアップし、その中から取材対象を選定しようということになりました。とはいえ、私たちだけでは対象がなかなか思いつかず苦戦していたところ、池田先生が色々と提案してくださり、とても助かりました。

池田：重野さんは自分で2名の対象を探してきて自ら取材しましたよね。東京在住の方にも。東京ですか！その方に対してはどのように取材されたのでしょうか。

重野：会社のフリーダイヤルに電話して、広報の方に取り次いでいただき、企画内容や趣旨を説明したうえで打診しました。その後、メールでやり取りを行い、FaceTime にて取材させていただくことができました。

なるほど、まさに体当たりですね！

重野：そうですね、相手の方はとても有名な方なのでめちゃくちゃ緊張しました。川上さんもFaceTime で取材でしたよね。

実際に取材してみて大変だったことは？

富永：相手の発言をメモるのに必死で、なかなか話を膨らませることができず苦戦しました。私たちのような素人の場合、取材は複数で、役割を分担して行うことが大事だと感じましたね。

堀：私は、今している質問から次の質問に移る際に、話がブチっと切れてしまわないようスムーズに持っていくのが大変だったな…。

川上：取材対象者の職業に関連する専門用語とかの勉強が十分にできていなかったので、取材中に話が止まってしまうことが多々ありましたね。前準備の大切さを痛感しました。

重野：相槌が難しかったです。緊張しすぎて相槌のタイミングや言い方がおかしくなることが何回かあって焦りました。でもおそらく取材を受けることに慣れている人にとっては、逆に新鮮だったかな…と。きっと「大学生ならではのことだ」と寛容に受け止めていただけたのではないかと、勝手に開き直っています（笑）。

池田先生は取材に同行されたのですか。

池田：ほとんど同行しました。取材申し込みは担当者にあえてまかせたところ、皆さんきちんとできて素晴らしかったです。私の出番としては、読者やテーマを忘れた取材になっているな…と感じた時に軌道修正したくらい。あ、あと私が個人的に聞きたいことがあるときは張り切って質問しちゃいましたけど（笑）。

取材全体を振り返っての感想をお願いします。

川上：私は日本おまたぢから協会代表の立花さんからお話を伺いました。うまく言えませんが、立花さんの考え方と、私がこれまで考えてきたあらゆることが全く違っていたことに衝撃を受けましたね。実生活において役に立つお話も聞くことができて、とても参考になりました。

重野：CRAZY WEDDING の山川さんに取材しました。私はその頃に自身の就職のことなどか考えていた時期で、やりたいことはあっても不安がありなかなか踏み出せていなかったんです。でも山川さんのお話を聞いて、なんだか前向きに考えられるようになりました。迷ってるんだったらやっちゃえ！って（笑）。

堀：助産院の安藤さんにお話を伺いましたが、私にとっては出産なんて未知ですから、とにかく度肝を抜かれる話ばかりでした。特に、子供が生まれた瞬間に「４人目もいける！」って言われたお母さんの話を聞いて、「え？出産ってそんなもんなの？」って（笑）。自分も出産を経験したいという思いが湧いてきましたね。

富永：私は、三原さんと井手さんにお話を聞きました。三原さんからは、「学生時代に自分ができることは何なのかを見つめ、人を生かす仕事をしたいと考えた上で仕事を選んだ」というお話をお聞きし、私も三原さんのように自分自身のことをもうちょっときちんと考えないといけないな…と。自分を振り返る機会を与えてもらえたと思います。

英：私の取材はこれからなんですが、他の方の取材に同行したり、取材対象者にアポをとったり質問内容を考えたりする中で、とても良い刺激を受けることができたと思います。特に、普段なかなかお会いすることができない個性溢れる方々から、様々な視点・経験に基づくお話を聞けたことで、改めて自分自身のことについて考える機会になりました。

なるほど。みなさん取材等を通して、得るものがたくさんあったようですね。取材や記事の作成、本当にお疲れさまでした。

Part.1
シゴトは特別なことじゃない！
私たちのシゴト編

大学生のうちに知っておきたい

私たち女性の未来が輝くための14のこと

Part.2
カラダは特別なものだった！
私たちのカラダ編

知っておきたいコト 1

「いつか」ではなく「今」を自分らしく

意志をもって生きる人を増やしたい

山川　咲 さん

CRAZY　WEDDING 創設者。
「意志をもって生きる人を増やしたい」という想いを実現するために起業。業界で不可能と言われ続けた、人生を表現するオリジナルウエディングブランド・CRAZY WEDDING を立ち上げ、代表を務める。3年半の間、ブランドマネージャーとして CRAZY WEDDING の価値を世に広げ続け、今は CRAZY WEDDING を次の世代へと引き継ぎ、新規事業へと挑戦を始めている。

理想の自分って、どんな姿だろう。どんな生活なら自分らしく生きているって思えるんだろう――。そんな疑問を心に投げかけてくれた、ステキな働く女性が東京にいる。それは CRAZY WEDDING を立ち上げた、創設者の山川咲さんだ。CRAZY WEDDING は結婚式の企画、構成、会場選び、お見積り、演出、設営まで、これらすべてを完全オーダーメイドで提供するウエディング会社。今までになかった取り組みに人気が爆発し、ここ数年、ウエディング業界で異例の急成長を遂げている。山川さんの〝今〟に挑みつづける人生に共感する人は数知れず、Facebook でのフォロワーは1万人を超す。

今回の企画のテーマである〝女性〟と〝シゴト〟をキーワードに考えたとき、「あっ、あの方の話を聞いてみたい！」とすぐにひらめいたのが、山川さんの著書『幸せをつくるシゴト』の内容が、とても衝撃的だったから。大々的で華やかであり、しかも細かいところまで丁寧に飾りつけられている結婚式会場のクオリティの高さに驚いたということもあるが、特に感銘を受けたのは、山川さんが創業当時から、目に見えるものだけではなく〝気持ち〟を何よりも大切に考えていること。お客様の満足、シゴト仲間との涙のいきさつ、そしてお客様と共に感じる達成感……。目には見えないことだけれど、これら全ては CRAZY WEDDING と山川さんを語るうえで、欠かせないものとなっている。

「シゴトは利益が第一優先なのかと思っていたのに、そうじゃなくてシゴトと気持ちを両立できる世界があるのかも」。そんな淡い期待を持たせてくれた、生き生きしながらも常識をくつがえしてくれる女性とシゴトの存在が嬉しかったのを覚えている。「自分の人生かけてやりたいことを全力でやる！」そんな山川さんのキラキラした笑顔は、その言葉を裏切っていない。自分の気持ちに素直になってシゴトをする生き方は、私たち大学生の〝今〟にとって大きなヒントになる！　そう思って、忙しい合間を縫って FaceTime で遠隔取材をさせていただいた。

就職活動をする時には、すでに「山川咲の名前でシゴトをすること」「人の人生に影響を与えるシゴトをすること」を決めていたという山川さん。その2つがクリアされていれば、業界はどこでもよかった。内定をもらった8社の中から山川さんが選んだのは、走りたての小さなベンチャー企業。周りの人には反対された。しかし、自分に正直に向き合い、本当に真剣に考えた上で「ここかも！」と思う直感はだいたい当たっているという。山川さんは自分の直感を信じて、大学卒業後は人材コンサルタントのシゴトに就き、自分の全力をかけて、多くのシゴトと向き合った。

そんな山川さんに教えてもらった大切なことは「人生には今、開くべきトビラがある」ということ。「結局、過去にやってよかったこと、悪かったことって、〝その先〟何をしたか、今の自分が何を思ってるかによって、全然変わっちゃうって思うのね。今この瞬間に存在している自分って、過去生きてきたすべての総和で成り立ってるって思ってる」。そうきっぱりと語る山川さん。

大学生は自分の人生とシゴトを別世界だと考えて「シゴトを始めると、自分の時間が少なくなる……」とシゴトを負担に思いがちだ。でも、山川さんは違う。「社会に出たら自分のやりたいことを24時間できる」というのが山川さんの考え。「何に時間をつかいたいの？」と自分で考えてみて、自分で何かを作り出したいけど拘束されたくない人は少人数のベンチャー企業で、また、力をつけてからやりたいことがあるなら下積みのできる大企業でシゴトをすれば、全ての時間が無駄に思えることはないという。それは「理想の自分に続く時間」になるからだ。だから、いつも理想の自分を思い描いて〝今〟を全力で生きてきた山川さんは、今までの人生で経験した全てのことは、辛かったことも含めて自分の人生に良い影響を与えたことなのだと感じているそう。

