

齋藤 貴江子

静岡県立大学 環境科学研究所・
大学院薬食生命科学総合学府 助教



仕事の内容とやりがい

現在のような研究職に就くまでにはかなりの道のりがありました。勤勉な学生ではありませんでしたから。それでも念願叶って(?)18年間、静岡県で特産物の茶・山葵・蜜柑の研究をしてきました。植物はそれぞれに特有の機能を持っていて大変興味深く多くのことに感動しています。現在は「茶の機能性」に関する研究が中心ですが、未知の世界を探索することは楽しい反面、成果が出なければ落ち込むこともしばしば。でも自分の知的好奇心がまわりに感染して行くように常に信念と情熱をもって取り組んでいます。研究を通して教育をすることは二重の責任を伴います。だから卒業した学生が社会人になって成長した姿を見ること、そして社会に貢献する研究をすることが仕事のやりがいになっています。



進路決定のきっかけ

中学時代は英語が好きだったので英語の先生に、高校入学当初は、犬が好きだったので獣医師になりたいと漠然と思っていました。しかし獣医師になるには動物の解剖をしなければならないとわかったと、あっさりとやめてしまいました(ずっと後になって仕事で動物の解剖をすることになるのですが)。結局文系クラスだったのに、好奇心旺盛な性格が災いして化学実験に興味を持ったことが研究に目覚めた始まりです。当時、女子は短大が花形だったので、みんなと同じようになりたくないというアイデンティティが強かった気がします。その時々目標を追いかけて行った結果、今に至っています。現在とは社会情勢が異なりますが、4年制の大学に進学させてもらったことを両親に感謝しています。



ワークライフバランス

仕事とプライベートの両立を目指すために、ワークライフバランス「仕事と生活の調和」という言葉を最近よく聞くようになりました。自己の働き方の時間配分を見直すことはできても社会環境は容易に変える事はできないので、充実したワークライフバランスの実現は難しいのが現状です。常に試行錯誤していますが、数え切れないほどの失敗から自分の意識改革の重要性を学びました。柔軟な思考は人生を充実させます。少ないプライベートの時間でなりたいたい自分になれるように念じていますが、実際の私は自己中心的らしいので家族からよく苦情がきます。日々反省しつつ、自分流の進化を遂げています。



未来の女性研究者へのメッセージ

少子高齢化に伴い女性の社会進出が今後必須になってくるので、女性研究者は増えていくと思います。働き方も多様化してくるでしょう。好きなだけでは仕事はできませんが、好きなことだから夢中になれる、のではないのでしょうか。研究は細かく深く考えることが必要ですが、人生は思い悩むよりもまず実行してみるのが一番ではないかと思います。婚活(相手に頼ること?)それもいいかもしれませんが、もっと先にすることがあるかもしれません。まずは自分のポテンシャルを信じましょう。多くの女性が研究者として活躍できるように、これからも少しずつ足跡を残していきたいと思っています。日本大学の卒業生として、少しでも後進の参考になれば幸いです。

最後に、このような執筆の機会いただき日本大学生物資源科学部の方々に感謝致します。



*プロフィール

埼玉県立所沢高校卒業→日本大学農獣医学部・農芸化学科(現・生物資源科学部生命化学科)卒業→研究機関実務助手(省略)→日本大学大学院農学研究科・農芸化学博士前期課程修了(現・生物資源科学部研究科生命化学専攻)→理化学研究所(省略)→Geontology Research Center (NHK USA)→日本大学大学院研究科・静岡県立大学大学院生活健康科学研究科助手→日本大学で博士号(農学)取得→結婚出産(over 40)→現職

● 斎藤 千恵子
日本学術振興会 特別研究員 (PD)
大阪大学大学院医学系研究科



仕事の内容とやりがい

日本大学、農芸化学科(現:生命化学科)栄養生理化学研究室で肝臓の線溶系に関する研究を始めてから、大学院では肝臓の解毒作用に焦点をあてた研究をし、現在は肝細胞でおこる細胞死をテーマに研究をしています。と、書いてみてわかるように、肝臓、肝臓、肝臓できています。今まで特に肝臓にこだわってきたとは思っていなかったのですが、10年近く肝臓を研究してきてわかったことは、「自分がまだ何もわかっていない」という事です。だから「少しでもわかるようになりたい」という気持ちが、研究に対する面白みや、やりがいへと繋がっていつているのかもしれない。



進路決定のきっかけ

初めて研究者に出会ったのは中学3年生の生物の授業でした。当時何かの都合で大学の先生が、中学生のクラスを担当してくれました。先生は、教科書を全く無視して自分の興味ある事だけを話し、テストで生徒に質問されるとつい答えを言ってしまうような人でした。しかし先生は、すっかり聞き飽きている生徒なんぞ目もくれず、先生の研究テーマについて心から嬉しそうに語っていました。そんな先生を見てみると、「なんて楽しそうに生きている人だろう、私もそんなふうに生きていきたい!」と思いました。私が今、先生と同じ目をして自分の研究を語る事ができるかと問われれば、首を勢よく縦にふって「YES」とまでは言えないまでも、「NO」ではない...と思います。あの時出会った先生のように、自分の好きな事を全力でやっているという、あんな顔ができる人生を送りたいと思っています。



ワークライフバランス

私は自分の家庭をもっていないので、すべての時間を自分の好きなように使っています。こういう人ほど気づいたら研究しかしていないという生活を送りがちです。それはそれで楽しいとは思いますが、ただ、研究だけに没頭しているとうまく結果がでている時は良いのですが、何をやってもうまくいかない時そこから抜け出すのにかなり苦労します。人生はたぶん長いので、自分のモチベーションをうまくコントロールして、いい時も悪い時も平均したらある一定のパフォーマンスをし続けているという事が大切だと思います。私の場合は、できるだけ異業種の人と話したり、一緒にどこかへ行って同じ体験を共有したりする機会を作る事を心掛けています。全く違う事に意識を向ける事によって、思いがけない人から思いがけないタイミングで解決策のヒントをもらう事もありますし、自分の気持ちがふと楽になって異なる見方ができるようになったりもします。



