

ellipse

[エリプス]

TOPICS

お茶の水女子大学 理系フロントランナーへの挑戦プログラム オンライン講演会

『女子生徒の理系への 進路選択支援を後押しするために』

楕円(ellipse)には焦点がふたつあります。男性中心の社会から、女性と男性がそれぞれに中心(焦点)となる社会を目指すという思いを込めて、誌名を[エリプス]と名づけました。



ワ・タ・シ

深津千鶴 FUKATSU, Chizu イラストレーター
東京生まれ。1988年、お茶の水女子大学文教育学部地理学科卒業。在学中に、『週刊朝日』誌上にて「山藤章二の似顔絵塾」特待生となる。広告代理店勤務を経て、1990年より作家活動を開始。書籍装画、CDジャケットなど多く手がける一方、エッセイ執筆、壁画制作などの活動を展開している。



特定非営利活動法人
お茶の水学術事業会

REPORT

<共催講演会>桜蔭会愛知支部公益事業講演会
「良い油!? 悪い油!?
あなたはどちらを摂っている?」

(講師: 藤原 葉子 氏)

夢のつばさ♥プロジェクトニュース

INFORMATION

イベント情報
事務局よりお知らせ



お茶の水女子大学 理系フロントランナーへの挑戦プログラム
(JST 女子中高生の理系進路選択支援プログラム)

女子生徒の理系への 進路選択支援を後押しするために

【開催日時】 2021年8月9日 14:00～16:00
【主催】 お茶の水女子大学 理系女性教育開発共同機構
【後援】 東京都教育委員会

プログラム

講演

1. 「理系女子学生として過ごした日々を振り返って」
伊藤 舞花 (株式会社ベネッセコーポレーション)
2. 「理系女子学生の就活事情とその後のキャリアパス～大学キャリア支援の現場から」
山岸 由紀 (お茶の水女子大学グローバル人材育成・男女共同参画本部 学生・キャリア支援センター 特任准教授)

総合討論

ファシリテーター：加藤 美砂子
(お茶の水女子大学理系女性教育開発共同機構 機構長)

2020年12月25日に閣議決定された「第5次男女共同参画基本計画～すべての女性が輝く令和の社会へ」には、「科学技術に興味を持つ女子生徒を増やし、理工系分野への進路選択を支援する」ことが基本方針として盛り込まれました。「リケジョ」という言葉は浸透しつつありますが、理系に進む女子学生の増加を加速させなければなりません。

そうした中、お茶の水女子大学の「理系フロントランナーへの挑戦プログラム」(<http://www-w.cf.ocha.ac.jp/cos/jst/>) が、令和3年度の科学技術振興機構(JST)の「女子中高生の理系進路選択支援プログラム」に採択され、スタートしました。理系女性教育開発共同機構を拠点として、「女子中高生の理系分野への興味・関心を育み、理系への進路選択によって自己の未来を拓く意識を高め、理系フロントランナーを目指す意欲を涵養する」という最終目標に向けて、様々な取り組みが行われています(表)。

今回はその中から、教員や保護者を対象とした講演会の様子をお伝えします。生徒・子どもたちだけでなく、その進路選択に多かれ少なかれ影響を与える周囲の大人たちも、理系の学生生活やその後のキャリアパスに関する情報を共有し、理解を深めていこうと企画されたものでした。

講演 1.

「理系女子学生として過ごした日々を振り返って」

伊藤 舞花

高校時代、数学は苦手だったけれど、生物が「どうしてもやりたかった」ので、「思い切って」お茶大の生物学科を目指すことにしたという伊藤さんは、今年の3月に大学院のライフサイエンス専攻(博士前期課程)を修了したばかり。学生生活、研究、就職などについて具体的かつ率直にお話しされ、「やはりあのとき思い切って、自分が理系に行きたい、生物を学びたいという気持ちを大切に理系に進んだからこそ、これほど充実した学生生活を得られたと強く感じています。素敵な友人、先生方、先輩・後輩と出会い、真摯に学問と向き合った日々

表：令和3年度前半に実施された理系フロントランナーへの挑戦プログラム

| 日時 | イベント | 対象 |
|-------|--------------------------|-----------------------------|
| 7月18日 | 第1回グローバル講演会 | 女子中学生・高校生、保護者、教員 |
| 7月24日 | 第1回座談会リケジョのガールズトーク | 女子中学生・高校生 |
| 8月9日 | 女子生徒の理系への進路選択支援を後押しするために | 教員、保護者 |
| 8月24日 | 体験型数学セミナー ブラレールで数学しよう | 女子中学生 |
| 8月29日 | 第1回中高生のための働き方講演会 | 中学生・高校生、保護者、教員 |
| 9月23日 | 第1回フロントランナーセミナー | 女子中学生・高校生、保護者、教員、女子大学生・大学院生 |

は、私の中で、大事な宝物のように感じています。必ず、進んだ先で、自分を大きく成長させてくれると思います。理系って楽しいですよ。」と結ばれました。

<伊藤さんのお話のポイント>

○大学1～3年時の1日(図1)

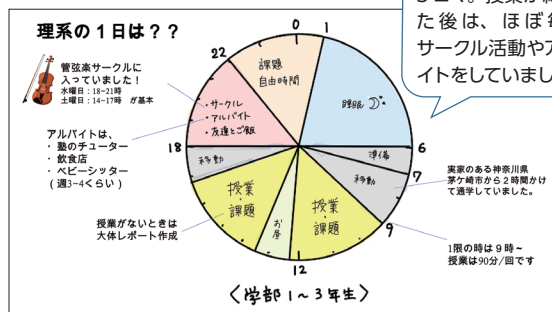


図1

○お茶大生物学科の4年間の大きな流れ(図2)

理系=日々実験三昧というイメージがあるが、それは4年生以降であり、1～2年時は、座学が中心で、広く多様な分野を学ぶ。「それでは物足りない。理系に進んだからには、もっと研究をしたい」という学生に向けて、「アドバンスド・プログラム」制度が導入されており、1年生の時から研究室で実験を行うこともできる。

