



“焦らず

腐らず

諦めず”

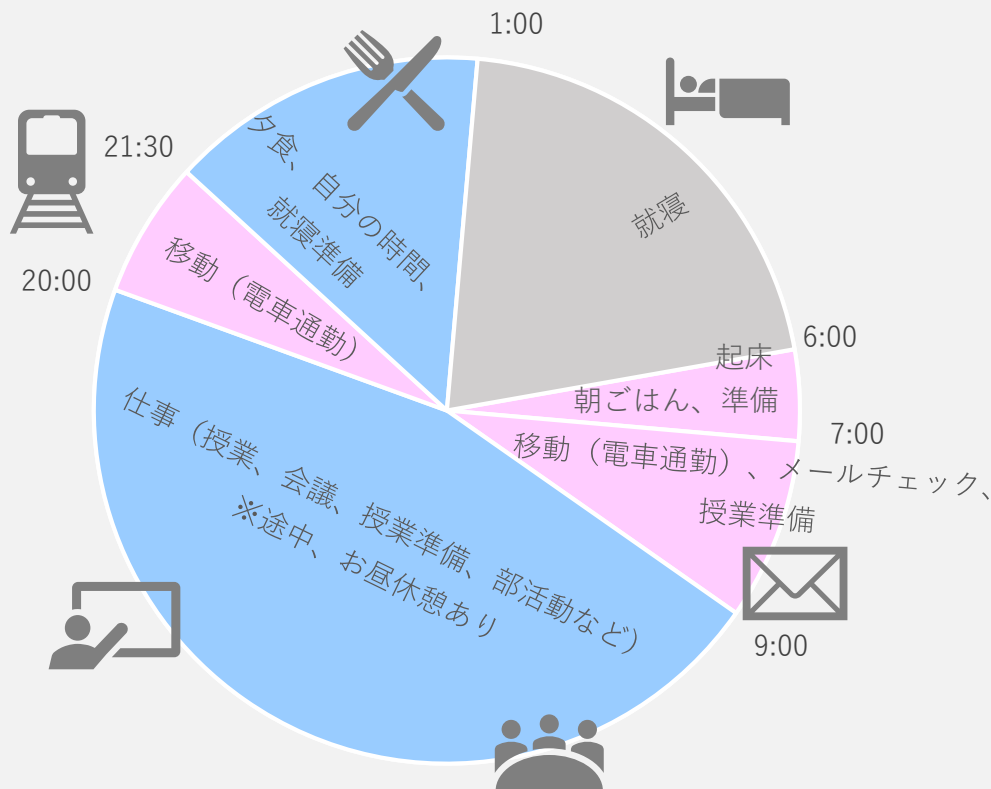
おおしお あいこ
大塩 愛子さん

神戸高専卒業。長岡技術科学大学大学院生物統合工学専攻修了。博士(工学)。現在、母校神戸高専で一般科(理科)の教員として化学と生物を担当。剣道部、環境地域貢献同好会の顧問。研究対象はコケ植物。