けれど、初めから「意志を持って生きる」のは簡単なことではない。学生としての生活も社会人としての生活も、現在と変わらず〝今〟という状況のなかでやるべきことに熱中し、自分の中にある限界に挑戦しつづけてきた山川さんだが、かつてひたむきにがんばっていたのは、「自分は価値のある人間だ」と認めてもらいたかったから。周りの人に認めてもらえたら満足するのだろうと思ったが、「それでは自分に自信はつかなかったし、意志のある人生を、私は歩んでこれなかった」と山川さんはつぶやく。反対に「ああ、自分の人生はめっちゃがんばってきたし、これから何でもできるんだ」「自分はこういう風にしたい！」と自分を軸にして考えを転換したら、とたんに世界がキラキラして見えたという。山川さんの世界がくるりと変わったのは、そこからだ。

結婚式のコンセプトを練るところから会場の構成と演出まで、お客様と共にゼロから作り上げる。お客様の満足は丁寧なカウンセリングの賜物。

知っておきたいコト 2

すべての人生は、感動的

山川さん自身が「意志を持って生き続けたい！」と思うと同時に、そういう人を1人でも増やすため、あれこれ考えた末に浮かんだのがウエディングというシゴト。「みんなそれぞれ違う人生で、みんなすっごい人生を歩んでるのに、みんな同じ結婚式なのは悲しくて」と語る山川さんが確信していることは、「すべての人生は、涙を流せるくらい感動的」だということ。

結婚式を通して、数多くの人生を目にしてきた山川さんが感じていることは「多くの女性は自分に自信がない」ということだ。結婚式のコンセプトを決めるため、どんな人生だったのかと聞くと「自分の人生なんて…」「自分にコンセプトをつくるなんて、多分できないんじゃないかな」と答える女性がほとんどだそうだ。でも最終的にそのコンセプトは、自分の人生をあらわす言葉になっていく。

自分には分からなくても、自分の人生には涙を流して感動できることがある。結婚式を通し、自分の人生を最大限に表現してもらうこと。感動を伝える喜びを感じてもらうこと。「人生が大きく変わる瞬間」を作り出すこと。それが山川さんのシゴトであり、挑戦だ。

知っておきたいコト 3

理想の自分を思い描き、自分をつくること

山川さんから大学生へのアドバイスは、「突き抜けろ！」。でもこれは、社会に認められるために突き抜けるのではなく、自分の人生を振り返ったとき、「これで良かったな」と自ら誇れるようになるため。自分を判断する基準は、いつも自分なのだ。「大学生活って、何かやってみて成功できて喜んで、私ってもっとこんなことできるかも！って思ったりとか、できなくて悔しくて、こんなに悔しいくらい一生懸命になれるんだっていう自分を逆に知ったりとか。そういうことの繰り返しだと思う」と山川さん。そんな大学生活を経験した山川さんがおすすめするのは、大学生のうちにチカラをつけておくこと。将来何をしたいのかも大事だが、やりたいシゴトがあってもチカラがなければ社会には通用しないし、実現することも難しい。

そして山川さんの考えでは、留学や休学を安易にしてしまっては「もったいない」という。なぜなら、単に留学や休学が就職に有利そうだと思っても、実際に企業の人事の方や経営者が重みを置くのは「なぜ、自分の人生の時間を犠牲にしてまで、その選択肢を選んだのか」というところ。自分の人生への考え方やとらえ方は、シゴトにも現れるからなのだそう。また、留学や休学を就活のためだけではなく、自分の人生のための過程として大きな視野で考えた方が、同じ時間でも得るものは大きいからだという。

「誰の人生にもその先がある。今が満足じゃないし、最終ステージじゃないから。逆境は成功の道ってわけじゃないけど、自分の理想の人生を歩んでる証拠かな」。日々、今の自分を捨て続けて、新しい自分で歩み続けている山川さん。逆境は自分にとって苦しいはずなのに、どこか楽しそうだ。理想の自分をつくるためなら、新しい世界を恐れず、挑み続けることが成長のカギなのかもしれない。

いま、この場所で大学生活を送っていることも、未来には関係ないと思えるような毎日の生活も、将来シゴトをしている自分と切り離されているのではなく、つながっているのだ。今やるべきことは今やってこそ、今も楽しいし、未来も楽しみになる。自分の置かれた環境や立場が変わっても、今を全力で最大限に生きることができていれば、それはどんな人生だろうと輝いているのではないだろうか。

生まれてからずっと学生として生きてきた私たち。まだ卵の殻を破っていない状態だから、就活を前にして戸惑いも隠せない。でも、理想の自分が「人生をかけてやりたいシゴトをしている」世界を思い描くと、なんだか嬉しくなる。そして、そんな理想の自分に「今の自分をつくれば絶対になれるんだ」ということを思うと、今からワクワクしてくる。

（取材・文／重野　かえで）

「女性ならではのシゴトの楽しみは、お客様にハグできること！（笑）全身全霊で感情を表現できることは女性の強みなんじゃないかな。」

「今の人生で納得できるんだったらいいんだけど、そうじゃなくて、もっとこういう風にしたいっていう気持ちがあるんだったら、いま自分がやるべきだと思うチャレンジをし続けることは、すごく大切なことだと思う」。

知っておきたいコト 4

子どもは働くパワーになる！

社会保険労務士（通称・社労士）という資格をご存知だろうか。社労士とは、労働条件や労働保険、社会保険について企業への指導や相談をおこなう国家資格だ。今回、社労士として宮崎の企業をサポートする井手真弓さんにお話をうかがった。その理由は、さまざまな会社の女性の働く現場を見ていらっしゃる方だからこそ、そのことをお聞きできるのではないかと思ったから。実際にお話をうかがってみると…いやいやよその会社の話じゃなく、ひとりの働く女性として井手さんご自身の今日までの道のりこそが、私たちにとても役立つのではなかろうか、と方向転換。その堂々たる人生をここでご紹介したい。

「大学を卒業したら就職、結婚、退職、子育てを経てそのまま老後を迎えていく」と考えていた井手さん。世の中を見渡してみても、そういう人生を歩む女性は少なくなかった。〝結婚、妊娠後も働いていい〟という認識は持ちつつも、妊娠したことでそれまで勤めていた会社を退社。世の中の流れに沿って物事が進んでいるのように思われたが、25歳で離婚という道を選択することになる。

「子どもが生まれたばかりの頃は収入がなくてきつかった」という井手さんだが、「子どもが20歳になるまでは責任をもって育てなければならないでしょ。絶対に働かなければならないという状況だったの」。井手さんはあえて再婚という選択はしなかった。「再婚して男性の収入に頼って生きることもできたのかもしれないけれど、人に頼っていいの？他人の人生に左右されていいの？って」。

自分がシゴトをしながら子育てすることを決意した井手さん。まずは資格をとろうと考えた。数ある資格のなかで社会保険労務士の資格を選んだのは「何でもよかったんです。生きていくための手段だから。社会保険労務士ってどんな資格なのかわかってなかったんですよね」。稼ができる資格だなと」。社労士の資格を持つ知人の男性からも背中を押してもらい、この資格をとることを決めた。「数字の問題を解けとかじゃなくて、法律を暗記すればいい。合格率が低くて厳しいかなと思ったけど、やるしかなかった」。

ここまでもわかるように、井手さんを突き動かしたのは他でもない〝子ども〟の存在だった。「子どもはすっごいパワーになる！　活が入るし、私もちゃんと生きよう、恥ずかしくないように生きようって」。

娘が20歳になるまでは、という思いでひたすら働いているうちに20年が経った。目標が達成されると同時に、働く意味を見失ってしまったのである。「目的がないと、風景がクリアに見えない。霞がかったような、気が晴れないような、そんな日々が4年くらい続いたかな」。目的を失っても、自分自身は食べていかなければならない。「生きるためのシゴトが終わり、今度は誰かの役に立ちたいという思いが強くなりました。地域社会にとって、役に立つ存在になりたいと」。また、責任感が最後の拠り所であったという井手さん。「頼まれると、放り投げられないんですよ。これを果たさなければ、世の中から放り出されるという思いで続けました」。ご自身の知識や経験を地域社会に活かすことができると確信した井手さん。さまざまな企業（顧問先）の力になることはもちろん、井手さんは女性の活躍に関する講演会などにも積極的に参加される。今回井手さんに取材させていただいたのも、井手さんが講演会でお話になられたことがきっかけとなっている。井手さんの思いが多くの人に広がっていることは間違いないだろう。

知っておきたいコト 5

10年後の自分を強烈にイメージしよう

「10年後って遠いでしょう？でもその10年後の自分を強烈にイメージすると、ちゃんと描いたようになるんです。そうなるために自分が選択し、行動していくの。資格で働いている自分、収入など具体的に描くんです。自分はこうなりたい！というのを見つけられるか、見つけられないかは大きいと思います」。井手さんは笑顔で語る。「女性に言いたいのはね、ためらうより飛び込め！美徳、遠慮とか要らないってこと。断った瞬間に次はないんです」。井手さんご自身がシゴトを周りの人にお願いする立場になった今、例えばこの人は几帳面だからこのシゴトを任せようと思ったとする。「やらなきゃ絶対できるようにならない。3回くらい頼んで断られたら申し訳なくてもう頼めない。できないことは基本的に頼みませんから。全部引き受けるとは言わないけれど、できないからという理由で断るのはもったいないと思います」。ご自身のおシゴトに対する姿勢を振り返ったとき、それがよかったと思われるからこその言葉である。

