

接合科学研究所 女性の会(JWRI 女会)

梅田 純子

接合機構研究部門 複合化機構学分野 准教授

2020年12月18日(金)昼休みに第11回JWRI女会が、初めてオンラインで開催され、教職員24名と学生3名が参加しました。これまでは昼食をとりながら対面で行っていましたが、新型コロナウイルスの感染拡大が続いていることから開催方法を模索しておりましたが、定例となっていたJWRI女会を心待ちにしているという声上がるようになり、またネットワーク構築を目的に活動してきた会だからこそ継続的に開催すべきとの結論に達しました。オンライン会議参加が初めての方も多いため、接続環境の調査や事前の接続テストを行い、当日の開催に備えました。

まず、恒例の初めて参加の方の自己紹介から始まりました。これまでの経歴や趣味など笑いを交えて話され、画面越しでもグッと距離が縮まったことを感じました。続いて、本日のテーマ「今を乗り越えて潤いチャージ!」について、トピックスのイメージ共有のために、勝又特任准教授と橋本特任講師による漫才が披露されました。女性は年齢を重ねることで起きる身体の変化などから生じる気分の落ち込み、また、このコロナ禍においては多くの事を断念せざるを得ない状況下で、さらに抑制から生まれる無意識の「枠」などから、どうやって意識的にエネルギーやモチベーションを上げるかについて、本格的な漫才で随所に笑いを取りながら話して下さいました。メンバーからは、「大中小のレベルで自分自身へのご褒美を用意して、やる気を上げる」「美味しい物を食べる。でも太らないようバランスをとって」「サウナでスッキリ」「息抜きをしっかりする」などのそれぞれ自らのエネルギーチャージ方法を、ユーモアたっぷりに話されました。誰もがすぐにできる対処法ばかりで、遠いゴールを見つめるより小さなことをコツコツと、自分を褒めて明るく乗り切ることが大事であると感じました。

今回の開催で、改めて「繋がる」ことの重要さを感じました。不安を感じやすい時期だからこそ、直接会えなくても支え合える繋がりを持ち続け、オンラインを活用してJWRI女会の活動を継続していきたいと思えます。