未来の女性研究者へのメッセージ

私自身、研究者を目指していたか?と聞かれれば「それは違う」と思いますし、今、あなたは研究者か?と聞かれたら、「そうだ」とも言えない自分がいます。目の前にある事に対して一つ一つ必死に向き合っていたら、月日は流れていて、その流れた月日を振り返って見たら、研究をしていた、というのが現状です。そんな私が研究者を目指す人へ何かメッセージを送るというのは非常に難しいです。ただ、漠然と何か言うとしたら、「自分を必死にさせてくれるものというのは、周りにたくさんあるようで実際そんなにはないかと思われまふ。だから、これだ!というものが見つかった時はそれを大切にしていったら良いのではないかと思います」という事です。



*プロフィール
香蘭女学校高等学校卒業→日本大学生物資源科学部・
農芸化学科(現:生命化学科)卒業→カンザス大学薬
学毒学治療学部博士課程卒業→大阪大学大学院医学
系研究科 特任研究員→日本学術振興会 特別研究員
(PD)

清水 みゆき

日本大学 生物資源科学部 食品ビジネス学科 教授



仕事の内容とやりがい

学部の卒論のテーマとして「公害史」を選んで以降、経済史、農業史、環境経済学といった分野の研究が中心となっていますが、現在の職に着いて以降は食料経済学の領域にも研究分野を広げています。大学院卒業後は大学院生のみを教育対象としている研究所の任期制研究職に就いていました。プロ意識を持った年配のパートの方が大勢働いていて、自分の若輩さや今後の方向性など悩みもありましたが、後から考えると研究遂行のため、または組織で働く為のコミュニケーションの取り方はこの時学んだように思います。現在、私立大学教員として、学生教育、院生教育、自分の研究のほか、校友会、学会等、多岐に渡った仕事をこなさなければなりません。自分の視点（私にとっては、公害被害者の真の救済とは）が揺らがなければ、どの仕事も目的の一環（またはその情報収集）となってやりがいがあります。



進路決定のきっかけ

公害史との接点は何と言っても現在の足尾銅山です。学生時代、サークル仲間とよく自然観察、動物観察に行きました。野生動物を直に観察する事ができるこの山は、公害の影響で禿けているからこそ、より良く対面の山の動物の動きが観察できます。こんな形で公害の恩恵を受けたからには、その歴史もしっかりと把握しておこうと思いました。そして、その教訓を生かす必要性を痛感しました。



ワークライフバランス

息子が一人います。流産も経験し、一時はそれを仕事のせいにしていた自分もいました。そんな自分を乗り越えられたのも思考回路から自分のテーマが抜け切らなかったため、と思っています。夫は国立大学の教員でしたが、私立に比べると多少のゆとりもあったせいか、家事、育児全般にとっても協力的でした。双方とも実家が遠方だったため、報酬を払ってでも家事、育児を手伝って頂ける方に家の中に入って頂くか、自分たちでやり繰りするか（こちらを選びました）、といった議論もしました。今はいかに子供に家事の手伝いをさせるか、が課題です。仕事と家庭のバランスの取り方は下手な方で、家では読むこと以外はほとんど仕事をしません。電車通勤は気持ちの切り替えとして、またその時間内に車内で片付ける仕事を持ち込み、効率性良くこなす、という面でも効果があります。



未来の女性研究者へのメッセージ

自分は何をしているときに楽しいのか、好きなのか、そこを起点とすることがまず一番。それが一見職業に結びつかないように思われても、所詮は人間の能力の範囲内なので、きっと職業に結びつく進路が発見できるでしょう。または、多様にある選択肢を自ら閉ざさなければ、出会うべきタイミングで、出会うべき何かに行き当たる、というのが私のこれまでの経験でした。そして、そのことを家庭や学校で誰かに相談してみる事です。言わなければ道も拓けません。言う事を躊躇する事だけはやめましょう。



*プロフィール

県立高校卒業→日本大学農獣医学部(現…生物資源科学部)食品経済学科卒業→千葉大学大学院自然科学研究科生産学専攻博士課程へ結婚→修了(博士(農学))→一橋大学経済研究所助手→文部省(当時)統計数理研究所調査実験解析系講師→日本大学生物資源科学部専任講師→第三子出産→准教授→現職

上村 真由子
日本大学 生物資源科学部 森林資源科学科 准教授



仕事の内容とやりがい

大学での仕事は教育と研究になります。教育では学生さんに授業や実習・実験を指導し、卒業研究をサポートしています。仕事を通じて出会う学生さんから日々の力もらっています。研究では、森林の炭素循環を調べるために演習林に入ったり、データの解析をしたりしています。特に着目している樹木が枯死して分解される過程は、私にとってとても興味深いものです。興味を持って取り組めることを仕事にできたことは本当に嬉しいことです。



進路決定のきっかけ

子供の頃からキュリー夫人のような研究者になろうと思っていました。大学生となりいざ進路を考えた時には研究者へのこだわりは特にありませんでした。その頃は就職氷河期ということもあり、修士課程を卒業した段階では就職が決まらず、博士課程に進むことに。博士課程で始めたことが面白く、とりあえず博士課程を終えてみようと思える日々でした。思えばこの時期が私の進路を決め、鍛えられた日々でした。博士を取得した後はポストドクターという不安定な身分で4年間暮らしましたが、最終的に現職に就けることができたのはいろいろなご縁によるものだと思います。



ワークライフバランス

私にはまだ子どもがいませんので具体的なお話ができませんが、現在は個人的な時間の多くを仕事に割いています。仕事といっても、個人的な時間を充てる場合は主に研究に対してとなります。研究は自分の興味でもあるわけで、勤務時間として区分される時間内で終わらせられないことが多くありますが、あまり苦にはなりません。将来的に子どもを持てば時間の使い方が大きく変わると思いますが、そうであっても自分のための時間もできるだけ多く割けるように頑張りたいと思っています。