人はなぜ働くのか。もちろん、「生きていくため」というのは前提としてあるけれど、家族のため、地域社会のため、自分の成長のためなど、働く理由はさまざま。ただ漠然と働くだけではつまらないし、視界も良好であるとはいえないだろう。やっぱり何らかの目的を持つことって必要なのだ。学生時代も同じ。何の目標も持たずただ漫然と過ごしていてはつまらない。10年後の自分をイメージして、クリアな風景を見ながら自分の道を進んでいこう！

（取材・文／富永　冴保）

知っておきたいコト 6

大学時代ほど、自分のために投資できる時間はない

そう語るのは、医薬情報担当者（MR）としてワクチン販売の営業をおこなっている三原真衣さんだ。三原さんは、医薬品の開発だけでなく製薬会社への営業支援（MRの派遣）などをおこなう外資系の製薬会社に勤務。プロジェクトによって様々な製薬会社に派遣されるため、九州内をフィールドにあちらこちらに飛び回り営業のシゴトを担っている。現在は鹿児島でのプロジェクトに携わっているという。鹿児島に自分磨き、シゴトと結婚に邁進し続ける素敵な人がいるから、ぜひ会ってみて、と紹介を受け、会いに行ったのが三原さんだった。

初めてお会いする三原さんは、笑顔が魅力的なとっても明るいお人柄。その笑顔は、多くの努力と自分への厳しさがあったからこそなんだ！とお話をうかがっていると伝わってくる。

ご自身の個性について「接しやすい」「へこまない」「向上心」を挙げられた三原さん。これからも、快活さが伝わるのではないだろうか。

学生時代の専門は、カラダやスポーツの分野。就職活動前には、本当に自分がやりたいことは何なのか？なぜスポーツが好きなのか？と自分自身に問いかけたという。自分の想いの根本的なものを探るためには自己分析は欠かせない。三原さんは、「育った環境も含め）自分で自分のことを振り返る、とにかく考える、自分に聞くということを半年ほど続けました」という。その結果、「私はスポーツを通して生かされてきた。だから人を精神的にも身体的にも生かしてあげることがしたいんだと気付いた」と語る。就職活動の際には〝命に携わるシゴト〟というテーマを設定。「病気から守ってくれるワクチンを売るシゴトは〝命に携わるシゴト〟だと思ったから、MRとして働くことを選びました」。三原さんはMRというシゴト柄、医師の方々と接する。「お医者さんと話すときに、知識がないと話についていけない。話についていくためにも自己分磨き（知識を得ること）は必要」だという。学生時代から自分磨きを意識して続けてきた三原さんであるが、「シゴトをすること＝自分磨き」であるというから、人生は自分磨きの連続といってもよい。個性である接しやすさと学び続ける姿勢、努力が相まって、医師の方々からの信頼を得、全国で売り上げ№1になったこともあるという。

そんな三原さんから、学生へのアドバイスをいただいた。「学生時代にやっておくべきことはなんといっても〝自分磨き〟。他の学生や、学生以外の社会人の方々と交流できるような場所に自ら飛び込んでいくことがおすすめとのこと。社会人になると、勤務時間以外の自由な時間というのは朝と夜の数時間。「この数時間が貴重！と思うことが実は大切なんですよね」。そう考えると、自分磨きに十分な時間を使うことができるのは、私たち大学生までなのかもしれない！」

「自分たちなりの伝説を2人で残したいんですよね、普通で終わりたくないなって思っています」。大阪出身でとにかく明るい三原さん、「実は自宅には〝レジェンド〟という名前をつけてるんです（笑）」というお茶目さだ。

就職活動について、不安に思っている人は少なくない。私たちは就職、働く、シゴトという局面を迎えた時、職業や肩書きで考えてしまいがちだが、「私が思うのは、職業だけじゃなくって、私はこういう人になりたい、こういう人生を歩みたい！というのを考えて未来を選ぶのもいいですよってこと。大学生には夢や希望、目標をもってほしいな」と三原さん流のアドバイス。三原さんのように、自分自身のこれまでを振り返ることによって、自分がやりたいことは何なのか見えてくるかもしれない。さらにどう生きたいのか、どういう人になりたいのかといったことから考えることで、やりたいシゴトが見えてくることもあるだろう。大学生活が始まったばかりの学生にとっても、この4年間で自分を磨くという気持ちが大切！というアドバイスは、きっと参考になると思う。

結婚することだってそう。働き盛りとなる20代後半から30代なら、なかなかシゴトを辞めるという決断はできない人が多い。でも三原さんのように結婚してもシゴトを続け、さらにはパートナーと高め合っていくことでシゴトにも良い影響を与えている人がいる。

そうだ！就職することや結婚を目標にするのではなく、そのシゴトで自分には何ができるのか、どんな結婚生活を送りたいのか、人生における目標を考えていくことの方が、よっぽど大事なんだ。三原さんにお話をうかがって、女性だからといって何かを諦めることなく生きていいのである、と改めて背中を押してもらえた気がする。

知っておきたいコト 7

結婚はゴールでも諦めでもなく、ステップアップのためのもの

「まずは自分を磨いてから。成長すればそのときに相応しい方に出会える」という思いで、誰ともお付き合いをしなかった三原さん。29歳で結婚を決められたのは、結婚によってステップアップできると感じられたからだ。「結婚して、1人より2人の方がレベルの高いものに挑戦しているという感じがしています」とにっこり。

結婚したからといってシゴトに変化があったわけではなく、シゴトは今までと変わらない。「人は、他人に何かをしてもらいたいという思いが強いけど、相手に期待するんじゃなくて、自分が相手にしてあげられることを考えるの。それはシゴトと家庭との両立に繋がると思います」と三原さんは語る。

（取材・文／富永　冴保）

「生理はブルーデイ」と思っている女子はたくさんいるのではないだろうか。実は私もその一人だ。毎月生理中は痛み止めが手放せない。でも、そもそもなんで痛むの？一体どうやって改善したらいいの？そんな悩める女子代表として、筆者がブルーデイから女性を救うべく活動している、一般社団法人日本おまたぢから協会代表・立花杏衣加さんに話を聞いてきた！↖

知っておきたいコト 8

生理は月に一度の小さな出産

生理痛の原因は、ズバリ「カラダや子宮が冷えているから」と立花さん。そもそも生理はなんのためにあるのか。それは赤ちゃんを授かり、産み育てるためにおこるもの。排卵後生理前、カラダは赤ちゃんを育てやすいように子宮に血液を送って体温を上げる。子宮の温度は37度3分は必要で、脇の下や舌下で測ると37度から37度1分くらいになるそう。それが理想的な女性の体温だという。でも、現実にはそこまで体温がある人はなかなかいない。それは私たちの生活に関係があるそうだ。「今は寝不足やオーバーワークをする人が多いですよね。そうするとせっかく子宮に血液が充満しようとしているのに、血液が頭の方に行ってしまうんです」。必要な時期に子宮に血液が足りない状態だと、子宮が収縮せずうまく中身を押し出すことができない。すると代わりに子宮を収縮させる役割を持つプロスタグランジンという痛みホルモンがどんどん分泌されることになり、これが生理痛となって私たちを苦しめるのだ。つまり生理痛とは、寝不足やオーバーワークによって子宮に血液が足りず体を冷やしてしまっている状態なのだ。

立花さんによると、この時にすべきなのは鎮痛剤を飲むことではないという。「鎮痛剤は石油からできているので、カラダを冷やしてしまいます。痛みが起こっているときに子宮が本当に欲しいのは温かい血液。だからレッグウォーマーや腹巻をしたり、白湯を飲んだり、ストレッチをしたりして血液の循環を良くするのがいいんです」と立花さん。

また、生理前には無理をしないことも大切だという。なぜなら「カラダは内も外もつながっている」から。たとえば赤ちゃんがくるかもしれないのに痩せてしまうと困るから、この時期にダイエットをしても痩せない。さらに、顔がむくんだりべたべたして肌荒れしやすかったりするのは、受精卵が着床しやすいように子宮内側をむくませて粘液でべたべたにしているからだ。やたらと眠いのも食事の後のように子宮に血液が集まっているからだという。「こういう仕組みを知っておけば、生理前の肌荒れもむくみも眠気も『しょうがないなあ、子宮が元気な証拠だなあ』って思えませんか。人間って原因が分かれば不安にならないもの」。確かに知識があるだけで、生理前の現象も億劫に感じずに済む。それなのに「CMなどでブルーデイなどとうたっているから、生理は痛くて当然。疎ましいものと思っている人が多い。それで生理がひどくても放置しているうちに不妊や子宮内膜症＊になってしまうんですね」。