3年生になると座学はほぼ専門科目となり、「実習」が増え

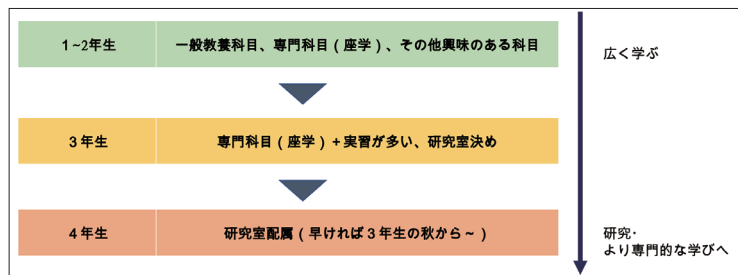


図 2

る。午後の授業時間をフルに使い、実験の進め方やまとめ方、実験器具の使い方や装置の動かし方など実践的なことを学ぶ。実際に見て、触って、結果を得られる実習は、理系の授業の楽しみの一つだと思う。

4年生になると研究室に配属される。各研究室に大きなテーマがあり、その中の細かいテーマについて一人一人が研究を進めることになるので、3年の後半から研究室を見学したり、教授や先輩と面談したりして、研究室や研究テーマを決めていく。

○大学4年生～大学院生時代の1日(図3)

4年生以降は研究が一番大きな時間を占めるようになる。一人で黙々と実験をするだけでなく、週に1回「ゼミ」があり、研究に関連する論文の紹介や研究の進捗を報告し合う。また、TA(ティーチングアシスタント)として実習の準備や実習生のサポートをしたり、後輩の指導をしたりするのも大事な研究活動の一つ。さらに、学外の研究者と共同研究を行うこともあり、年間を通じて、チームを組んで協力して動く場面がとても多い。

大学院進学は、必須ではないが、経験値が積まれ、実験の幅が広がるので、より自分のやりたい研究ができるようになる。就職に有利になるという側面もある。

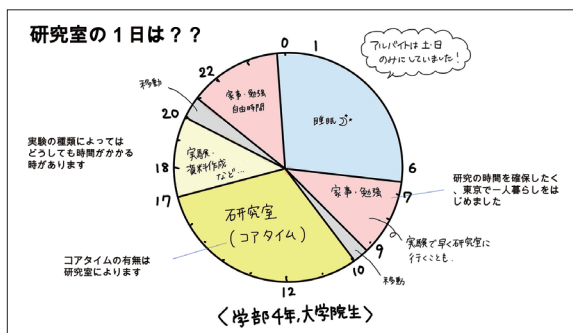


図 3

○就職活動を通して感じたこと(図4)

修士1年の頃、「教育に関係する仕事がしてみたい」「チームで動く仕事がしたい」「新しいことにも挑戦してみようかな」という気持ちを抱くようになり、総合職を志した。就職活動では、理系に進んだからこそそのメリットを感じるが多かった。

○理系の学生生活で身につくと思うこと

(1) 論理的な思考力: 日々、仮説と検証を繰り返す中で、得られたデータから何がわかるか?なぜそう言えるのか?を

総合職志望で理系の就職活動をしてみて...

- ・ 理系だと就職に不利だと感じることはない(むしろ有利になることも多い!?)
- ・ 研究の内容はアピールできない。研究生生活の中で身についた力、熱意、理念などが評価される
- ・ どの会社でも理系出身者はある程度いた。受けに来ている就活生の中にも、理系の学生(学部、院含め)が多かった

↓

(研究職など)理系で学んだからこそできる仕事+それ以外の仕事の両方にチャンスがある!!

図 4

考える癖がつく。

- (2) マルチタスクな能力: 研究では複数の実験を並行して行うことがほとんど。加えて、ゼミでの発表準備、TAの仕事など、同時にやるのがたくさんあるため、自然とマルチタスクになる。
- (3) チームで動く力: 実験もそれ以外の仕事も、周囲と密にコミュニケーションをとり、協力して進めることが必要!
- (4) 発表能力: 自分の研究についてまとめて発表する機会が定期的にあるので、自然と身につけていく。

講演 2.

「理系女子学生の就活事情とその後のキャリアパス～大学キャリア支援の現場から」

山岸 由紀

山岸先生は、大学卒業後20年間ほど企業に勤務し、人材ビジネスの会社で、人材開発・人事教育に携わられたこともあるそうです。現在は、お茶の水女子大学の学校教育研究部で附属高校の学校間連携によるキャリア教育のコーディネーターを務められる一方で、学生・キャリア支援センターでキャリア形成科目2科目とキャリア相談を担当なさっています。企業の採用・教育側の立場で実感したことも踏まえつつ、現場感覚で、お茶大のキャリア教育や就活事情、理系女性のキャリア形成についてお話をしてくださいました。

ここでは、理系女性の就職、働き方の特徴に関する部分を抜粋して紹介します。

○進路選択・就職活動における理系の特徴

(1) キャリア選択の幅の広さ(図5)

卒業後の就職先には、企業、公務員、教員、起業等があり、図の青字が理系ならではの就職先。総合職に加え、技術職、専門職を目指すことができる。公務員の技官・技術系の試験では、専門試験が課されるため、文系から受験することは難しい。

修士課程を修了すると、企業等では開発職、公務員では研究官(国立の研究所等)が進路に加わる。博士課程まで進むと、企業等では研究職が高いウエイトを占め、教員では大学教員、研究者の道が見えてくる。