未来の女性研究者へのメッセージ

キャッチフレーズは、“どんなときでも思いこんだものと違うやり方がある”という意味で、他の価値観を探してみても、ということです。私もポストドクターの時には大きな不安に襲われました。今思えばこれも価値観の幅を自分で狭くしていたからでしょう。不安な時であっても前向きに捉えるということ、そうすれば進路は自ずと開けてくるのでは。その時に大事なのは自分を支えてくれる人達です。落ち込んでいる時も元気な時と人と話すことが大事なのだと思います。



＊プロフィール
京都女子中学高校卒業→神戸大学農学部植物資源科学科卒業→同大学大学院自然科学研究科修士課程修了→同大学大学院同研究科博士課程修了→同研究室において教務補佐員を約2年→(独)農業環境技術研究所大気環境研究領域においてポストドクを約2年→日本大学生物資源科学部造林・風致学研究室(現…森林生態学研究室)助手→助教→現職

新町 文絵

日本大学短期大学部 生物資源学科 准教授



仕事の内容とやりがい

私の専門は、植物栄養生理学です。植物は、主に根から養分を吸収して生きていますが、植物は根を下ろした場所で一生を全うするため、たとえそこが栄養の乏しい土壌や気候が厳しい環境であっても、動物のように移動することができません。そこで植物は、環境に適応するための様々な仕組みを持っていると考えられます。そのような植物の機能を利用して環境を修復する技術をファイトレメディエーションといいます。私は、有害な重金属の一つであるカドミウムに耐性の植物や、多くの植物が生育できないような強酸性土壌でも生育可能な植物を選抜し、その仕組みを明らかにすることで、環境修復に利用するための研究を行っています。研究成果がすぐに応用できるわけではありませんが、将来の環境修復に役立つことを願って研究に取り組んでいます。



進路決定のきっかけ

私は大学を卒業してすぐに就職するつもりでいましたが、できれば事務職よりは補助的な仕事でもいいから研究機関で働きたいと思っていました。しかし、当時は女子学生で研究機関に入りたいなら学部卒だと難しいので、修士の方が良いと聞いて大学院へ進学しました。大学院では指導して下さった先生のおかげもあり、研究は順調だったものの研究を続けることには漠然と不安を感じていました。ちょうどその頃、高校で理科を教える機会に恵まれ、使っていた生物の教科書の中で知り合いの先生の研究が紹介されているのを見つけました。その時に、私は誰かの研究成果を教える人ではなくて、自分で研究をする人になりたいという自分の気持ちに気づき、研究者になることを決めました。現在は、大学教員として研究と教育の両方が仕事になりました。



ワークライフバランス

大学院生からポスドク時代は、休みもほとんどなしで、朝から晩まで研究室にいるような生活を送っていました。短大の教員になっても、それに近い生活をしており、ワークライフバランスは大事だと思っていても、なかなか生活は変えられませんでした。しかし、大学の海外派遣研究員として英国に1年間滞在する機会を得て、その時に彼らが本当に仕事もしっかりした上で、休暇や家族との時間を楽しんで生活するのを見て、自分の生活スタイルを反省しました。まだまだワークライフバランスはうまく取れませんが、本を読んだり、美術館や博物館に行ったりと仕事以外の時間も大切にするように心がけています。



未来の女性研究者へのメッセージ

私は、“研究者になりたい”とっていて研究者になったわけではありませんので、あまり早くから研究者を目指していなくてもよいのではないかと思います。高校や大学で学ぶ中で自分の興味の方向を見つけ、大学生で卒業研究に取り組んで、研究の面白さが感じられて、それから研究者を目指してもよいのではないのでしょうか。

私自身は、自分の将来に向けて強い気持ちや目標があったわけではありませんでしたが、漠然としたものでも、自分の興味の方向や、なりたいイメージが持てた時、自然とそちらへ向かって進んできたように思います。まずは、興味のあることをやってみたらよいと思います。色々なことをやってみて、自分が楽しいと思うこと、興味がわくことを見つけてください。その延長線上に研究者があるかもしれません。



*プロフィール

日本大学豊丘高校卒業→日本大学農獣医学部農芸化学科(現・生物資源科学部生命化学科)卒業→日本大学大学院農学研究科農芸化学専攻博士前期課程へ進学、修士2年の時に母校である日本大学豊丘高校で1年間非常勤講師を勤める→大学院博士後期課程へ進学→大学院修了、博士(農学)の学位を取得→岡山県生物科学総合研究所流動研究員→帝京科学大学大学院バイオテクノロジー研究センター非常勤職員→日本大学短期大学部農学科(現・生物資源学科)助手→同専任講師→現職

自分の人生だから、やりたいことをしよう!

菅沼 桂子

日本大学生物資源科学部 一般教養准教授



仕事の内容とやりがい

私の仕事は、主に、研究、教育そして学内業務です。教育面では、主に学部1年生が受講する教養科目を担当しています。どうしたら学生にとって面白かつ社会に出てから参考になる講義ができるのかを常に考えていますが、理想とする講義にはまだ程遠く、教育は難しいと感じています。それでも、受講した学生が楽しそうに講義を聞いてくれたり、勉強になったと言ってくれたりするときに、やりがいを感じます。研究面では、自分の書いた論文が他者の論文の中で引用されている時、研究成果の蓄積に少なからず貢献できたことにやりがいを感じます。とはいえ、進路決定のきっかけになった最大の目的である「恩返し」は全くできていないため、目標達成はまだ遠い夢のままです。



進路決定のきっかけ

大学時代の私は、アルバイトをしてお金を貯めては、ホテルも旅程も決めずに海外に一人でバックパックを背負って旅に出ていました。そんな無謀な私は、海外の至るところでアクシデントに見舞われたのですが、その度に、諦めずに自力で何とか問題を解決しようとする大切さを学ぶとともに、多くの方々から無償の厚意（手助け）を頂きました。その中には、社会主義から資本主義への移行に伴う経済状況の悪化や内戦の影響で、経済的に困窮している人達も多くいました。そのような中でも、見知らぬ外国人である私を助けてくれた人達のために、外国人の私にできる恩返しはないかと考えた結果、自分の研究成果をみた企業が、それらの国々やそこに住む人々を経済的に豊かにしてくれることを願って研究の道に進みました。