「生理も出産も中身を押し出すのは一緒だから」と、立花さんは生理を「月に一度の小さな出産」呼んでいるそう。たかが生理とあなどることなかれ。

知っておきたいコト 9

生理は本来「3日」で終わるもの！

では、整った生理とはどのようなものなのだろう。「カラダが自然に健康に働いていると、生理は3日で終わるようになります。痛くもないんです。朝始まって夕方に終わるから、夜は出ないんですよ」。さらに周期は28日で、だらだら始まりだらだら終わることもない…。そして排血は痛いどころか気持ちがいい！血は真っ赤でサラサラ！自分の知っている生理との違いに目からうろこの連続だ。

たとえ今「自分は結婚も出産もしない」なんて思っていても、思いもよらないことが起こるのが女性の人生。明日運命の人と出会うかもしれない！「女性の人生は流動的。ずっとキャリアのままでいられるわけじゃない。好きな人ができたら、結婚したり子どもができたり自然と変わっていくもの」と立花さんは言う。だからこそ、いつ妊娠しても大丈夫なように子宮の状態、生理を今のうちから整えておくことが必要だ。さらに、生殖年齢を知っておくことも大切。いくつになっても子どもが産めるわけではないのだから。「21歳位から31、32歳が子どもを産み育てるのに適した年代です。この事実を知っていたら、20代の時に『この彼氏で手を打とう』って思うかもしれないじゃないですか（笑）。学生の皆さんにはカラダの一般的なこと、特に生理については知っていてほしいですね。カラダの知識があると選べ、決められ、対処できる事ってありますから」。↙

＊ 子宮内膜症
本来子宮内腔にしか存在しないはずの子宮内膜や子宮内膜様の組織が子宮以外の場所にできる病気

目指せ！子宮温暖化

立花 杏衣加 さん

「すべての女性の生理をハッピーに」の理念のもと生理トレーニングを指導する日本おまたぢから協会代表。サイトは http://s.ameblo.jp/bellydancefuyu/

知っておきたいコト 10

女子力あげたきゃ、まずは寝ろ

では、いつ子どもを授かってもいいように、私たちが今日から始められることは何だろうか。立花さんによると「一番はまず寝ること。22時から2時までをゴールデンタイムと言いますが、みんなこれを寝た方がいい時間と認識しています。でもカラダ目線で言うと、この時間帯は寝てないとまずい時間なんです。夜に活動するより朝早く起きて活動しましょう」。睡眠は何よりも大事なサプリ。若いうちは体力があるので寝なくても平気で過ごせてしまうが、必ずそのツケはやってくる。不妊に悩む女性の多くが長年睡眠不足で頑張り続けてしまった人だという。「ピンクの服を着るより高い美容液をつけるよりまずは寝ること。〝女子力あげたきゃ、まずは寝ろ〟です」。

また、ナプキンは「赤ちゃんのベッドになる子宮のことを考えたら、安全なオーガニックコットン、ノンポリマーの紙ナプキンがおすすめです。ちょっと高級だけど、生理が整えば3日しかナプキンを使わないんですよ」と立花さん。「握りこぶしくらいの大きさしかない子宮が、妊娠したら風船みたいに膨らみますよね。あんなに伸びるのは、子宮の筋肉の繊維が海綿体のように細かいことと、女性の下腹部に脂肪が多いからなんです。油は油に溶けやすい原理があるので、脂肪質の陰部や子宮の入り口に石油系ナプキン（いわゆる普通の紙ナプキン）を使っていれば、石油など化学物質を体内に吸い込みやすくなってしまいます」。さらに最近は〝長時間たっぷり吸収〟を謳うナプキンもあるのでこまめにナプキンを取り替えない人が多い。すると一度経血を吸ったナプキンからおまたが経血を再吸収してしまい、子宮系の病気の原因になる可能性があるそう。

最近、若い女性でも患っている人が多い子宮内膜症。子宮の内側にあるものが逆流してしまう原因として、立花さんは石油系の普通の紙ナプキンを挙げる。「ナプキンを使う生理を続けるんだったら最低1時間に1度はトイレへ行ってこまめに交換すること。長時間あてていなければ、再吸収もそんなに起きないかと思います」。

さらに日頃から適度な運動を心がけることも大切。といっても早足で歩いたり階段をなるべく使ったり、膝をいつもくっつけておくなどして、普段の生活の中で全身の筋肉を使うこと、おまたを意識するだけ。また、女性らしい美しい所作でいるのも効果的だ。

寝るだけ、トイレへ行くだけ、少し動くだけ。この3つなら簡単にできると思いがちだが、立花さんいわく「簡単すぎてみんなやらないの（笑）。カラダは素直だから良いことも悪いことも全部自分に返ってくるという。「おまたって、とっても大事なんです。妊婦でいるのも出産するのも、もっと早くに知りたかったと思うくらい、楽しいですよ」。

「自分のカラダは健康で当たり前」。そう思ってずっとないがしろにしてはいないだろうか。カラダはもっと特別なもの。カラダを元気にするのもボロボロにするのも自分次第なのだから、大切に扱わなければならない。女に生まれてよかった！そう思える未来は、この3つで叶う。今はまだ妊娠も出産も、私たちにとって未知の領域。でも、ただ待っているのではなく準備期間だと思ってカラダを良い方向へ近づけていきたい。

（取材・文／川上 楓）

日本おまたぢから協会って……？
すべての女性の生理をハッピーにすべく全国で講座を行っている女性の味方。講座では今回は紹介しきれなかったおまたの体操も教われる。
詳しくは http://www.omatapower.com

これが立花さんのおすすめナプキン
Natracare、ウルトラパッド、有機綿カバー、レギュラー、ノーマル、14パッド（価格は 600 円程度）
土に還る素材だから敏感肌の人も安心して使用ＯＫ

知っておきたいコト 11

お産って楽しい！　気持ちいい！

「鼻からスイカ」。知っている人も多い出産の痛みの例えだ。出産経験のない女性の多くは、きっとこのリアルに想像し得る文字列に悩まされてきたことであろう。しかし、そんなイメージを持っていた筆者も、「出産って、キモチイイのよ！　スポーンって！」なんて目の前で楽しそうに言われた日には、「なんてこったい、どうやら少子化社会に貢献できる女性になれそうだ」と、ワクワクしたのが、正直なところである。

「出産は楽しいことなんですよ」で始まった先生の命のお話。それは、「助産師ならではの当たり前」が「私たちの一般常識」を覆すものであふれていた。

「出産は楽しい」という言葉を聞いて、皆「それだったら、私にも…」と安堵の割合は増すであろう。しかし、先生いわく「その、楽しい！」を味わうためには、心とカラダの準備を十分にする必要がある。両方が万全でないと、逆にお産や育児が怖くなる」そうだ。その準備とは「基本の生活を送ること」。三食食べ、よく眠り、適度に運動し、ストレス発散する。

特に、食。食事の違いはお産に現れる。例えば母親の体重が増えすぎて出産を迎えると、陣痛が弱くなり、出産に一晩も二晩もかかる。それは、母子共に疲労する事態を招き、結果本来自然分娩できるはずが、医療行為を必要にしてしまう。先生の述べる「いいお産」とは、女性の持つ「生む力」と赤ちゃんの「生まれる力」が合体し無理なく本来の力を発揮でき、元気な産声を伴い「痛かったけど楽しかった！」と語れるようなお産。

母乳育児に関しても食との関係は深い。母乳育児は母親の食べたものが結果として赤ちゃんの様子に出てくる。赤ちゃんを見て、先生は母親に赤ちゃんの言葉を代弁する。「お母さん、昨日甘いもの食べたでしょ。シュークリームでしょ」。「見てたんですか!?」とお母さん。そんなやりとりもあった。

じゃあ、具体的にどんな食事がいいの…？まず、旬のものを食べる。他に、玄米・雑穀を食べたり、緑黄色野菜や発酵食品（味噌・納豆）、海藻類、そして宮崎の切り干し大根（鉄分・ミネラル・カルシウム）。つまり食材を海のもの（魚・海草・貝類など）、山のもの（キノコ類・山菜など）、畑の土の上のもの（白菜やキャベツなど葉物・きゅうり・なす・とまとなど）、土の中のもの（大根・芋・ゴボウなど）の材料を「煮る・蒸す・焼く」の調理方法をベースに。油をあまり使わないので、ダイエットとしても効果的。そして、「だし」をとる。当病院では、毎日2時間かけてだしをとっている。「だしを取ると、調味料が少なくてすみますよ。つまり添加物も少なく、経済的ということ！」

知っておきたいコト 12

生死はいつでも私たちの日常に

助産師さんは、おっぱいマッサージの触診だけで、お母さんたちがどんな食生活を送っているかすぐに分かる程女性のカラダを良く知っている。また女性の健康が「命」を守る上で大事なことも。

