

## キャリア初期研究者のための「つながり昼食会 in 所沢キャンパス」

男女共同参画推進室ワークライフバランス・サポートセンターでは2010年度第3回交流事業として、2010年7月14日に所沢キャンパスで「つながり昼食会」を開催しました。

開催の目的は、①本学のキャリア初期研究者のゆるやかなつながりを形成するためのきっかけをつくること ②研究と生活の両立について、ゲストの話をヒントにさせていただくこと、③ゲストや参加者の体験談やアドバイスをライフプラン・キャリア形成に生かし、不安の低減促進に役立てるきっかけにさせていただくこと、④所沢キャンパスでの支援体制構築に向けて、サポートセンターへの要望事項を参加者から出していただくことです。

今回は、博士論文の公開審査を終えられたばかりの本学の助手をゲストにお招きし、助手固有の仕事や研究と生活のバランスのとり方、両立を図るための気分転換方法、モチベーションの維持方法についてお話いただきました。15名の参加者は、ゲストの話題提起をもとに、研究の面白さや研究者の道を歩む醍醐味、無理なく研究や仕事と生活を両立させる秘訣、モチベーション維持のための「自分のやることリスト」作成とその実践のメリット等について、サポーターの4名の先生方も交えて活発なディスカッションを行いました。

参加後の感想として、研究者へのモチベーションが高まった、人生のバランスのとり方が聴けて新鮮だった、先生方のフランクなお話が聴けてよかった、また、男性参加者からは、女性の職場の問題点について気づくことができた、といった声が寄せられました。

サポートセンターでは、今後も各キャンパスで交流会を開催してまいります。

次回は2010年11月に、戸山キャンパスでの開催を予定しています。みなさまの積極的な参加をお待ちしております。

