

## 接合科学研究所 女性の会(JWRI 女会)

梅田 純子

グローバル D&I 推進室 室長  
接合機構研究部門 複合化機構学分野 教授

2022年12月19日(月)昼休みに第15回JWRI女会が大会議室にて開催され、教職員26名が参加しました。異動などで新しいメンバーが4名加わり、和やかな雰囲気の中で自己紹介が行われました。続いてプチセミナー「アンコンシャスバイアス」について行いました。アンコンシャスバイアスの中でも、第13回時に行った自分自身を過小評価して捉えてしまう「インポスター症候群」に焦点をあてて、気がついていなかった低い自己評価を見直すきっかけとして、同じ自己診断クイズを行いました。刷り込まれている否定的な自己評価を認識して、自分の可能性をつぶさずに小さなことでもチャレンジして小さな成功体験を積み重ねることが提案されました。

次に、「節電対策と健康・美容」について談論しました。エネルギー需要のひっ迫等の状況を踏まえ、職場でも家庭でも省エネ・節電対策が求められています。末端の冷えに悩み仕事にも支障がでる女性が多くいることから、節電対策しつつ手軽にできる冷え対策について意見を交換しました。まず温活グッズとして、おしゃれになった伝統的な防寒対策の湯たんぽ、USB給電式ヒーター付きベストや機能的な靴下などが、使用者から購入方法なども含めて紹介されました。また、外国人教員からは、健康にも美容にも良い日本の食べ物が紹介され、改めて和食の良さを感じました。

日常生活の制限が緩和されても一堂に会する機会が少ないため、JWRI女会を継続的に開催して、会話のキャッチボールを楽しみ活気に満ちた環境作りを促進したいと思います。



撮影時のみマスクを外しています