「どんなに医療技術が向上しても、出産で命を落とす母子はゼロではない」。先生の表情が真剣なものに変わる。「誰にそんなことが起こるかわからない。そして、最終的にお母さんを守れなきゃ、赤ちゃんは守れないから、私たちはお母さんにアドバイスをして、一緒にいいお産を迎えようと思っている」。救えない命はゼロではない。しかし宮崎は周産期死亡率が低いトップ3に入る（上図参照）。それを優しく話す先生に、我々も安心と同時に誇らしくなる。

平成 26 年度人口動態統計の概況（厚生労働省、統計表第３表−２、都道府県別）より

院内を案内してもらい、出産の部屋を見せてもらった。「ここではお母さんの好きな体勢で赤ちゃんを産めます」。昔、出産は自宅で行われていた。新しい命は家族の中で誕生した。病院の分娩台の上で、決まった姿勢で人から見下ろされるのではなく、産みやすい姿勢で皆と同じ目線に見守られ命が生まれてきた。「病院と助産院の違いは医療行為が行なえるかそうでないか」と教えて頂いたが、より「日常感・暖かみ」が増すのも助産院の特徴といえるだろう。「死ぬのも、昔は自宅という風に、生死は本来日常の一部だった」。それは、助産師として生死に立ち会って来た安藤先生だからこそ言える重みのある言葉。そんな先生の最近のお産で印象深かった出来事を1つ。「そのお母さんは3人目の出産で、毎回私にケリを入れてくるの。そりゃ痛みはあるから。痛さなしに気持ちいいとは感じないのが人間。で、もう生まれるよーって、赤ちゃんがつるんとでたらね」そのあとは？「あー気持ちいい！これ、4人目アリだわ」って。「私にケリまで入れといて、産んだ瞬間に4人目ですよ」。

「お産は究極のエクスタシー」。そんな言葉で先生は出産を表現していたが、そこまで言われちゃ経験しないという選択はなんだか…。さあ、若人よ立ち上がれ！今こそ切り干し大根片手に、共に少子化社会を打破する一員となろうではないか！

（取材・文／堀　碧衣）

これまで出産したお母さんの思いが詰まったノート。中には退院後持って帰って書くお母さんも。

ほのか助産院：宮崎県都城市乙房町 1588−1　TEL 0986-37-2424　9 時〜 17 時（12 時〜 13 時はお昼休み）　日曜・祝日休診

知っておきたいコト 13

女性は「縦」、男性は「横」の中で生きている

宮崎県綾町。有機農業や照葉樹林など自然豊かなまちとして有名だ。そんな綾町で薬剤師をしながら食事を提供する郷田美紀子さん。〝良い食って何だろう〟、〝これから自分が女性として生きていく中で何を食べるのが良いのだろう〟というシンプルな疑問を抱き、母であり薬剤師であり、食を作り続ける郷田さんにぜひお話が聞きたい！と「食膳茶房 オーガニックごうだ」へ向かった。

「役割で言うと、女性は縦、男性は横やと思うとよ」と郷田さんは話し始めた。「まずね、食のことより先にこの話をしたい」と続ける。なるほど、〝食〟についての答えは簡単にはたどり着けないようだ。そして別の疑問が浮かぶ。ん？普通は逆で男性が縦社会ではないのだろうか。どうやらいわゆる社会の縦と横の話ではないようだ。郷田さんは男女の役割は違うので、ここでは特性的な〝縦〟と〝横〟があると話す。社会の話ではなく、縦思考、縦目線、縦生き方。「畑にいる野生の鳥が、目の前にトラクターが迫ってきても逃げないときがあるでしょ。そういう時は卵や雛を抱えているの。メスは命を守ることが特性だから」。これは鳥も人間も同じだ。脈々と受け継がれてきた命のバトンを繋ぐために命がけ。「命という点では〝守ること一本〟で思考の間口は狭いかもしれない。けれどもあくまでも深く深く、根っこに命を抱えている」。これが郷田さんのいう女性の「縦の役割」だ。男性は瞬発力や世の中を広く見る能力に長けている。その能力を生かし女性が抱えている命を守ることをサポートする、これが男性の「横の役割」。それぞれの〝縦〟と〝横〟の特性を生かし男女ともに命を守っていくと思うと郷田さんは言った。命を繋ぎ、守っていくものとして欠かせないもの、それが〝食〟だ。「食べ物は人の基本なのよね」と微笑む郷田さん。

知っておきたいコト 14

食事は何よりもカラダの薬

お店を開くきっかけになったのも自身の薬剤師としての経験があるからだ。現在の綾町の礎を築いた郷田實元町長をお父様に持つ。父が町の自然を必死で守るなか、当時東京で大学生だった郷田さんは、ファストフードなどそれまで日本になかった食生活が広がっていく様子を目の当たりにしていたそうだ。その後薬剤師として働く中で、「食は人の基本」だと思った。病を予防するにも治療するにも、薬を使う以前にまず「食」が大事だと考え、薬局内に台所までつくってしまい、保健所からお叱りを受けたこともあると郷田さんは笑う。世の中には様々な食べ物が溢れており、「それらを楽しむことも良い」という。しかし一方で「風土の中で生まれた必然の食もある」と力強く語る。綾町をはじめ、豊かな自然の中で育ち風土に合った安全でおいしい食材。それらを使った料理を提供し続け、もう15年以上になる。

その風土に生まれた食文化を見つめたとき、〝五味調和〟という漢方の考え方がある。五味とは〝酸（さん）〟＝すっぱい、〝苦（く）〟＝苦い、〝甘（かん）〟＝甘い、〝辛（しん）〟＝辛い、〝鹹（さん）〟＝塩辛い、の5つだ。これらの味は、私たち人間の臓器にそれぞれ違った働きをもたらす。例えば〝酸〟は肝臓、胆のう、〝苦〟は心臓、などといった風にだ（詳細は右の写真を参照）。これらの5つの味をバランスよく摂ることを〝五味調和〟というそうだ。最近は日本でも食の安全性に関する意識が高まりつつあるように思えるが、カラダの基本となる食べ物を見つめなおしたとき、わたしたちはどのような食事を心がければよいのだろうか。それは、「風土に合った食材をバランスよく摂ることだ」と郷田さんは言う。上の図からもわかるように、五味はそれぞれが影響し合っており、どれも欠かすことができず、しかし摂りすぎもよくないことがわかる。

グローバル化が進み、世の中は多くの食で溢れている。しかし「日本の風土の中に必然の〝食〟がある」と郷田さんは言う。「食べることは生きること」。衣食住という長い年月をかけて形成されてきた文化の中で日本人の食のルーツをたどってみる。カラダにも心にもやさしい食とは何だろう。わたしたち大学生こそ文化や風土を改めて見つめなおして考えたい。

最後に郷田さんは言う。「常に答えは足元よ」。命を守るための縦と横、そして食のバランスを取ること。これらを少しでも意識して実践すること、それは私たちの輝くための未来の何かに繋がっている気がした。

（取材・文／英　あきか）

ランチ 1,620 円（税込）。とても鮮やかで見て楽しく、そして美味しい！

薬膳茶房 オーガニックごうだ：宮崎県東諸県郡綾町大字南俣 303-4　TEL 0985-77-0045　11 時半〜 17 時（売り切れの場合あり）　火曜日休み

ーMMU教員の頭の中ー

KYO-SHiP

MMUの教員が、講義では垣間見られない「頭の中」を語ります Vol.08

山口　裕司 教授

Professor　Yuji Yamaguchi

昭和 29 年生まれ　関西大学法学部政治学科及び法律学科卒業、大阪大学大学院法学研究科博士課程単位取得退学。南京都学園研究センター研究員を経て平成５年に宮崎公立大学に赴任。

宮崎から関西へ

宮崎県小林市に生まれ、高校を卒業するまでの時間を宮崎で過ごしました。進学先の大学を決めるときに、「文系が得意だけれど文学は何か違うな」とぼんやり考えていて、親の勧めもあって法学部を受験することに。地元の大学に法学部がなかったので、親が選んだ関西大学法学部を受験しました。親からは司法試験を受験することを期待されていたと思うけど、私は政治のドロドロに興味があったので、法律学科ではなく政治学科を選びました。

関西から宮崎へ

大学生活を４年間順調に過ごし、企業から内定も得ていよいよ社会に出て働くぞというときに、「私はサラリーマンに向いていないんじゃないか？」という疑問が頭をよぎります。都会に暮らしながら毎朝満員電車に乗って真面目に定年まで勤め上げるイメージがどうしても浮かばなかった。