加えて文転就職という選択肢もある。理系が文系総合職にエントリーする場合、その理由をきちんと説明することができ

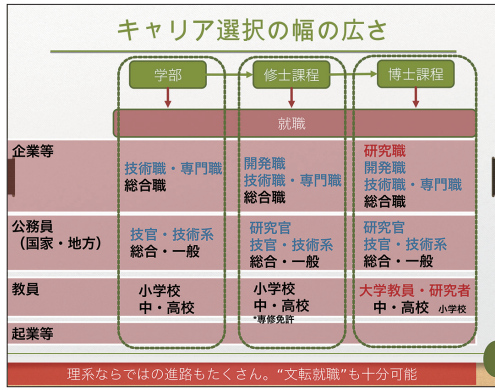


図5

れば、企業からは概ね歓迎される。

このように理系は進路選択の幅が広いので、高校を卒業する時点で将来の仕事が見えていなかったとしても、大学で学びながら、絞りこんでいくこともできる。

(2) 「理系の学び」の活かし方は多様

本学では、理系は大学院に進学する学生が多いため、キャリア・就業相談では、理学部の学生から「本当は研究よりメーカーの商品開発の仕事に興味があります。でも大学院に行って、研究職をめざすべきですよね？」という相談を受けることもある。専門性はもちろん大切だが、そこに囚われ過ぎると視野が狭くなり、苦しむことになるとも感じている。

そこで、授業では、「皆さんの学問は、社会にどのように役に立つのですか？仕事をしようになったとき、どのように役立てたいのですか？」と問いかけるようにしている。ある数学科の学生は、「数学は問題に対して最も美しい解を導く学問です。私はそういう頭の使い方を練習してきました。」と答えた。そして、学部を卒業後、その力を活かしたいと、早くから仕事を任せてもらえるベンチャー企業の総合職として就職していった。このように「理系の学び」で培った基礎力を活かした就職先を選択できるのも、理系の強みの一つだと思う。

(3) 企業はなぜ理系を評価するのか (図6)

「理系の学び」で培われる力は、大きく4つに分けられる(図6の専門性ピラミッド参照)。ベースにある「論理的思考力」「仮説検証力」は、複雑な様相を呈している問題をできるだけシンプルに捉え、仮説を立てて、科学的に検証していくような能力。

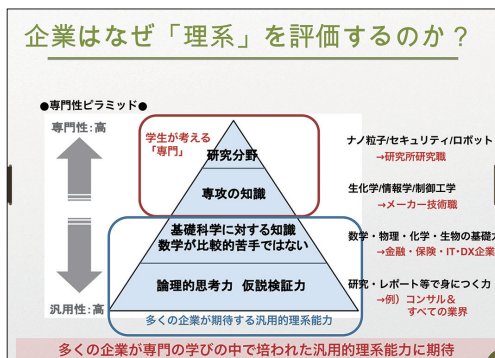


図6：(株)POL「大学院キャリア選択セミナー：理系特集」(本学開催) 資料を基に作成

その上に「基礎科学に対する知識」(数学、物理、化学、生物の基礎力)が、次に「専攻の知識」が乗り、一番上に「研究分野」の知識がくる。修士課程、博士課程と進むほど、高い専門性を身につけていき、そのことによってさらに裾野が広がる、すなわち、論理的思考力や仮説検証力も深まっていくと考えられる。

学生が考える「専門」は上の2段であるが、企業が期待する汎用的理数能力は総じて下の2段であることが多い。

一番下の力はコンサル業界他全ての業界で、2段目の力は数理能力が欲しい業界で評価される。専攻の知識は、理系の本丸と言われるところのメーカーの技術職、研究分野の知識は、専門が合致する研究職等に求められる能力である。

(4) 多様な応募ルート (図7)

就活において「一般」以外の応募ルートがあることも理系の特徴の一つである。

「推薦」には学校推薦と教授推薦があり、今でも工学系、特に機械、電子系では50～60%を占めると言われている。倍率が3～4倍になることもあり、必ず合格するわけではないが、一次選考はスキップして二次選考に進めることが多いので、一般応募に比べると競争率は低くなる。

この数年台頭してきているのが、自分の研究内容など詳細なプロフィールを予め登録しておき、企業からのスカウトを待つ「オファー型」である。一次選考を通った段階からスタートできるので、効率が良く、理系院生の4人に1人が登録していると言われるサイトもある。最近の傾向として、推薦がやや減り、オファー型と一般を併用する学生が増えてきているように感じる。

一方、文系の就職活動では一般がメインとなる。

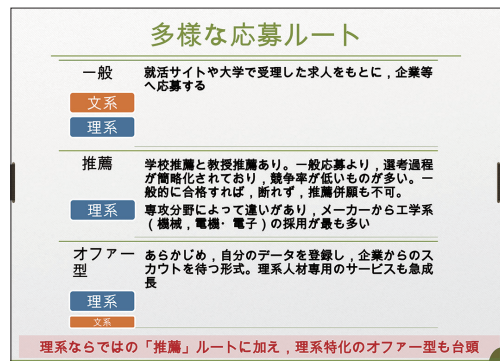


図7

○働く理系女性の実情

(1) 仕事で活かされている能力

昨今は、女性が職業を持つことについて、「子どもができて、ずっと続けるほうがよい」と考える人が多くなっている。

平成30年度の調査では、女性の正規雇用率は、大卒では文系46.2%、理系60.0%、院卒では文系45.5%、理系75.0%であった(内閣府委託調査「多様な選択を可能にする学びに関する調査」)。

この調査では、仕事で活かされている能力(教育機関で得たこと)に関するもの(図8)もあり、大卒の理系女性では、

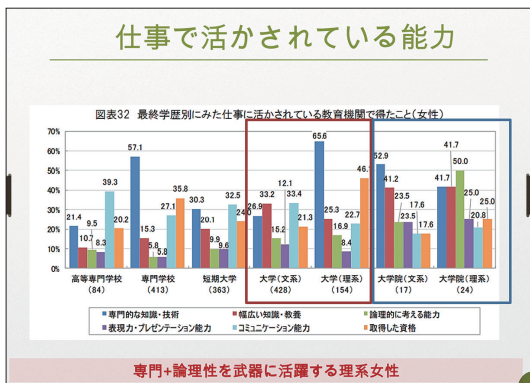


図 8：(株) 総建 平成 30 年度内閣府委託調査 多様な選択を可能にする学びに関する調査 報告書

7割近くが大学で身につけた力、すなわち「専門的知識・技術」を、5割近くが「取得した資格」を挙げた。院卒の理系女性では、「論理的に考える能力」が最も多かった。

これらの結果からは、理系の学びを通して培われた論理性や専門性を武器に活躍する理系女性の姿が浮かび上がってくる。

(2) リケジョには追い風が吹いている (図9)