ワークライフバランス

大学院生と研究員時代の私は、博士号取得への焦りから毎日研究室に行っているというような状態でした。しかし、年齢を経るごとに、そのようなやり方では逆に心身ともに疲れてしまって、かえって能率が落ちることに気がつきました。そのため、それからは意識して、なるべく週末（せめて週末の1日）は完全に仕事のことは考えないでオフにすることを心掛けています。そして、オフを取ることで仕事をする時間が減ってしまっても、その分仕事時には集中して能率良くできるようになることも学びました（とはいえ、締め切りに追われている時にはそれもままなりません・・・）。



未来の女性研究者へのメッセージ

人生というのは、遠回りをしたように思えることがあっても、決して無駄な経験はないと、私は考えています。実際に私の人生は、一般的には遠回りに見えるようなことが多く、時には落ち込むこともあります。それでも、ちゃんと自分に必要な経験をしながら自分の歩む道を歩んでいるのだと思っています。そう考えると、気分が落ち込んでしまうようなことが起こっても、自分の選択が間違っていたのではないかと感じてしまうときがあっても、腐ることなく自分らしい人生を歩み続けていけると信じています。だから皆さんにも、自分がこれまで歩んできた人生を後悔することなく、やりたいことをやって、自分らしく歩み続けてほしいと思います。



＊プロフィール
静岡県内の公立高校卒業→明治大学法学部法律学科卒業→一橋大学大学院経済学研究科修士課程修了→同大学院博士課程単位取得退学→一橋大学富山大学にて研究員→博士号取得（経済学）→日本大学生物資源科学部助教→同准教授（現職）

ウイルスの進化は面白い!

鈴木 由紀

日本大学生物資源科学部 ポストドクトラルフェロー



仕事の内容とやりがい

人や動物に病気を起すウイルス(例えば狂犬病ウイルスやインフルエンザウイルスなど)が病原性を獲得するメカニズムを、ウイルスの進化を研究することによって明らかにしています。ウイルスは核酸と蛋白質で構成されるシンプルな生物です。しかし、ウイルスは進化する速度が早く性質が変わりやすいことから流行の制御が困難です。そこで、ウイルスの進化を解析しウイルスの感染戦略や疫学を明らかにすることによって、人や動物の感染症の予防・治療に貢献することを目指して研究を行っています。研究は自分のアイデアで新しい事象を証明していくことができるので、充実感がありとても楽しい仕事です。ウイルスの感染戦略は巧みで感心することが多々あります。そのウイルスの感染戦略を明らかに出来ると、ウイルスの攻略に少しでも近づけたのかなと嬉しくなります。



進路決定のきっかけ

学部生時代に研究室で卒業研究を進めるうちに、自分で発見をする研究の楽しさに触れて研究者として働くことを決めました。学部生のときからウイルス学が好きで、ウイルスを研究テーマに扱っている研究室に入室希望でしたが、研究をするのなら学会発表や論文発表をしてみたかったので、研究活動を精力的に行っている研究室を選んで入室しました。その当時の卒業後の進路は就職希望で、感染症に関わる仕事をしたいと漠然と考えていました。しかし、卒業研究を進めるうちに研究を続けてみたいと思うようになり、博士課程に進学することを決めました。博士課程修了後は、ウイルスの進化を熱心に研究されている大学・研究所の先生に受入をお願いして、ポスドクとして研究を続けて現在に至ります。



ワークライフバランス

基本的には月曜日から土曜日に仕事をしています。私の研究はパソコンを使った解析作業が多いので仕事を家に持ち帰ることもありますが、好きな仕事なので特にストレスを感じません。結婚をしているので、帰りが遅いときは主人が晩ご飯を作ってくれるなど家事を協力して貰っています。しかし、日曜日は出来るだけ仕事をしないで外に出かけて気分転換をしたり、のんびりと過ごしてリラックスするようにしています。そうすることで、気分と身体がリフレッシュして月曜日から仕事を頑張れます。



未来の女性研究者へのメッセージ

好きな事こそ一生懸命に頑張ります。研究に興味がある人は是非、研究者を目指して頑張ってください。大学や研究機関で研究者として働くためには博士号が必要な場合が多いのですが、博士号は世界共通の資格で、日本に限らず世界中の研究者と議論が出来るのもこの仕事の醍醐味だと思います。また、自分の研究成果も論文として世界中に発信されます。これから研究者を目指す人達の好奇心から新しい発見が生まれるのを楽しみにしています。応援しています。



*プロフィール

神奈川県立大原高等学校卒業→日本大学生物資源科学部獣医学科卒業→同大学院獣医学研究科獣医学専攻博士課程修了博士(獣医学)→国立遺伝学研究所にて日本学術振興会特別研究員→結婚→名古屋市立大学にて日本学術振興会特別研究員→オックスフォード大学にて日本学術振興会海外特別研究員→現職

鈴木美和
日本大学生物資源科学部
海洋生物資源科学科専任講師



仕事の内容とやりがい

私はイルカやクジラ（鯨類）の生理学を研究しています。生理学とは個体の生命現象を機能という面から追究する学問で、体のなかで起きていることを明らかにしていきます。陸上から海へと進出し、様々な変化を遂げて海での生活に適応した鯨類の体はところどころ陸上のほ乳類と異なっていて、それを見極めて行く作業はパズルを解くようで非常に興味深い過程です。鯨類のように体の大きな海洋生物は生理学的な研究には適しているとはいえ、研究があまり進んでいないのでまだ分からないがたくさんあります。自分の仕事が鯨類研究の世界を押し広げると信じて、時に水族館の方々や捕鯨をしている方々の協力を得ながら、学生たちとともに日々研究できることは醍醐味です。