ではいったい何を目指そうかと悩んでいるときに、当時大阪大学の教員だった叔父によく相談していました。同じ大阪に住んでいたということもありましたが、思い起こせば幼少の頃に祖母宅で額縁に入れて飾られていた叔父の博士号証書を眺めた記憶が残っており、それがアカデミズムに対する漠然とした憧憬の念に繋がったのかもしれません。叔父から大学での仕事の話を聞く中で、自分も大学での研究職に就きたいという気持ちが固まりました。企業の内定を辞退し、本格的に研究する時間を確保するため、在籍していた法学部の法律学科に編入学することに。卒業後は２年間大阪大学に聴講生として通い、その後大阪大学大学院法学研究科の修士課程で２年間、博士課程で８年間学び、大阪での学生生活は実に１８年間に及びました。

その後、南京都学園研究センターで研究員として２年間働きましたが、ちょうどその頃に地元宮崎で公立大学が開学するとのことで、20 年暮らした関西を離れて宮崎に戻ることを決意します。1993 年に宮崎公立大学人文学部に専任講師として赴任し、気がつけば２３年が経ちました。

研究テーマ

博士課程在籍当初から、環境政治学という領域を研究しています。環境問題に関する政治の動きを分析する学問なのですが、1983 年当時、ドイツでの環境政党「緑の党」の議席獲得がセンセーショナルに報じられ、研究領域としての可能性を見出しました。豊かな自然が残る宮崎と大阪という都市部の両方で暮らしたことが、環境問題に目を向かせたのかもしれません。

また、私の両親はもともと共働きで、父が管理職を目指すうえで母が退職して専業主婦になったのですが、母が亡くなったあとに「母は本当は仕事が続けたかったんじゃないだろうか」という思いがあって、ジェンダーについて深く考えるようになりました。以降、「政治とジェンダー」も研究テーマに加わることになります。

お笑いと権力、バランスと自然体

今はMMUの「お笑い担当教員」とみなされていますが、私は大阪に住む前はおろか宮崎に戻ってくるまで全く面白い人間ではありませんでした。20 年ぶりに宮崎に帰ってきてみると、大阪での生活では当たり前のように存在したボケとツッコミ、そして話のオチが存在しないことに気づいた。そして、「せっかく大阪に住んでいたのだから面白い人になればよかった」と後悔したんですね。それから、大阪でのやり取りを思い出しながらお笑いを実践していたら、いつの間にか今のような立ち位置に変わってしまいました（笑）。

お笑いのルーツを考えると、昔から「権力」が大嫌いで、それを笑い飛ばす行為が痛快で好きだったんでしょうね。大学時代もチャップリンの「モダン・タイムス」や「街の灯」のリバイバル上映を見に行って感銘を受けたことを覚えています。

座右の銘は「バランスと自然体」ですね。環境もメイクも自然な方がいい。政治や権力の問題は、大真面目に正面からとらえると、どうしても感情まかせになり力んでしまう。しっかりバランスをとって、時には圧力をお笑いで受け流しながら、自然体で生きていきたいと考えています。

vol.09
韓国　蔚山大学校
KOREA / University Of Ulsan

世界へ漕ぎだせ！ 視界よしっ！ YOSHiP!

2014 年度に蔚山大学校に約 1 年間公費留学した 2 人にインタビューしました。

韓国語を始めたきっかけと、公費留学までの道のりを教えてください。

四反田：

どれか１つ言語を極めようと考えてMMUに入学しましたが、韓国語を選んだのはなんとなくですね。ただ、本気で韓国語を勉強しようと決めたのは、１年生の８月に参加した蔚山大学校での異文化実習１がきっかけでした。韓国人の友人がたくさんできて楽しくて仕方なかったのですが、韓国語をまだまだ上手に話せなかったことが悔しくて・・・

その後、異文化実習を終えて９月に日本に帰ってきましたが、後期授業は 10 月開始なので、夏休みの残り期間が１か月ありました。そこで、異文化実習で感じた韓国語に対する悔しい気持ちを韓国語能力試験の勉強にぶつけ、１か月間ひたすら勉強して２級に合格したんです。韓国語の先生から、「１年生は１級合格が目標」と言われていたのですが、１つ上位の級に合格したことが自信になり、この瞬間に公費留学を目指すことを決意しました。

海野：

高校３年生の時に家族でソウル旅行に行った時、「言葉がわからないともったいない」と思ったことがきっかけで、MMU入学時に韓国語を履修しました。四反田君と同じで異文化実習１に参加したのですが、韓国人パートナーの日本語がとても上手で、自分も負けないくらい韓国語を流暢に話したい、と感じたのを覚えています。

公費留学は韓国語の先生に勧められたのですが、「自分にはとても無理だ」と諦めていました。でも２年生の夏に蔚山科学大学校での異文化実習２に参加したときに、日本語をほとんど話せない韓国人学生がパートナーになり、最初は韓国語で話しかけてもほとんど話が通じなかったけれど、少しずつ通じるようになり、韓国語で話すことが楽しくなって。それからも悩み続けたんですけど、２年生の２月にようやく心を固めて春休みの３月は公費留学の試験勉強に没頭しました。

蔚山大学校での留学生活で印象に残っている出来事を教えてください。

留学生約 100 人を代表して修了式のスピーチをさせてもらったことが誇らしかったですね。

プライベートで印象に残っているのは、韓国人の友人たちと食事に出かけたとき、テレビで日本とＵＡＥのサッカーの試合が中継されていて、日本が失点したときに隣のテーブルにいた現地の人たちが歓声をあげたんです。すると、今まで韓国語で話していた友人たちが、会話を突然日本語に変えてくれて。隣のテーブルの人たちは気まずくなったのか店を出ていきました。反日感情を露わにするのも、それはおかしいと言うのも韓国人。日本と同じで多様だな、と。

僕は野球をしているので韓国でも野球観戦に行ったのですが、応援スタイルが日韓で異なることが興味深かったです。日本は応援席が外野にあって太鼓やブラスバンドで応援しますが、韓国では応援席が内野にあって、それぞれのチームに応援団長のマイクパフォーマンスとチアリーダーのダンスパフォーマンスがあります。形は違えど、ファンのチームに対する愛情は同じだと感じました。

また、プレースタイルでは、パワーなら韓国が勝りますが、技術は日本の方が優れているように思います。両者を様々な観点から比較すると、とても興味深いです。

留学後に感じた自身の変化は？これから留学を目指す後輩に一言お願いします！

韓国語の上達は当然として、留学中は授業の中で自分の意見を求められることが多く、しかも意見の根拠を「なぜ？」と突っ込まれ続けるので、帰国後のゼミ活動で自分の考えを瞬発的に発言する機会が増えたように感じます。

僕も何となく始めた韓国語でしたが、「本気になればどこまでも行ける」というのが実感です。本気になるきっかけを是非つかんでください。

僕は留学中に自分のやりたいことを見つけたら、不安でも躊躇せずに挑戦しました。その結果、後悔のない楽しい留学生活を送ることができて、積極性も身についたと思います。

後輩の皆さんも、やりたいことがあれば結果を恐れずにチャレンジしてほしいです。たとえ失敗したとしても、その経験は無駄にはならず、後で必ず自分の糧となります。「自分の可能性をあきらめるな」と言いたいですね！

四反田　健吾 さん
３年　広告コミュニケーションゼミ

海野　大地 さん
３年　スポーツ・健康科学ゼミ

カラダのリセット

TANOX TEA

キンカン×レモン×田野茶 ＝ TANOX TEA ＝ 日向夏×イチゴ×田野茶

TANOX TEA ってなに？

TANOX TEA とは、田野茶と田野産の果物を使ったオリジナルドリンクです。これは、流行中のデトックスウォーター（下記参照）に、カテキンの効果をプラスしたものです。緑茶と果物をかけ合せることで、果物に多く含まれるビタミンＣが、カテキンの吸収率を通常の 13 倍も高めてくれますし、果物をまるごと食べることができるため、美容と健康に対する効果が非常に期待できます。緑茶ベースということもあり、さっぱりと飲みやすいことも魅力の１つです。

私たちのオススメ！

飲んでみたいけど、どのような果物を組み合わせればよいか迷う…そんなあなたに、私たちイチオシの組み合わせをご紹介します！

「日頃お疲れの方」にオススメな、キンカン・レモン・田野茶の組み合わせ。（写真左）

「お肌がキレイになりたい方」にオススメな、日向夏・イチゴ・田野茶の組み合わせ。（写真右）

このほかにも様々な組み合わせが可能です。美味しく飲みつつ欲しい効果を得ることができる、あなただけのオリジナル TANOX TEA をぜひ作ってみてください！

デトックスウォーターとは？

デトックスとは、体に溜まった老廃物を体外へと排出することです。ミネラルウォーター（または炭酸水）に、野菜や果物をいれて飲む、デトックス効果のあるドリンクのことを総称してデトックスウォーターと言います。

簡単！お手軽！ TANOX TEA の作り方

1. 果物を切り、氷水とともに容器に入れる。
2. 緑茶 10g（大さじ 1 杯）の入ったティーパックを❶に入れる。
3. 冷蔵庫に入れ 15 ～ 30 分したらティーパックを少し絞って取り出す。色はほんのり緑色♪
4. さらに冷蔵庫で 1 ～ 5 時間冷やせば出来上がり!!

