

第1回 プロから学ぶ女技の勉強会 -レジリエンス～心の回復力をつけよう-

第3回 女技カフェ -You Raise Me Up!- 開催報告

大阪大学 部局横断型女性技術職員ネットワークは、職場で少数になりがちな女性技術職員の技術交流・技術向上に向けた情報交換、また第6期科学技術・イノベーション基本計画に記されるように技術職員の活躍が期待される中、女性ならではの視点で職場環境・キャリアパス・ワークライフバランスを提案していきたいと考えています。今回、第1回プロから学ぶ女技の勉強会と第3回女技カフェの2部構成としジョイントイベントとして開催いたしました。1部の勉強会では講師をお招きしてレジリエンスについて学びました。61名（参加登録人数：68名、大学等：25機関）のご参加をいただきました。また2部の第3回女技カフェでは、39名（参加登録人数：50名、大学等：20機関）にご参加いただき、テーマ別に、男女問わず職域を越えた方々とのグループワークで日々感じていること、必要な支援などについて活発な議論がなされました。

日時：2022年3月29日（火）13:30-16:30 オンライン（zoom）

対象：女性技術職員ネットワークに興味を持ってくださる全ての方

主催：大阪大学部局横断型女性技術職員ネットワーク

共催：大阪大学男女協働推進センター

[プログラム]

13:30~13:40 開会挨拶 島岡まな（大阪大学男女協働推進センター長・副学長）

—1部— 第1回プロから学ぶ女技の勉強会

13:40~13:50 趣旨説明 中本有紀（阪大女技ネット代表）

13:50~14:50 講演 廣瀬一郎氏（特定非営利活動法人日本交流分析協会 交流分析士教授）

14:50~15:00 休憩

—2部— 第3回女技カフェ

15:00~15:10 趣旨説明 中本有紀

15:10~15:20 「新型コロナウイルス変異株による感染急拡大に関するアンケート」結果報告

15:20~16:10 グループワーク

16:10~16:25 発表とまとめ

16:25~16:30 クロージング

「第1回プロから学ぶ女技の勉強会 -レジリエンス～心の回復力をつけよう-」

第1回プロから学ぶ女技の勉強会では、「レジリエンス～心の回復力をつけよう」と題し、仕事や普段の生活、とくに現在コロナ禍で不安やストレスをもつことが多い状況の中で、“心の保ち方”、またそういった方への“寄り添い方”について学ぶことを目的としました。参加者は、女性技術職員ネットワークに興味を持っていただいている全国の皆様を対象としました。

勉強会に先立ち、島岡まな・男女協働推進センター長・大阪大学副学長より開会の挨拶（ビデオ）があり、続いて、中本 有紀・大阪大学 部局横断型女性技術職員ネットワーク（以下、女技ネット）代表より、女技ネットについての説明と、今回の勉強会および女技カフェの趣旨説明を行いました。

講師として、特定非営利活動法人 日本交流分析協会 交流分析士教授・廣瀬一郎様をお招きし、貴重なお話をいただきました。愛媛県松山市を拠点とし、コンサルティングや、個人・グループ向けのカウンセリングなど、心の支援者として幅広く活動されておられる経験から、レジリエンス（しなる心、しなれる心）を作り出すものは何か、ストレスをパワーに変える方法にはどんなものがあるか、などについてわかりやすくご説明いただきました。特に、自分の力を信じて人の助けを借りられることが自信につながる、ありのままの自分を受け入れる、“I am OK” を通すことが大事である、と教わりました。

講演後、聴講者からチャットにて質疑を受け付け、廣瀬様にお答えいただきました。今までのカウンセリングで、落ち込んだ自分をあえて受け入れ、自分と向き合ったことで克服した事例があったこと、ストレスで落ち込んだ人に対し、「私がそばにいます、と安心させ見守ることが大事」といったアドバイスをいただき、具体的にレジリエンスの高め方を学ぶことができました。

後日、参加者から回収したアンケートでは、「今後の仕事や生活のヒントになった」「第二弾の開催を期待している」などの意見が寄せられ、今回のテーマに対する関心の高さがうかがい知れました。

今後も、誰もが生きやすい社会を実現するためのヒントとなるべく、このような勉強会をシリーズ化して開催していきたいと考えております。ご参加いただいた皆様に心より感謝申し上げます。



「第3回女技カフェ -You Raise Me Up!-」

「女技カフェ」は、女性技術職員が日々感じていることなど気軽に語り合い交流を持つことを目的として開催しております。参加者は女性に限らず女性技術職員ネットワークに興味を持ってくださる全ての方を対象としており、今回も全国から参加登録がありました。

イベントはまず、中本 有紀・大阪大学 部局横断型女性技術職員ネットワーク代表 が女性技術職員ネットワークの説明と本イベントの趣旨説明を行い、その後、事前に実施しておりました「新型コロナウイルス変異株による感染急拡大に関するアンケート」結果報告を行いました。

次に、3つのテーマに分かれてテーマごとにブレイクアウトルームで40分間のグループワークを行いました。各部屋にはファシリテータ1名と、2~3名のメインスピーカーが入り、状況に応じて視聴者にも参加してもらいながら、意見交換を行いました。

今回設定しましたテーマは以下の通りとなります。

- テーマ 1. 育児・介護等に関わる支援について
- 2. 男性技術職員との対話、意見交換
- 3. 心の回復力（レジリエンス）について

テーマ1と2は前回の第2回女技カフェからの継続、テーマ3は同日開催の「第1回プロから学ぶ女技の勉強会」を受けて設定しました。

ブレイクアウトルームでのセッション終了後、メインセッションにて各グループの代表者がまとめを発表し、話された内容を全体で共有しました。最後に中本 有紀 代表より閉会の挨拶があり、イベントは終了しました。

今回の「女技カフェ」では、「育児・介護等に関わる支援について」のテーマにおいて男性職員にスピーカーを務めていただく、「プロから学ぶ女技の勉強会」のテーマを受けて話をさせていただき、各テーマに書記担当者を配置するなどの新しい試みを行いました。スピーカーのみならず聴講者からの意見交換もあり、より活発な交流ができたとの感想もいただきました。

今後も、気軽な交流の場としての「女技カフェ」について、よりよい展開を行いたいと考えております。ご参加いただいた皆様に感謝申し上げます。