これまで女性活用に消極的だった企業にもダイバーシティ経営が業績に直結するという実感が広がりはじめ、女性が活躍できる企業への変革を進めるところが増えている。アカデミア・企業双方で、昇進の道も整備されつつある。

将来の仕事の75%がなんらかの理数系能力を必要とするというユネスコの推測も出されているが、日本の理工農系の女性は、まだ、大学全体の在籍者のうち20人に1人程度である。これは見方を変えれば、チャンスであるとも言える。

これからの進路選択では、文系か理系かを問わず、データサイエンスの基礎をしっかりと身につけられる大学を選ぶことが大切だと思う。



図 9

総合討論

講演後には質疑応答の時間が設けられ、苦手科目の克服法、生徒や子どものモチベーションの高め方、進路選択へのアドバイスの仕方といった受験に関わること、データサイエンスの重要性、理系や女子大学の特色などについて討論されました。一部をご紹介します。

伊藤さんへの質問: 文系の出身者も理系の出身者もいらっしゃる教育系の企業で仕事をする中で、その違いを感じることはありませんか?

伊藤: 結構あります。最初に感じたのは、資料を見たときに、文系出身の方はその背景にあるものまで深く考えたり、広く推察したりして、それを繋がりをもって説明するのが上手だなということでした。一方、理系出身の方は、どちらかというと、その資料に書いてある事実を大事にします。裏にあるものではなくて、紙面にこう書いてあるから、こうだと考えます。どちらかというと、結論を端的にまとめたりとか、それを図式化したりして、ぱっと見た時に伝わるようにまとめるのが上手な方が多いのかなと感じます。

山岸先生への質問: 職業の選択肢の中には「起業」もあり、お茶大でもアントレプレナーシップ(起業家精神)を養成する「アントレプレナーへの道」という授業を開講しています。起業を志す学生はどのぐらいいますか?

山岸: 学生には、キャリアセンター=就職の相談をするところというイメージが強いようで、起業の相談はあまりありませんが、OGの中には、自分のテーマをやるなら起業だと考え、生き生きと実践されている方がいらっしゃいます。例えば、「ワーク&ライフ・インターン」を考案した方が思い浮かびます。インターンシップは企業に行くのが一般的ですが、家庭に行って、子育てしながら仕事をするとはどういうことかを学ぶ仕組みです。

また、企業の中でも「起業家精神」が重視されています。例えば、コロナ禍で旅行業界が大打撃を受けている中、大手の旅行会社が、新業態として「食文化を伝える」という文脈で飲食店をチェーン展開しようとしています。そのチームに附属高校の卒業生が手を挙げて行ったという話を聞きました。

起業家精神を養っていくことは、変化する環境の中で個人が理想とするキャリアを歩んでいくためにも非常に大事なのではないかと思います。

理系女性教育開発共同機構のHPで、加藤機構長は、「私が高校生のときに理系に進学することを決めました。すると、周囲のオトナたちはびっくりしました。なぜならば、当時、女性は文系に進学するのがあたりまえ、理系は男性が進学する領域という社会の通念が存在していたからです。」と述懐されています。それが今や、同機構が開催する女性ロールモデル講演会などでは、「迷ったら理系に」というアドバイスをなさる方も多いそうです。

今回の講演会で、スピーカーが口々におっしゃったのは、「自分の興味・関心ときちんと向き合うことの大切さ」でした。進路選択の幅が広がりつつあるからこそ、この原点を忘れてはいけなと感じました。

協力: お茶の水女子大学理系女性教育開発共同機構 <http://www-w.cf.ocha.ac.jp/cos/>



夢のつばさ♥プロジェクト

「夢のつばさ♥プロジェクト」は、東日本大震災で親を失った子どもたちを長年にわたって支援することを目的として、お茶の水学術事業会を中心としたNPO法人4団体によって進められている事業です。

コロナ感染症拡大の混乱にオリンピック・パラリンピックが加わって、なかなか大変な夏でございましたが、皆さまお変わりなくいらっしゃいますでしょうか。

夢のつばさプロジェクトでは、この冬のキャンプも中止を決めました。お茶の水女子大学をはじめ、10名以上の大学生が新たに参加しているにもかかわらず、もうずっと子どもと触れ合う活動ができていません。子どもたちもちろん、学生たちががっかりしないかしらと心配しておりましたら、学生ボランティア代表から「安全に交流できるまでもう少し時間がかかりそうですが、今後もできることを精一杯考えて実行いたします。」と力強いメールをもらって、とてもうれしく思っています。

以前からお知らせしておりますが、子どもと学生たちの手紙交換企画は、現在11グループのやり取りが行われています。子どもは自分一人がいいか、他の子どもと複数名がいいかを選んで、学生2、3名とで1グループを作り、子どもと学生が交互に手紙のファイルを送ってやり取りしています。

内容は、「書くことがない〜」という子どもに向けて、学生たちが知恵を絞ってフォーマットを決めました。ちょっとした質問コーナーに記入していくことによって自然とページが埋まるようになっていきます。フリースペースもありますが、今週のGood news、Bad newsコーナー、お悩み相談/みんなに聞いてみたいことコーナー、おすすめのもの載せるなんでもランキング等があって、誰かの書き込みにコメントを書いたり、新たな手紙を追加したり、子どもたちも楽しんで待っています。いつも口の重い男子が、全部のコーナーを埋めてくれていることに学生が感激したり、学校での出来事を楽しそうに書き綴ってくれたり、いつもは知らない、見えない子どもの様子が見えて、学生たちからも好評です。

1年以上続けてきて少し交換ペースが落ちてきたグループもあり、内容を刷新して、新しい風を入れたい、そして新入の学生たちにも入ってもらおうと、再度参加メンバーを募集中です。