ビタミンＣの吸収を促進！
キンカン
キンカンに含まれている『ヘスペリジン』は、ビタミンＣの吸収を促進する効果があり、レモンとの相性はバッチリです！

毎日の疲れに！
レモン
レモンに含まれている「クエン酸」は、代謝を活発にし、疲労回復に効果があります。もちろんビタミンＣもたっぷり！

お腹スッキリ！
日向夏
日向夏には、整腸作用のある『ペクチン』が多く含まれており、便秘やお腹を壊している時に効果があります。

ビタミンＣの王様！
イチゴ
実は、イチゴはレモンより多くのビタミンＣを含んでおり、美白やシミ予防に効果を発揮します！

田野茶をプロデュース！

宮崎市西部に位置する田野町は、100 年以上の歴史がある「田野茶」を栽培しています。今回、私たちは田野町茶業振興会及び田野町まちづくり協議会から依頼を受け、「田野茶」のプロモート方法について検討しました。より多くの人に田野茶の魅力を知ってもらい、飲んでもらうための手法として、私たちが考案したのは「デトックスウォーター」と「田野茶」を組み合わせた飲み物、「TANOX TEA（タノックスティー）」です。

田野町茶業振興会
会長　田中 康明 氏

ー TANOX TEA の感想
楽しみ！その一言です（笑）。私たちも田野茶の魅力を新しい方法で伝えられないかと考えていました。このような若い人達の斬新な発想が、田野茶をより多くの人に飲んでもらうきっかけになれば嬉しいなぁ！

田野町に広がる茶畑

最も馴染み深い飲み物！

緑茶に関するアンケート（※）で緑茶を飲む頻度について聞いたところ、「日常的に飲んでいる」という回答が最も多い結果となりました。このことから、緑茶は毎日の生活の中で取り入れられ、私たちにとってなくてはならないものであると考えられます。

※広告コミュニケーション演習ゼミ調べ
調査対象：宮崎公立大学 275 人　実施日：2015 年 7 月 22 日

知っていますか？緑茶のこと。

緑茶には、約 20 種類の体にいい栄養分が含まれています。緑茶に多く含まれるカテキンは、美容・健康に効果があり、なかでも田野茶（深蒸し茶）は、一般的な煎茶に比べて、その効果効能を一番実感できます。

※カテキン効果
血圧上昇抑制作用、血中コレステロール調節作用、血糖値調節作用、抗酸化作用、老化抑制作用、抗突然変異、抗癌、抗菌、抗蝕、抗アレルギー作用など

● 参考文献
田中修 『フルーツひとつばなしーおいしい果物たちの『秘密』』 講談社
友利新・関口句子『女性のきれいと健康をつくる 美肌タイミングジュース』 保健同志社

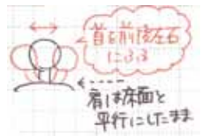
● 撮影協力：オールウェイズカフェ（宮崎市）

CIRCLE DE GOSHiP No.9

今回の噂：男子部員の肩身が狭い部活があるって本当？

ダンス部 部長
東口 朋樹 さん（2年生）
メディアとジェンダーゼミ

Q. アイソレーションって？
A. 体の各部をパーツごとに動かす運動のこと。



さまざまなジャンルのダンス

ロックダンス
LOCK＝「錠」のとおり、激しい動きから急に身体を止める動作が特徴。

ヒップホップ
主にヒップホップの音楽に合わせて踊るもの。ランニングマンの動きもこれに含まれる。

ジャズダンス
バレエの要素を取り入れたジャンル。テレビ CM で流れるダンスのほとんどはこのジャズダンスだそう。

東口：そんなことはありません！

私たちダンス部で活動している部員は50人ほどいます。その中で男子部員は私を含めて4人なので、男子の人数は確かに少ないんですが、性別を問わず楽しく活動しています。練習は、主に火曜日と土曜日の週2回、体育館で2時間程度の全体練習を行うほか、講義の空き時間や放課後にもグループごとに行っています。グループはロックダンスやヒップホップ、ジャズダンスなど、ジャンルで分かれているんです。

記者：うーん…、全然分からない。

東口：そうですよね（笑）。実は新入部員も初心者ばかりなんです。「新しいことに挑戦したい！」と入部してくる人が多いですね。だからアイソレーションなどの基礎から指導しています。上達するペースも皆だいたい同じなので、一緒に上手くなっていく楽しさもありますね。

記者：どのような場で練習の成果を発揮するんですか？

東口：個人でダンスバトルに参加したり、グループでイベントに参加したりと様々ですが、ダンス部として一番盛り上がるイベントはやっぱり凌雲祭ですね！　大トリとして出場するのがダンス部の伝統になっているので、その分、練習にも力が入ります。

記者：ということは、練習も次第に厳しいものになってくるのでは？

東口：そうですね、凌雲祭の前は確かに厳しいかもしれません。でも、それを皆で乗りきったときに得られる一体感や達成感はとても大きいです。だからもっと男子部員も多くなってほしいですね。

記者：やっぱり肩身が狭いのでは？

東口：そんなことはありません！（笑）

連続リレーエッセイ
いいだしっぺ
その8

◆執筆
野﨑 秀正 准教授（教育心理学ゼミ）
1976年宮崎県に生まれる。2004年広島大学院教育学研究科博士後期課程終了。博士（教育学）。宮崎学園短期大学保育科准教授、宮崎国際大学教育学部准教授を経て2014年より本学に着任。専門は教育心理学。

教育学者の育児

いきなり私事で恐縮だが、数ヶ月前第2子が誕生した。2人目ということで、出産に関わる手続きや赤ちゃんの扱い方についてはだいぶ勝手がわかっている。ただ、第1子のときと明らかに違うのは、まさにその第1子がいるということだ。妻の入院中、第1子のときであれば独り身生活を気ままに謳歌できていたのだが、今回はそういうわけにはいかない。こうして4歳の娘と私の1週間にわたる2人きりの生活がスタートした。私も教育学者の端くれ、幼児の心理や望ましい育児方法については理解している（つもりである）。ただ、知っているかどうかとできるかどうかは全く別の話。子供は誰でもそうなのだが、何か1つの行動を起こす前に必ず遊びが入るし、とにかく集中力がない。お風呂に入るにしても、食事をするにしても、日常生活の1つ1つの行動にえらく時間がかかってしまう。妻の場合、「早くしなさい！」の一喝で済ませてしまうところなのだが、どうも普段叱られ慣れていない父親の言うことは聞いてくれないらしい。さらに、職業柄、娘に対して関わる際に「この関わり方は正しいのか？」といちいち考えてしまうため一層ものごとが進まない。妻のいない2人きりの一週間が一ヶ月にも感じられ、育児の難しさを身にしみて感じた。

そういえば、以前何気なく見たウェブ上の掲示板で、アニメ「サザエさん」に登場するカツオ君の才能について議論が盛り上がっていた。ご存じのように学校の成績が低く「できの悪い子」というのが話の中での彼に対する評価であるが、彼のコミュニケーション力や発想力は天才的である。このことについて、「磯野家の人々の学業成績だけを重視した教育は、学業へのやる気を削ぐだけではなくカツオのせっかくの才能をつぶしてしまうことにもなるのではないか」という問題提起（？）がなされていた。「もっと『生きる力』を伸ばす教育を！」ということらしい。私を含めいかにも教育がわかっている（と自分では思っている）大人達のしそうな発想だ。しかし、この指摘に対するある人の回答が秀逸であった。「いや、あの磯野家の環境だからこそ、あの才能は伸びているんだよ」。なるほど。我々大人がある意図を持って行う育児なり教育なりは、必ずしもその意図通りに子供の成長に作用しているわけではない。むしろ、意図していない作用をもたらすことさえあるということか。

育児や教育について考えることは大事だが、あまり考えすぎると巡り巡って結局元の木阿弥どころかマイナスに作用することさえある。それほど人間の成長とは柔軟で偶然性に左右されることもあり、他人の意図通りに進むものではないのだ。では、教育について考えることは無意味なのか？いえいえ、だからこそ教育について考えることは面白いのです。

MMU NEWS PLUS
2015.10~ 2016.2

Index

10 October
20日 インターンシップ報告会を開催

11 November
6日 学生選書ツアーを開催
8日 後援会より印刷機の贈呈
「保護者説明会」「保護者のための就職ガイダンス」を開催
29日 四方教授が宮崎県地域少子化対策妊娠・出産啓発事業として29日（於県電ホール）及び12月6日（於延岡市川中コミュニティセンター）に講演会等を開催