進路決定のきっかけ

私は元々文系で教育学や社会学を学んでおり、当時は鯨類研究をすることになるとは夢にも考えていませんでした。将来への茫漠とした不安を抱えていた大学3年生の秋、就職活動がこれから始まるという時期に、偶然ハワイ大学でのイルカ研究の内容を紹介していたテレビ番組を目にしました。その時に見た研究者たちの姿が何とも言えずまぶしくて、こんな道に進みたいと強く思いました。その衝動がとても大きかったため、自分の声に従って行動することに決め、別の大学で学び直しました。学生時代はたびたび迷走したりもしましたが、多くの人々に助けられ今に至っています。



ワークライフバランス

大学の教員の仕事はおおざっぱにいうと研究と教育とその他雑務です。このうち特に研究をしている時は苦痛を感じないのですが、その反面、知らず知らずのうちに研究にかなりの時間を注ぎ込んでしまう傾向があり、結果的に仕事をしている時間が長くなります。家においても研究について考えたり論文を書いたりすることも多く、気がつけば家事はかなり適当、娯楽とは無縁という状態になっていたりして一般的に言うバランスはとれていません。しかし大学教員は勤務時間の面では比較的自由になるので、意識的に時間配分をすれば事態は改善されると思います。



未来の女性研究者へのメッセージ

かつての私がそうであったように、自分が何をしたいのかさえ分からない時もあると思います。そういう時は、目の前にある「やるべきこと」を粛々と真面目にやり、興味をひくものがあれば近づいて、あれこれと試行錯誤するのが良い気がします。やりたいことが見つかった時には「選ぶのも自分、尻ぬぐいするのも自分」という覚悟と勇気と自信を持って一歩を踏み出して欲しいと思います。そしてどんな時でも周りの人々に様々な面で力をもらっていることを忘れないで、自分を大切に、後悔しないように歩んでいくような素敵な人になってほしいと思います。



＊プロフィール
高校卒業卒業→お茶の水女子大学文教育学部→東京
大学農学部→東京大学大学院農学生命科学研究科
博士課程修了、博士（農学）→水産庁中央水産研究所
博士研究員→日本大学生物資源科学部海洋生物資源
科学科助手→現職

園原和夏

日本大学生物資源科学部 森林資源科学科 助教



仕事の内容とやりがい

専門は「森林経営」・「森林計画」で、森林を長期的・広域的な視点で捉え、その適切な管理のあり方について考える分野です。研究のためあちこちの森林でフィールド調査を行います。広大な森林の全体像を把握するために、衛星画像や空中写真を活用することもあります。森林のデータをどうやって得るのか、得た成果をどのように森林管理のシナリオに組み込むのかを考えるのがこの分野の面白いところだと思います。そうはいっても納得できるような成果はなかなか出ません。心の中で「今度こそ」と思いながら、一発逆転(?)をねらって、自分が目指す目標に向かって進んでいける職場というのは、大学・研究機関ならではの醍醐味だと思います。



進路決定のきっかけ

もともと大学での学びや研究に対して漠然とした憧れがありました。それと好奇心が結びついて、大学では早くから色々なことに挑戦しました。研究室に早めに入り、先輩の研究の手伝いをしたり、4年生のときには学会発表も経験しました。学会当日は緊張のあまりお腹が痛くなりましたが、達成感がありました。コツコツ作業をすることやあれこれ考えることは楽しく、そういうことにいくらでも時間を使える大学って素敵だなと思いました。そう思って進学した大学院博士前期課程で感じたことは、「納得いかない」でした。もう少し続けたら、もっとおもしろい結果を見出せるのではないかという「欲」が出たのでしょうか(笑)。同時に新しいことを知る喜びを学生に伝えることにも興味を持つようになり、大学で教えることを意識するようになりました。



ワークライフバランス

「仕事と家庭」のバランスは、「仕事と健康」のバランスでもあると思います。心身の健康を維持することは、楽しく仕事を続けるための基本であり、家庭は健康をサポートする基盤だと思います。ですから、できるだけ家に仕事を持ち込まず、夫婦にとっての癒し・息抜き、気分転換の場にするよう心がけています。休日は主人と近所を散歩したり、のんびりと家で過ごすことが多いです。最近、夫婦で気を付けているのは「食事」です。結婚当初は私がはりきって食事をつくっていましたが、いつのまにか忙しくなり外食ばかりしていた時期がありました。でも、家で食べる食事が一番おいしく、元気になるのですね。最近は、2人で協力して夕食を作っています。時短にもなるし、話しながら料理するのも楽しいです。



未来の女性研究者へのメッセージ

私は、後先考えずに行動するわりに、ネガティブ思考です。研究者に向いてないと悩んだり、周りでバリバリ成果を挙げている方と自分を比べて落ち込んだりすることがよくあります。ある日、主人に「今日も〇〇がうまいかなかった」と嘆いていたところ、「うまいかないのが勉強でしょ?」と一言。確かにその通り。「うまいかない」からこそ面白く、その先を目指してがんばってきたわけで、そのことをすっかり忘れていたのです。「うまいいくのが当たり前」と思うと焦ったり辛かったりしますが、「うまいかないのが当たり前」と考えるとなんだか元気が出てきて、自分のペースでがんばろうと思えるようになりました。困難に出会ったとき、腐らずに取り組み続けることも才能だと思います。できることもできないこともコツコツと続けることで、おもしろいことに出会えると信じています。



*プロフィール

東京都立高校卒業→(1年浪人)→日本大学生物資源科学部 森林資源科学科 卒業→同大学院生物資源科学科 森林環境科学専攻 博士前期課程修了→同博士後期課程修了、博士(生物資源科学)取得→日本大学生物資源科学部 森林資源科学科 助手→現職

● **高野 愛**
国立大学法人山口大学
共同獣医学部 准教授 (テニユアトラック)