中学3年生の受験生に、学習サポートを行う試みも続いています。本年度は5名がこの企画に申し込んでいて、それぞれ2名の学生とともに、希望科目の勉強が始まっています。子どもたちはみなそれぞれ塾に通ったりしているのですが、保護者の方からは「塾に行っているのだけれど、どうも身が入っていない」「ちっとも成果が表れない」などという声も聞かれます。学生たちはSkypeなどを駆使

して、それぞれ担当の子どもと打ち合わせをしながら、本人に合わせた時間割を組んでいきます。ワークブックを購入したり、苦手分野を攻略したり、子どもの様子でやり方を工夫し、きめ細かな指導が行われています。

これは完全なボランティアですので、事務局からは、学生にまず、「他では報酬がもらえる仕事なのに、時間もずいぶん使うけれど報酬がない、また、開始したら、自分の体調や都合で中止しにくいし、大学生は自分の勉強が本分なので、それに障らないようによく考えてね。」と話して、納得してから開始してもらうようになっています。この企画が始まったときは、週1回、2時間ほどのことにどれほどの効果があるかと心配していましたが、担当の学生がそばで声をかけ続けてくれたり、ちょっとした不安に伝えてくれたりすることが本当に嬉しいようです。やる気も出てきたというお声を戴くなど、いつも子どもや保護者の方たちから好評で、学生たちもやりがいを感じているようです。

(夢のつばさ♥プロジェクト)

【口座】三井住友銀行 大塚支店(店番号227) 普通1284200

【名称】特定非営利活動法人 お茶の水学術事業会 理事長 平野由紀子 ※ 夢のつばさ♥プロジェクトの専用口座です。

※ 恐れ入りますが、税金控除の対象にはなりませんので、あらかじめご了承ください。

ご寄付いただく際には、ご芳名、ご住所(連絡先)を下記までお知らせください。

連絡先: 事務担当 滝澤公子 TEL&FAX: 03-5978-5362 E-mail: tsubasa@npo-ochanomizu.org

◆事業報告 共催講演会

桜蔭会愛知支部公益事業講演会

「良い油!? 悪い油!? あなたはどちらを摂っている?」

講師：藤原 葉子 氏（お茶の水女子大学 基幹研究院自然科学系 教授、ヒューマンライフイノベーション研究所所長）



【開催日時】 2021年4月25日(日) 14:00～16:00

新型コロナウイルス感染症対策として、東京には緊急事態宣言が、愛知県には「まん延防止等重点措置」が適用されたことを受け、藤原先生には Zoom で講演をしていただき、参加者には会場（ウインクあいち 1104 号室）もしくは自宅で見聴していただくというハイブリット形式で実施しました。

●講演要旨

《脂質栄養の基礎》

脂肪酸は、炭素の結合方法により、飽和脂肪酸・一価不飽和脂肪酸・多価不飽和脂肪酸に分けられる。飽和脂肪酸と一価不飽和脂肪酸は体内で合成できるが、多価不飽和脂肪酸は食べて摂取しなければならず、必須脂肪酸と呼ばれる。

この中にリノール酸とリノレン酸があり、食べて摂取することで、リノール酸からはアラキドン酸、リノレン酸からは EPA(エイコサペンタエン酸)、DHA(ドコサヘキサエン酸)が作られる。

ただ日本人の食生活では、必須脂肪酸の欠乏症はほとんどみられない。EPA、DHA の様々な有用性の研究が世界的に注目を集めるようになったが、対象は、魚を食べる習慣のほとんどない欧米人が多く、直接日本人に当てはめることはできない。

《植物油の種類と特徴》

●リノール酸(大豆油・コーン油・綿実油・ごま油など)

コレステロールを下げる。必須脂肪酸は過剰摂取すると炎症促進に働くことが危惧されているが、現在の日本人の平均摂取量では問題なし。

●αリノレン酸(アマニ・シソなど)

最近はやりのオメガ3。体内で EPA、DHA に変換される。魚を日常的に食べる日本人があえて摂取する有効性は現在のところ不明。

●オレイン酸(一価不飽和脂肪酸)(オリーブオイル・ひまわり・紅花(サフラワー・なたね(キャノーラ)など)

コレステロールを下げる。揚げ物、炒め物に向く。最近、「コレステロール0」と書かれた商品があり、売り上げが伸びていると言われるが、「コレステロールとは動物性のものであり、植物油に含まれていないのはあたりまえ!」

●オリーブオイル

健康効果は、オレイン酸の効用に加え、ポリフェノールの作用も大きい。品質、値段とも様々なオリーブオイルがあるが、品質認定制度がようやく整ってきたところ。

●ごめ油

オレイン酸とリノール酸が半々。γオリザノールが含まれており、LDL コレステロールと総コレステロールを下げる。

●パーム油

カップ麺、フライドポテトなど、様々な食品に使われ、消費量

は第1位。少ない面積で多く収穫できるので、主に東南アジアで増産され世界中で利用されている。現地での採取方法について SDGs の観点からの問題の指摘もある。

●ココナツオイル

中鎖脂肪酸(炭素の鎖が短い)。赤ちゃんのミルクにも含まれ、体内の吸収が早く、術後の栄養補給などに用いられる。

「中鎖脂肪酸でやせる?」 トクホの根拠となったヒト介入試験では、BMI23 以上の人では効果は大きいですが、普通体型の人にはあまり効果が見られなかった。やせるためには、食事全体からのエネルギー摂取量が重要。

*ビタミンEの供給源としては、ひまわり油が最も有効。綿実油、べにばな油、ごめ油も。

《日本人の脂質摂取の現状》

日本人と欧米人を比べると、日本人は、脂肪の摂取量が少なく、多価不飽和脂肪酸摂取量、特に EPA、DHA などの n-3 系脂肪酸が多い。飽和脂肪酸の割合が多い欧米と違い、国際的にもちょうど良い状況にあると評価されている。

しかし、2点の問題点があげられる。

- 1) 平均値は理想的だが、個人差が大きく、適切でない人も半数以上いる。
- 2) 動物性と植物性の脂質の割合が、数年前は半々だったものが動物性の摂取量が増え、魚の摂取量(n-3系脂肪酸)が減ってきている。