12 December
8日 進路選択支援セミナーを開催
FD研修会を実施
19日 宮崎インターナショナルクリスマスマーケット2015を開催

1 January
15日 学生企画による企業見学・体験バスツアーを開催
22日 公開研究発表会（四方教授・久保准教授・阪本准教授）を開催
23日 公開研究発表会（ニコル教授・倉准教授）を開催
26日 古本募金ブックループ開始（下記参照）

2 February
6日 公開研究発表会「記憶との向き合い方を考える」（田宮准教授）を開催
12日 学生企画による企業見学・体験セミナーを開催
13日 公開研究発表会（田村助教）を開催
卒業論文発表会を開催（～16日）

編集後記

2012年創刊のMMUSHiPも第9号を刊行する運びとなりました。創刊以来、「主体的な学生と職員が、すべて自分たちの手で作り上げる広報誌」という基本コンセプトを掲げ、雑誌作成はおろか編集ソフトの操作も素人の学生と職員が集まり、何度も企画会議で議論を重ねながらワイワイと作り上げてきました。

Vol.9では、基本コンセプトはそのままに、編集チーム全員が一堂に会する企画会議は行わず、各担当内で企画をブラッシュアップし、ディレクターが全体の方向性を統括していく方法を試してみました。また、特別企画での池田先生の強力なバックアップによる学生記者の取材記事をはじめ、全体的にボリュームが多く、読みごたえのある1冊に仕上がったのではないかと思います。

誌面全体を俯瞰してみると、学生が実に様々な対象から学びを得ていることが分かります。国民国家の概念を学ぶ正課授業、町おこしのボランティア活動、社会で活躍する様々な女性の生き方や価値観、韓国留学での国際交流体験、ユーモラスな政治学の教授、田野茶のプロモートを検討するゼミ活動、男女比の偏りの中で共存方法を模索するクラブ活動と、数え上げればきりがありません。

MMUでの学びは、バイキング方式のレストランのようなものではないでしょうか。白いテーブルクロスがかかった長いテーブルの上には、世界中の料理を乗せた無数のお皿が並んでいます。どの料理を選ぶか、どのように盛りつけるのかは自分次第。でも、給仕係はそこにはいません。自分の席を離れ、自分のお皿を携え、自分の足で料理を取りに行かなければならない。本誌が食欲を刺激する1冊となれば幸いです。

■担当　小林 元気（学務課　グローバルセンター）

宮崎公立大学古本募金
ブックループ
MMU FURUHON BOKIN BOOK LOOP

2016/1/26 START!!

皆様の読み終えた一冊が、学生の支援につながります。

「想いが支援の輪として繰り返すように」。そんな願いを込めて学生が名付けた宮崎公立大学古本募金「ブックループ」は、皆様の読み終えた本が、その想いとともに寄附金となり、学生の支援につながる取り組みです。

お申込方法

STEP 1 準　備
必要なくなった本・CD・DVD（以下、書籍等）をご準備ください。
●書籍等の種類については、右記をご覧ください。

STEP 2 お申込
お電話または専用 WEB からお申し込みください。学内の専用回収箱への投函も可能です。
●電話：0985-20-2000（企画総務課経理係）
● WEB：https://www.furuhon-bokin.jp/miyazaki-mu/

STEP 3 寄　附
お預かりした書籍等は、提携会社バリューブックスにて買い取られます。その売却代金は「宮崎公立大学」に寄附されます。

皆さまからのご寄附は、宮崎公立大学の学生の支援に役立てられます。

ご寄附いただける書籍等について

● 寄附可能な書籍等の例
ISBN コードの付いた書籍・CD・DVD
発売から間もない書籍等、リサイクル市場での価値が高い商品などは特に寄附金が大きくなる傾向があります。

ISBN 見本
ISBN978-4-1234-5678-9
上記のような表記で書籍の裏表紙等についています。
ISBN とは国際標準図書番号のことです。

● 寄附いただけない書類等の例
ISBN のない本・個人出版の本 / 古書・マンガ・雑誌・コンビニコミック・百科事典 / ディスクがひどく傷ついているもの・ケース及びディスクが欠品している DVD・違法なもの・海賊版 / コピー / サンプルなど

宮崎公立大学広報誌『MMU SHiP』vol.9 はお楽しみいただけましたか？
読者の皆さんからのご意見・ご感想をお待ちしております！　右記の E メールアドレスへ　>>
お送りください。

Eメールアドレス
mmu-ship@
miyazaki-mu.ac.jp

2016年3月発行
発行者 田原 健二

〒880-8520 宮崎県宮崎市船塚一丁目1－2
電話：0985(20)2000 FAX：0985(20)4820 URL：http://www.miyazaki-mu.ac.jp/

←スマートフォンサイトはこちらからアクセス！

ダメ出しの向こう側に何が見えるか。

宮崎ガス株式会社
中田　泰弘 さん
平成８年度卒業生
国際関係論ゼミ

未来のcompass

社会で活躍するMMU卒業生に社会人としての近況を語っていただきました

―現在の仕事について教えてください。

主にハウスメーカーや設計事務所等の建築業界を対象に、新築物件の設備としてガスやガス機器を提案する営業チームを、チーフとして統括しています。若手社員の指導やアドバイスのほか、プレイングマネージャーとして自身でも営業の最前線に立ち、提案資料としての工事設計図面の作成まで含めて担当しています。コミュニケーション能力だけではなく、総合的な知識と技術が求められる仕事ですね。最近はCADを全力で勉強しています。

―MMUではどんな学生生活を？

高校の時に英語が好きだったこともあって、「国際」「海外」といったキーワードに漠然とした興味があり、人文学部国際文化学科の単科大学として当時開学したMMUに入学しました。1期生なので当然サークルもなく、サッカー経験者の友達で集まりサッカー部を立ち上げたり、サーフィンに没頭したり、課外活動に熱心な学生でしたね。その反面、勉学ではやりたいことをなかなか見つけることができず、ゼミを選ぶときは、田中宏明先生の人柄に魅かれて国際関係論ゼミを選びました。当時から指導が熱心で厳しかったのですが、その奥にある人間的な温かみが好きで、ゼミの空間がとても居心地が良かったことを覚えています。

―どのような就職活動を経て、宮崎ガスへの就職が決まったのですか？

大学1年生で始めたサーフィンが人生でとても重要な位置を占めるようになり、サーフィンも仕事もすべてひっくるめた生活全般を楽しむ人生を送りたいと考えるようになったんですね。なので、就職活動の時の選択基準は「宮崎であること」「労働時間がしっかりと区切られていること」の二点を重視して、最初は消防士になろうと思いました。ところが腰にヘルニアを患ってしまい、一生続ける仕事としては断念せざるを得なくなります。消防士の受験を考えているときに、大学の先生から「企業の入社試験も一つの社会勉強だから幅広く受けてみなさい」とアドバイスをもらい、就職支援担当の方から勧められて受験したのが宮崎ガスでした。

―これまでの仕事の中で、印象に残っているエピソードを教えてください。

企画系の部署にいた頃、「どのようにガス機器の魅力をPRするか」という課題があり、ABCクッキングに着想を得て、ガス調理機器を使用する料理教室を企画しました。鮨屋の親父さんに魚のさばき方から習う「男の料理講座」や、高級フレンチのシェフによる「フォンドボー講座」など、色んな企画にチャレンジし、試行錯誤の日々でしたね。僕と同じくMMU出身の後輩社員が女性の視点から料理教室企画をさらにブラッシュアップしてくれて、MMU卒業生で一つの企画を作り上げていったことが印象的です。現在も「宮崎ガスクッキング講座」として続いています。

―大学時代の学びや経験が生きていると感じますか？

新卒で就職して以来、ガス導管などの維持・管理を担当する技術系の部署に始まり、企画系、営業系と様々な部署を担当してきました。異動に伴って、日常的に仕事で関わる人間も大きく変化します。そこで求められるのは、表面的なコミュニケーションではなく、血の通った付き合いをすること、すなわち「他者を深く理解する力」だと思います。MMUでの学生と教職員間の濃密な関係性の中で、それを学びました。

具体的には、やはりゼミでしょうね。田中先生の卒論指導を受ける中で、変な言い方ですが「ダメ出しを受けること」が楽しかった。「ダメ出しの出され方を学んだ」とも言えるかもしれません。

論理の構築や先行研究の引用など、論文の作法を学ぶ場で、先生は先生としての役割、僕は学生としての役割がある。そして、厳しいダメ出しの向こう側には、「質の高い卒論」という共通の目標があるわけです。例えば、仕事で厳しいクレームを受けたときも、この人の背景にはどのような役割と目標があるんだろう、と考えるようになりましたね。

今でも時々田中先生の研究室にはふらっと遊びに行きます。そんな距離の近さが魅力ですね。

宮崎ガス株式会社

昭和5年創業。宮崎市、延岡市、都城市で都市ガスを供給。一般ガス事業および簡易ガス事業並びにガスに関する工事の請負、ガス機器の販売、液化石油ガスの販売、液化天然ガスの販売を行っている。従業員数は136名（2015年8月現在）。