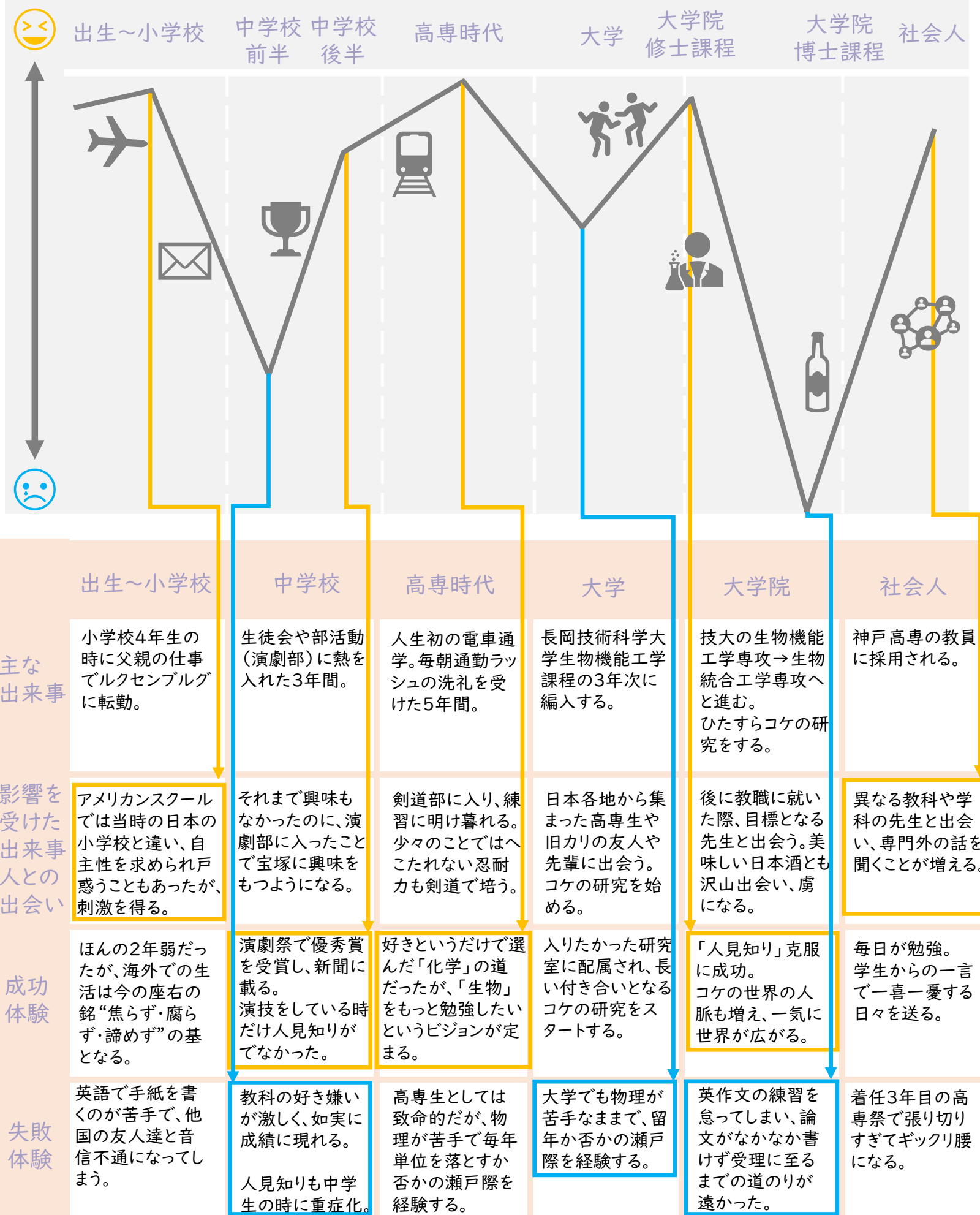
✓大塩さんの 日々のルーティーン

1 日1回は声を出して笑うようにしています。ストレスが溜まると授業にも響いてしまい、学生に迷惑がかかってしまうので…

宝塚歌劇が大好きなので、地元ということもあり定期的に観劇に行き英気を養います!



✓大塩さん “私のライフチャート”



✓大塩さんにいろいろお聞きしました!

今のこの仕事(職業)を選んだきっかけ

大学在学中、研究室で後輩の指導をしていく中で、高専生特有の(全員に当てはまるわけではないですが…)ウィークポイントがあることに気づき、また自身の体験から“高専時代にこうしておけばよかったな”と覚えることが多々あり、研究も続けたいけど“高専生”の教育にも携わりたいと考えるようになりました。単純ですが、私をよく知る友人達から、高専教員は私に向いているのではないかと言われたのも後押しになりました。

大塩さんのロールモデルを教えてください!

学生時代に出会った女性の先生です。心身ともに疲弊していた時、時間も関係なく相談にのってもらい、我が事のように一緒に考え、泣いてくれた先生は他にいません。学生に全力で向かい合い、バリバリ仕事もこなされ、憧れです。それがどんなに大変か、今痛感しています。

私の教育理念は「対話」です。ある時、なぜ「会話」ではないのかと聞かれたことがありました。これはこの時の経験がとても強く影響しており、ただ言葉を交わすだけではなく、私にとってはお互いに向かい合って言葉を交わすことが大切だと感じているからです。

ワークライフバランスについて教えてください!

今は正直なところ生活の大半を仕事が占めています。家に帰るのも遅く、休日も部活動の練習や試合の引率があるので体力・精神的に辛くなることもあります。

教員は体が資本ですので、学生と一緒に剣道をして体を動かしたり、大好きな新潟の日本酒で体内を潤したり、宝塚を観て心を潤してバランスをとっています。

時折、学生とお茶を飲みながらいろいろな話をするのも私の中では心のリセットになっています。

この仕事を続けていてよかったと思うところはありますか?

今年で着任して7年目の教員としてはまだまだ若造ですが、学生から「あの時先生に相談してよかった!」、「実は先生あの言葉に後押しされてん!」と言われた時は純粋に嬉しくなります。一人の人間の人生を左右するかもしれない立場にあるというのは非常に責任が大きく、怖くなる時が多々あります。しかし、一緒に苦しんだ時期を乗り越えた学生からこの言葉を聞いた時、この仕事を続けていてよかったなと思います。

学生時代の自分を振り返って

現在でこそ教員という職に就き、大勢の学生の前で授業を行っていますが、あることがきっかけで学生時代は「超」がつく程の人見知りと極度の緊張しいでした。大勢の前で話すなど外で、面接練習も過呼吸一歩手前になるくらい。学会発表も心臓が何個口から飛び出たかわかりません。それでは社会に出た時困るのは自分だと思い、あえて人と接する状況に追い込みました。かなりの荒療治だったところもありますが、今となっては誰も人見知りを信じてくれませんので大成功です(笑)

社会に出る前の皆さんへメッセージをお願いします!

失敗を恐れなくてください。私も失敗をしたら落ち込みますので、そう簡単なことではないのは百も承知です。ただ、気持ちの切り替えは大事で、周りの声に惑わされず、焦る気持ちをぐっと堪え、この失敗も経験と捉えて諦めずに改善策を考えましょう。「自分なんて…」と腐るのも禁物です。この時に大事なのは、何事も一人で抱え込まないこと。バランスが大事ですが、時には人に頼ることも、アドバイスを貰うことも大切です。プライドは必要ですが、自分を追い詰めるようなプライドは早めに捨てるが勝ちです!そして、落ち込みかけたら声を出して笑ってください。声を出して笑うだけでもストレス発散になります!

落ち込みかけたら声を出して笑ってください!