仕事の内容とやりがい

大学で、人や動物の病気の原因となる微生物の研究を行なっています。ウイルスや細菌などの微生物が原因となって人や動物が病気になる「感染症」がどのように発生するのか? どうしたら予防できるのか?などを解明し、社会に情報提供を行なうのが目的です。2012年12月に文部科学省のテニユアトラック普及・定着事業のサポート受け、新しい研究室を立ち上げました。自らのアイディアで研究を行なう立場になったことから、仕事量が多い時もありますし、プレッシャーも大きいですが、自分のやりたい事のできるの、非常にやり甲斐のある仕事です。私が考える研究の魅力は、世界で誰も知らないことを新しく知る事ができるということでしょうか。それがどんなに小さいことでも、自分の考えが実験で証明された時や、逆に全く予想しない結果を得た時の興奮はやみつきになります(笑)。



進路決定のきっかけ

もともとは、町の獣医さん(小動物臨床)を目指して獣医学科に入学しました。大学で多くの先生方に影響を受け、研究の魅力に気がつき、自然と大学院への進学を考えるようになっていました。大学院では国立感染症研究所に所属し、疫学や基礎研究を行なってきました。国立感染症研究所では他分野の先生とも交流があり、また設備も整っていたため、研究環境としては非常に良いものでした。しかしその一方で、後進研究者の育成の必要性を痛感し、教育と研究の双方を行なう大学の研究職に応募しました。



ワークライフバランス

今は100%仕事に浸かれる時期だと思っています。恐らく将来的にはここまで仕事一本の生活は出来ないでしょうから、生活に占める仕事の割合を高くしています。その一方で、仕事を充実させるためにはプライベートの充実も必要ですので、気持ちの切り替えを重視しています。仕事から帰った時に、何も考えずに黙々と料理をしたり、休みの日は遠出したり。職場の近くにいると、つつい仕事をしてしまうので、「休むぞ!」と決めた時だけは仕事用のメールを一切見ないようにしています。



未来の女性研究者へのメッセージ

現在、理系特に農学系の女性研究者の割合は非常に低いのが現状です。しかし、同世代の女性研究者が少しずつですが、増えて来ているのも実感しています。国も女性研究者を増やすための政策を取っており、公募等で女性であることが有利に働く場合もあります(同程度の業績の場合は女性を選ぶと明記している公募が増えています)。研究職は、日本全国、世界各地を移動することも多々あります。子供や家族がいると、制約もありますが、逆に様々な文化や習慣を学ぶことができ、自分の視野が広がり、スキルアップに繋がります。もし興味がある分野があれば、ぜひトライしてみてください。好きで始めた仕事は続けられるし、上達も早いと思います。そんなあなたをきつと周囲は暖かく支援し、迎え入れてくれるはずです。

人様からお金を頂く以上、仕事にはつらい事が必ずあります。そのような時、どのようにモチベーションを維持するかが仕事の効率とクオリティーを左右しますので、どんな小さな事でも良いので、「いいね♪」を見つけるようにすると、嫌な作業も早く終わりますよ(^^)。



＊プロフィール
神奈川県立大磯高等学校 卒業→生物資源科学部 獣医学科 卒業→岐阜大学大学院連合獣医学研究科(国立感染症研究所所属) 修了博士(獣医学)→国立感染症研究所にて研究員→現職

夢中になれることがすなわち自分のやりたいこと

高野(白鳥)初美

日本大学生物資源科学部応用生物科学科
ポスト・ドクトラル・フェロー



仕事の内容とやりがい

主に未利用資源バイオマスをメタン発酵によってバイオガス化し、再生エネルギーとして回収するための基礎研究を行っています。現在は、木材チップを分解してメタンガスへと転換する嫌気性微生物の同定や機能の向上を目指した培養プロセスの確立を目標に実験を進めています。研究対象が難培養性微生物のため、遺伝子解析や物質分析を取り入れるなど独自の手法を試行錯誤する日々です。そのような中で、時折訪れる楽しみは、新種の細菌を発見することです。学名を付け、その微生物の特徴を詳細に調べていく「分類」という仕事は、一見地味ですが、誰も知らない未知の生物と初めて出会うドキメキと丹念にその生物を見つめる時間が私に大きな充実感を与えています。



進路決定のきっかけ

研究者を目指したというよりも、いつの間にか実験するのが日常になっていました。その始まりは、卒業研究で配属された生命工学研究室での「出会い」だったと思います。研究を心底楽しんでいる別府輝彦先生、上田賢志先生にご指導を受けながら、博士課程専攻の稲葉(大野)道代先輩にくっついて実験を学びました。修上課程修了後は実験補助として就職しましたが、自ら考え動く実験の楽しさが忘れられず、再び研究の現場へ戻ることを決意しました。そこで幸運にも嫌気発酵のプロジェクトに参加する機会を頂き、博士号を取得して現職に至ります。ふりかえれば、全ての出会いが今の私へと繋がっているのだと運命的なものを感じました。そして何より、人の縁に恵まれてここまでできたのだと感謝しています。



ワークライフバランス

4年前に卒論同期で現在も同じ生物系の研究者である夫と結婚し、2人暮らしです。夫とは専門分野が違うものの、研究者としての生活スタイルを共有でき、私の仕事を応援してくれる一番の理解者です。特に家事の分担とお互いの仕事時間を決めたことは、研究と家庭の両立に欠かせない協力だと感謝しています。私自身としては、体調管理も大事な仕事と考え、バランスのとれた食事と規則正しい生活に気をつけています。週5日は実験、土日は日頃手を抜いている家事を片づけたら、のんびり散歩や食べ歩きなどをしています。ガーデニングが趣味なのですが、やはりそこは研究者心がついてしまい、日本の気候では栽培の難しい草花や芳香のあるハーブ類を中心に季節ごとの変化を観察したりしています。いつか小さな畑を借りて野菜作りをするのが夢です。