《最後に》

テレビや週刊誌その他のメディアに、油に関する様々な情報があふれていますが、油の摂取はバランスが大切です。植物油の特性を理解したうえで上手に利用しましょう。そして、油の美味しさも十分味わってください。

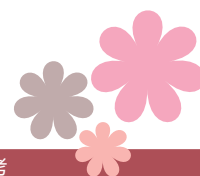
●参加者の感想

- ・ 食生活の変化やバランスのととり方など、今後意識できたらと思います。機会があれば改めて勉強したいと思います。
- ・ 脂質の研究、特に食品としての油脂や食品中の脂質はまだまだこれからだということがよくわかりました。いたずらに〇〇は良いとか〇〇は悪いとか言ってはいけないことも。
- ・ 詳しく油のことについて何うことができ勉強になりました。ズームによる会も遠方でも参加できよと思いました。
- ・ 油については、わかっているようでわかっていないことも多く、今日のお話は、えっ?えっ?と目からウロコ・・・でしたが、いかにせん自分のお脳の衰えも感じております。揚げ物もよくしますので、今後もう少し気をつけて摂取したいと思います。

(桜蔭会愛知支部 半田博子)

お茶の水女子大学 イベント情報

2021年11月中旬以降に開催される各種イベントのお知らせです。



| 開催日時 | イベント・講座名 | 参加費 | 備考 |
|-----------------------------------|---|-----|--|
| 2021年 11月15日(月) 18:00～20:00 | 国際シンポジウム 「リーダーシップの地平：ジェンダー平等 推進のための理論と実践」(シリーズ：アジ アにおける女性リーダーシップを考える) 【基調講演】 ロージー・キャンベル (キングス・カレッジ・ ロンドン女性リーダーシップ国際研究所長) | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 (日英同時通訳あり) 【主催】 お茶の水女子大学グローバル女性リーダー育成研究 機構 グローバルリーダーシップ研究所・ジェンダー研究所 【詳細】 https://www.cf.ocha.ac.jp/igl/index.html 【申込み】 HP 内の専用フォームにて 【問合せ】 info-leader@cc.ocha.ac.jp |
| 2021年 11月21日(日) 14:00～16:00 | 第1回 VR 体験セミナー ● 基調講演「コンピュータを用いた手芸設 計支援」 五十嵐悠紀 (明治大学総合数理学部 准教授) ● 現役学生との座談会 ※参加登録者は VR 空間を自由に移動可能 | 無料 | 【会場】 オンライン開催 【主催】 お茶の水女子大学理系女性教育開発共同機構 【対象】 女子中学生・高校生 【詳細】 http://www-w.cf.ocha.ac.jp/cos/20211121/ 【申込み】 HP 内の専用フォームにて 【問合せ】 ocha-cos-office@cc.ocha.ac.jp |
| 2021年 12月1日(水) 15:00～17:30 | 本学学長と梨花女子大学学長 (韓国) との学長カンファレンス “Tomorrow: Vision for Fostering Global Women Leaders” 「明日へ グローバル女性リーダー育成へ のビジョン」 | 無料 | 【会場】 オンラインとオフラインのハイブリッド形式で開催 を予定 (変更の可能性あり) (日韓英同時通訳あり) 【主催】 お茶の水女子大学グローバルリーダーシップ研究所 【詳細】 本学もしくはグローバルリーダーシップ研究所のHPにて 【対象】 本学学生 (附属高校生含む) 教職員、一般 (事前登録制) 【申込み】 HP 内の専用フォームにて 【問合せ】 info-leader@cc.ocha.ac.jp |
| 2021年 12月8日(水) 13:20～14:50 | グローバルリーダーシップ研究所セミナー 「パンデミック下におけるリーダーシップの 重要性：いかに高齢者のウェルビーイング に影響を及ぼすか?」 【講師】 Paulin Straughan (シンガポール経営大学 教 授、サクセスフル・エイジング研究センター セ ンター長)・Lim Wensi (同 センターマネジャー) 【コメンテーター】 趙成南 (お茶の水女子大学 特別招聘教授) | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 (日英逐次通訳あり) 【主催】 お茶の水女子大学グローバルリーダーシップ研究所 【詳細】 https://www.cf.ocha.ac.jp/igl/index.htm 【対象】 本学学生、教職員、一般 (事前登録制) 【申込み】 HP 内の専用フォームにて 【問合せ】 IGL-seminar@cc.ocha.ac.jp |
| 2021年12月19日(日) 14:00～16:00 | 第2回グローバル講演会 【講演者】 中野亮平トーマス (マックスプランク植物育種 学研究所)・崔勝媛 (日本たばこ産業株式会社 たばこ中央研究所) 【モデレーター】 佐藤敦子 (お茶の水女子大学理学部) | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 【主催】 お茶の水女子大学理系女性教育開発共同機構 【対象】 女子中学生・高校生、保護者、教員 【詳細】 http://www-w.cf.ocha.ac.jp/cos/20211219/ 【申込み】 HP 内の専用フォームにて 【問合せ】 ocha-cos-office@cc.ocha.ac.jp |