未来の女性研究者へのメッセージ

将来の自分を明確に見据えることなど、ほとんど不可能だと思いますので、いろいろと迷って当然だと思います。予想外の未来が待っていることもあるでしょう。でも、大切なことは自分自身でそれを選ぶことができるということです。夢中になれることが見つかれば、あとは自分に自信を持って走り続けるだけだと思います。将来の人生設計において、研究者という選択が女性として不安だという方もいるかもしれませんが、しかし、周囲を見渡してみると、第一線で活躍している女性研究者も徐々に増えていて、この職業に対する理解も深まりつつあると感じています。自分らしさとやりがいを求めるなら、この仕事はうってつけです。



*プロフィール

学校法人君津学園市原中央高等学校卒業→日本大学農獣医学部(現・生物資源科学部)・応用生物科学科卒業→同大学院農学研究科・応用生物科学専攻博士前期課程修了、修士(農学)→(株)フロンティアエクスプレス、(株)荏原製作所など数社企業にて微生物研究に携わる→日本大学生物資源科学部取得→結婚→日本大学生物資源科学部応用生物科学科生命工学研究室ポストドクトラルフェロー→現職

● 高橋(田村)亜紀代
慶應義塾大学 医学部生理学Ⅰ 特別研究員



仕事の内容とやりがい

人間の心はどうしてひとり一人違うのでしょうか。なぜ同じ体験をしても感じ方がひとによって違うのでしょうか。私は「人の心」を理解したいと思い、脳の研究をしています。具体的には個性形成の基盤となる学習記憶のメカニズムの解明に取り組んでいます。分子、神経細胞、神経細胞同士のつながり、行動というようにさまざまなレベルの視点でそれぞれに相応しい手法を用いて研究を行っています。誰もがみな知りたいと思っている人の心を科学的に解明する、という科学であり哲学でもある研究です。

シンプルに言って研究は楽しいです。毎日同じことをして同じことを考えていては研究はできません。失敗が続いているときこそ、あれこれ悩み実験方法を変えてみる。そしてやっとの思いで新しい技術を習得し、小さな結果を掴みます。そうやって日々苦しみ、それを乗り越えて新しいことを発見する、そのこと自体が一番の楽しみです。



進路決定のきっかけ

幸運な一つの出会いが私の進路を研究へと決定づけました。三年生の頃から研究にここが、なんとなく修士課程に進みましたが、就職活動もしないまま卒業してしまっただけで、というのが実際で、「さて、困ったな」と思っていた頃、OBの方の紹介で(都)神経研の岡戸先生の下で非常勤研究員となる好機を得ました。岡戸先生は日々隣で私を指導し、学業成績不良、英語力なし、神経科学の知識ゼロだった私を引き上げてくれました。「偶然」の岡戸先生との出会いですが、今は「運命」だったと感じています。もし私が自ら神経科学を目指し他の研究室を選んでいたら、劣等生だった私をここまで教育してくれる人には出会えず、研究を続けられなかったかもしれません。邪心なく、自分の内なる興味に真摯に向かう“研究人”としての岡戸先生の姿は、今では私の理想の研究者像にもなっています。



ワークライフバランス

はじめは楽しいばかりの研究生活もだんだんと苦しいことが増えていきました。研究生活は結果がでなければ苦しいものです。また、常に自分の能力に対する不安が付きまといまふ。朝から晩まで研究だけに没頭し、前進することだけに取りつかれていったような時期もありましたが、その結果博士課程の途中から体調を崩してしまいました。苦しさや不安は今でも変わりませんが、最近是一日を楽しく終わるように、ロードバイクでの通勤や研究室の仲間とのスカッシュ、週末に夫とジョギングするなど、研究から離れて運動する時間を楽しんでいます。そうすることで、実験を失敗してしまった時や自分の能力の足りなさに落ち込んだ日も体と一緒に堅くなった心がほぐされます。そしてまた翌朝には、「さあ、やるぞ!!」とむくむくとやる気が溢れてくるのです。



未来の女性研究者へのメッセージ

私から「女性」研究者へのメッセージは特にありません。というのも、研究の世界では性別は関係ないからです。研究分野によるとと思いますが神経科学の分野では女性研究者が非常に多く、有名なお母さん研究者も多数います。研究はとてもつらい道です。多くの優秀な研究者の中で、自分のポジションを確立しなければなりません。苦しさの先にある研究の面白さにたどりつくには、もっと知りたいと自分の興味に純粋な気持ちで向かい、もっとも自分の能力を伸ばしたいと努力し続けられる人でなければなりません。研究を続けられるのは「研究以外ない」というくらい研究が好きなんだと思います。研究loveな貴女、性別を気にせず頑張ってください。



＊プロフィール

日本大学第二高校卒業→生物資源科学部・動物資源科学科卒業→日本大学大学院生物資源科学研究科生命科学専攻博士前期課程修了、修士(生物資源科学)→東京都神経科学総合研究所非常勤研究員(現・東京都医学総合研究所に改組)→東京医科歯科大学大学院医学研究科博士課程修了、博士(医学)→東京都神経科学総合研究所流動研究員→慶應義塾大学医学部・循環器内科・技官→現職→結婚→今年の夏に出産予定

立石 綾香

独立行政法人理化学研究所環境資源科学研究所研究センター
バイオマス工学連携部門 酵素研究チームテクニカルスタッフ



仕事の内容とやりがい

私は現在、植物のより効率的な利用のために、植物細胞における新しい遺伝子導入法の研究に携わっています。仕事内容としては、研究に使用する植物を育てるところから始まり、その育てた植物に遺伝子導入を行い、その効率を様々な方法で評価したり、顕微鏡観察から遺伝子やタンパク質まで、実験はとて多岐に渡ります。それだけではなく、他の研究員の実験をお手伝いすることもあります。また毎週ミーティングや勉強会にも参加しています。大学で学んだことを活かしつつ、ここでもたくさんの事を学び、新たな実験技術も取得しながら、日々実験しています。まだまだ日々勉強ですが、実験技術を認められて様々な実験を任せてもらえることは仕事のモチベーションややりがいに大きく繋がっています。