2021年度 ブータン連続セミナー

【主催】 グローバル協力センター、日本ブータン研究所 【対象】 本学関係者、一般

【問合せ】 グローバル協力センター講師 平山雄大 E-mail: hirayama.takehiro@ocha.ac.jp

| 開催日時 | イベント・講座名 | 参加費 | 備考 |
|--------------------|--|-----|---|
| 2021年 11月27日(土) | 2021年度 第6回ブータン連続セミナー (第146回ブータン勉強会) 「映像作品を通してブータンの諸相を学ぶ⑥」 | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 【詳細】 http://www.bhutanstudies.net/18200/ 【申込み】 https://bit.ly/3ohXaqJ |
| 2021年 12月25日(土) | 2021年度 第7回ブータン連続セミナー (第147回ブータン勉強会) 「映像作品を通してブータンの諸相を学ぶ⑦」 | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 【詳細】 http://www.bhutanstudies.net/18201/ 【申込み】 https://bit.ly/3hty470 |
| 2022年 1月22日(土) | 2021年度 第8回ブータン連続セミナー (第148回ブータン勉強会) 「映像作品を通してブータンの諸相を学ぶ⑧」 | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 【詳細】 http://www.bhutanstudies.net/18202/ 【申込み】 https://bit.ly/33IMs3i |
| 2022年 2月26日(土) | 2021年度 第9回ブータン連続セミナー (第149回ブータン勉強会) 「映像作品を通してブータンの諸相を学ぶ⑨」 | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 【詳細】 http://www.bhutanstudies.net/18203/ 【申込み】 https://bit.ly/3ogJYCB |
| 2022年 3月26日(土) | 2021年度 第10回ブータン連続セミナー (第150回ブータン勉強会) 「映像作品を通してブータンの諸相を学ぶ⑩」 | 無料 | 【会場】 Zoom によるオンライン開催 【詳細】 http://www.bhutanstudies.net/18204/ 【申込み】 https://bit.ly/3wbDPPP |

お茶大女性リーダー育成塾：^{き いん じゅく} 徽音塾 2021 年度 後期

詳細と各申込みは、徽音塾ホームページ <http://www-w.cf.ocha.ac.jp/leader/kiin/> をご覧下さい。

※「きいんじゅく」で検索可能です。

2021 年度 開催概要

| | |
|-----|--|
| 時 間 | 13:30～16:40 (すべて土曜日) |
| 形 式 | Zoom を使うオンライン講座 ※ PC での受講を推奨します。 ※最新情報は HP、Twitter を ご覧下さい。 |



2021 年 11 月～2022 年 3 月に開催する講座・科目

※ 1 科目から受講いただけます。

- (B) ビジネス講座：徽音塾創設時より設置している一般的なビジネススクールで学ぶ内容を厳選した講座 (ビジネス講座は 1 科目が 2 日間で構成されています)
- (P) お茶大プロフェッショナルレクチャー：リーダーシップを発揮するための深い知識と高度な教養をお茶の水女子大学の教員から学ぶ講座

| 2021 年 開講科目 | |
|-------------|--|
| (B) | 11/6・13 「マーケティング入門」(神原理) |
| (B) | 11/20・27 「経営戦略の基礎」(露木恵美子) |
| (B) | 12/4・11 「会計基礎力を身に付けるー取引記録の仕組みと企業活動の成績表ー」(櫻井康弘) |

【お問い合わせ・連絡先】お茶大女性リーダー育成塾：徽音塾 事務局

| 2022 年 開講科目 | |
|-------------|--|
| (P) | 1/15 「サステナビリティを目指した遺伝リテラシー」(佐々木元子) |
| (P) | 1/22 「ヒトデとヒトでの生物学」(千葉和義) |
| (B) | 1/29・2/5 「これからの女性リーダーが知っておきたい法律」(汐崎浩正) |
| (P) | 2/19 「身近な地域で災害に関する地図を作ってみよう」(長谷川直子) |
| (P) | 3/5 「平時と災害時における水の確保(質と量の両面から)」(大瀧雅寛) |

入塾料および受講料

【2021 年度 入塾料 (税込)】 初回申込時のみ必要となります。

| | |
|--------------------------------|---------|
| お茶の水女子大学の卒業生・修了生 法人等団体からの申込 | 無料 |
| その他 (上記以外の個人で申込の方) | 1,100 円 |

【2021 年度 受講料 (税込)】

| | |
|-----------------------|-------------------------|
| (B) ビジネス講座 | 1 科目 15,400 円 ※ 2 日分 |
| (P) お茶大プロフェッショナルレクチャー | 1 科目 7,700 円 |

E-mail : kiin-le@cc.ocha.ac.jp

お茶の水女子大学 第72回徽音祭

11月13日(土).11月14日(日)
10:00～18:00
完全オンライン開催

今年度の徽音祭は、昨年度に引き続きオンライン開催となりました。ホームページや Twitter、YouTube、zoom など、幅広い媒体を用いた企画をたくさんご用意しています。詳細は、各種公式 SNS や公式ホームページからチェックをお願いします♪

お問い合わせ先: kifc2021josenhp@gmail.com



Instagram



Twitter

「桜蔭塾」のご案内

<http://www.ouinjuku.com/>

「会員同士が学びあい、教えあう」、「懐かしいお茶の水女子大学の先生がたにご研究のお話をうかがう」の二つを柱とする桜蔭会の新事業です。Zoom を使ったオンライン講座ですので、ご自宅やお好きな場所から、ご参加いただけます。



| 開催日時 | 講師 | テーマ | 申し込み開始日 | 受講料 |
|------------------------------------|-----------------------------|---|---------------|---------|
| 2021 年 11月28日(日) 14:00-15:30 | 北方 美穂 氏 (桜蔭会会員 編集・ライター) | 「フィンランドが教えてくれたこと」 ～すべての子どもが幸せな社会をめざして～ | 10月15日 (金) | 無料 |
| 2022 年 1月29日(土) 14:00-15:30 | 内田 伸子 先生 (お茶の水女子大学 名誉教授) | 「AI に負けない子育て」 ～ことばは子どもの未来を拓く～ | 12月15日 (水) | 1,000 円 |
| 2022 年 2月19日(土) 14:00-15:30 | 三浦 徹 先生 (お茶の水女子大学 前副学長) | 「家族と女性(イスラーム世界その2)」 ～ヴェールをこえて～ | 1月10日 (月) | 1,000 円 |
| 2022 年 3月19日(土) 14:00-15:30 | 多賀 幹子 氏 (桜蔭会会員 ジャーナリスト) | 「孤独は社会問題」 ～孤独対策先進国イギリスの取り組み～ | 2月10日 (木) | 無料 |

■お問い合わせ

桜蔭会事業部 <https://www.ouinjuku.com/toiawase>

お茶の水学術事業会

2022年度 共催講演会・助成金事業の募集について

お茶の水学術事業会は、定款に定める「教育・研究活動に関する事業」の一つとして以下の事業を行っています。

1. 講演等の共催事業

広く一般に向けた参加予定人数が50名以上の講演会を対象とし、講師謝礼金の助成(上限3万円)、講師交通費(実費)の支給、広報協力等を行う。

2. 学術・調査・研究・教育等の活動運営支援事業(助成金の支給)