進路決定のきっかけ

私が理系に進んだ1番のきっかけは、中学生のときに家族で行った小笠原諸島への旅行です。そこで生まれて初めてクジラを見てとても感動しました。あのときのザトウクジラの親子は今でも鮮明に覚えています。そしてさらにクジラの目視調査をしている女性を見かけました。もともとイルカやクジラが好きで自然環境にも興味があったことから、将来の夢は「生物に関わる仕事がしたい」と漠然と思っていました。けれども、この旅行がきっかけで、鯨類の調査・研究にとっても興味を持つようになりました。大学では卒論・修論を通してイルカの研究をしました。今でも鯨類が好きなことに変わりはありませんが、分野にこだわらず、自分の手で新しいことを発見する楽しさを味わいたい、これまで学んだことを活かしたいと思い、現在に至っています。



ワークライフバランス

今の仕事を始めると同時に一人暮らしを始めました。最初の頃は職場の環境や仕事に慣れることに精一杯で、なかなか自分の時間をうまく使うことが出来ず、家のことまで手が十分に回らないこともよくありました。でも徐々に慣れていって少しずつ余裕も出てきました。今では月に数回、仲の良い友達と食事に行ったり、映画を見たり、買い物に行ったり、たまに好きなアーティストのコンサートに行ったりと、気心の知れた友達と息抜きすることで、オンとオフがしっかりと切り替えられて、仕事も頑張れていると思います。また、時々実家に帰ってお母さんの料理を食べるのも楽しみの一つです。



未来の女性研究者へのメッセージ

大事なことは諦めないこと、好きだと思った気持ちを信じることだと思います。進路や就職を決めるとき、たくさん迷ったり、悩んだりすると思います。私もそうでした。でも迷ったままで自分の納得できる結果が得られる訳もなく、「やっぱり研究がしたい!」と思ったときにはもう手遅れ。それでも、研究に携わりたいと思い、最初は派遣社員からのスタートでしたが、派遣先の大学の先生に出会えたおかげで、今の職に就くことができました。どこで誰に出会って、どんな道が開けるかわかりませんが、それでも諦めなければ道は繋がると思います。

そして今のうちに色々なことに興味を持って、たくさんの知識を吸収して下さい。勉強だけに時間を費やせるのは学生の時だけです。得た知識は将来、大事な財産になると思います。数年後に皆さんが研究者として活躍出来ることを願っています。



*プロフィール

日本大学第三高等学校卒業→日本大学生物資源科学部海洋生物資源科学科卒業→日本大学院生物資源科学研究所応用生命科学専攻博士前期課程終了→東京工業大学にて派遣研究員→現職

谷米 温子

日本大学 生物資源科学部 食品ビジネス学科 助教



＊プロフィール
東京都私立高校卒業→共立女子大学家政学部食物栄養学科卒業→同大学院家政学研究科人間生活学専攻博士前期・後期課程修了、博士(学術)→日本大学短期大学部応用化学学科助手→(結婚)日本大学生物資源科学部食品ビジネス学科助手→現職(育児しながら育自中)



仕事の内容とやりがい

現職では4年目になり、様々な実験・実習を担当させていただく中で、新しい分野を勉強する機会を得て、学生と一緒に成長していきたいと思いながら日々の仕事に励んでいます。学生時代から高齢社会で問題となっている嚥下(食物を飲み込むこと)について研究しています。どんなに素晴らしい栄養素を含んだ食物でも体内に取り込めなければ効果はなく、また口から食べることは人間らしさを保つ秘訣です。多くの人が口から食べられるような食品を明らかにするために、食品の物性(かたさ、粘り)と嚥下との関係を調べています。自分の結果が誰かの笑顔につながるという思いが研究の力になっています。授業やゼミで自分の研究に興味を持ってくれる学生も少しずつ増えてきて、教育と研究の両立を目指して取り組んでいます。



進路決定のきっかけ

小さいころから食べることに興味があり、大学受験の時に資格が取れたほうが将来役に立つと考え、管理栄養士専攻に進学しました。勉強の内容は面白かったのですが、資格重視の教育と3年生の夏休みに病院実習に行き、栄養士が自分のやりたいことではないと感じました。同級生が栄養士への就職を考えながら卒論を選ぶ時に、興味のある勉強ができることを考え、現在のテーマを選択しました。研究(室)を通じて多くの活躍する女性に出会いたくさんのお話を伺う機会があり、研究だけでなく、人生について学ぶことができました。女性が働くことが今より難しい時代に活躍し続けた方々の話から得られるものは多く、研究者として、また一人の女性として働き続ける姿勢を教わりました。



ワークライフバランス

昨年度、出産を経験し、産休明けに復帰しました。子供が生まれてからどうしても子供優先な生活になり、慣れないこともありましたが、周りの協力のおかげで「育児・育自」しながら仕事をさせてもらっています。夫は育児や仕事をするのに対して理解をしてくれていて、支えてくれるのでとても感謝しています。研究に没頭する時間を作ることが難しいのが現状ですが、そんなときは諸先輩からのアドバイスに従い、低空飛行でも細々でも続けることがいつか明るい未来につながると信じて努力しています。仕事を続けるために両家の実家の近い場所に住み、日常的に助けてもらいながら、みんなで子育てを実践しています。近くに助けてくれる人がいることで精神的に支えられて仕事をするのでできています。



未来の女性研究者へのメッセージ

何かを選択する時、自分の判断が正しいのか迷ってしまうこともあると思います。私はそうでした。そんな時、これまで多くの人から聞いてきた話が大変役に立ちました。話を聞いた時は自分には当てはまらないと思っていても、どこか何かのタイミングで当てはまる瞬間がきっとあります。最終的に決めるのは自分、自分で決めたことには自分で責任を持つのは当たり前。ですが、それでも迷うこともあるはずです。そんなときにこれまでに聞いてきた話が、違う選択肢を教えてくれたり、私の背中を押してくれました。ぜひたくさん話を聞いて、自分の選択の幅を広げてください。研究でも人生でも、話を聞くことで自分も成長できます。耳学問、おすすめします!