【対象】(1) 学術・調査・研究・教育等の活動

- (2) 学術関連等の出版事業
(3) 国内及び海外におけるボランティア活動
(4) 国際協力研究・教育支援事業
(5) 保育及び子どもの健全育成のための活動

【助成金額】事業費の2分の1以内とし、1件につき10万円まで

*対象となる事業期間：2022年4月1日～2023年3月31日

*申請受付：2回に分けて受け付けます。

<第一次> 2021年10月1日～11月30日

<第二次> 2022年4月1日～5月31日

*それぞれの受付期間終了後に、一括して審査を行います。

*詳細：お茶の水学術事業会 HP「共催・助成金」をご覧ください。
<https://www.npo-ochanomizu.org/kyousai.html>

*申請・お問合せ：お茶の水学術事業会事務局

Email: info@npo-ochanomizu.org

TEL: 03-5976-1478 (月～金 10時～16時)

お茶の水グッズ 通信販売のご案内!

- HPの注文フォーム、メール、電話、FAXでご注文を受け付けます。
- 日本全国に配送いたします。※送料は実費をいただきます。
- 代金は商品到着後、ゆうちょ銀行 または リソな銀行の口座にお振込みください。

お茶大ゴーフル 1箱 648円(税込み)

いちご・チョコ・ぱいら 各2袋(計6袋)入り

製造 株式会社上野風月堂

一筆箋 1冊 396円(税込み)

縦 17cm × 横 8.2cm、本文5行、30枚
※縦書きにも横書きにも使えます。



クリアファイル 【A5サイズ】1枚 110円(税込み)

大学の学章のデザインに使われているお茶の花の写真(大塚常樹名誉教授撮影)入り

【A4サイズ】1枚 132円(税込み) ピンク・グリーン

*一筆箋とA4サイズのクリアファイル

はお揃いのデザイン。

国の登録有形文化財建造物に指定されている大学

本館と幼稚園園舎のステンドグラスをイメージし「Ochanomizu」の文字をちりばめました。大学・附属学校の5つの校章も入っています。

絵はがき 1枚 88円(税込み)

詳細はHP「お茶大関連グッズ」をご覧ください。

<https://www.npo-ochanomizu.org>

【ご注文・お問合せ】お茶の水学術事業会事務局

Email: info@npo-ochanomizu.org TEL: 03-5976-1478



特定非営利活動法人お茶の水学術事業会について

※ HP (<https://www.npo-ochanomizu.org/>) もご覧ください。

● 組織概要

【設立】平成14(2002)年12月9日

【目的】女子教育に携わる者、女子学生及び女子教育の振興に関心のある者等広く一般市民を対象として、セミナー及び講演等による教育・研究活動事業、留学生の交流や研究の国際交流・協力等のための国際交流事業、学生寮や保育所等の環境整備のための教育研究施設等の整備保全事業等を行うことによって男女共同参画社会の実現に寄与することを目的とする。

【事業内容】

- 1 教育・研究活動に関する事業
- 2 国際交流に関する事業
- 3 教育研究施設等の整備保全に関する事業
- 4 経済活動における男女共同参画促進事業
- 5 男女共同参画社会のための啓発事業

例えば……
私たちは、こんな活動をしています

・学会事務代行業務

・セミナー

・講演会の共催

・助成金の支給

・「お茶の水 E-book サービス」製本版

の受注・販売

・テープ起こし・リライト・編集

・会報「ellipse」発行

・お茶の水ブックレットシリーズの発行
新刊 No.12「グローバルリーダーとは
— 今、そして未来に向けて —」等
近日刊行予定!

・お茶大関連グッズの制作・販売

● ご支援のお願い

1. 会員を募集しています!

趣旨にご賛同くださる方なら、どなたでもご入会いただくことができます。

【会員区分と会費】

一般正会員/賛助会員 年会費 1口 6,000円 1口～

終身正会員/賛助会員 入会時のみ 50,000円(70歳以上の方)

法人会員 年会費 1口 30,000円 1口～

※正会員には議決権があり、毎年6月の総会にご出席いただけます。賛助会員には、議決権がありません。

2. ご寄付を受け付けております!

【振込先】ゆうちょ銀行(郵便振替口座)

【口座番号】00100-3-583029

【口座名義】特定非営利活動法人お茶の水学術事業会

※ 所得税の寄付金控除の対象にはなりません。

● ご連絡・お問い合わせ

お茶の水学術事業会事務局

Email: info@npo-ochanomizu.org

TEL: 03-5976-1478 (月～金 10時～16時)

編集後記

この原稿を書いている今、今年2度目の金木犀の花が香っています。通常は年に1回の開花を、ひと月ほどの間に2回行うためには、想定外の膨大なエネルギーが必要だったはず。置かれた環境に臨機応変に対応しているように見える植物の姿に励まされ、学ぶべき点があると感ずることがあります。文系の思考パターンでしょうか?

広告募集

このページに広告を掲載しませんか? 次号は2022年2月に2500部発行予定です。会員の皆様はじめ全国の公共機関などに配布しています。広告料金は、1回につき20,000円。詳しくは下記までお問合わせください。

事務局

OPEN 月～金 10:00～16:00

〒112-8610 東京都文京区大塚 2-1-1 お茶の水女子大学 理学部 3号館 204

TEL&FAX 03-5976-1478 E-mail: info@npo-ochanomizu.org

<https://www.npo-ochanomizu.org>

※会員の方は、お問合せの際、会員番号をお知らせください。会員番号は封筒の宛名ラベルに印字してあります。



◆事務局所在地

東京都文京区大塚2-1-1
お茶の水女子大学
理学部3号館204

◆交通機関

地下鉄 丸の内線

茗荷谷駅から徒歩7分

地下鉄 有楽町線

護国寺駅から徒歩8分

都バス

大塚2丁目バス停すぐ