

マイセルフ

自分らしく

特集

限界を決めない

～女性鉄道車両整備士に聴く～

取材後、編集委員と出入口にて



センターの入口風景

私たちが見つけた品川区の

Vol. 8

しながわ花街道



ちよつといい所
素敵なおところ

季節によって、勝島運河沿いに、菜の花や桜、コスモスが咲き楽しめます。お散歩コースにぴったりです。運河には水鳥がたくさん泳いでいて周近で観察することができますよ。

2016 Apl.



- 限界を決めない～女性鉄道車両整備士に聴く 2～5 P
- 男女共同参画センターからのお知らせ 6～8 P

VOL. 51

特集

限界を決めない

～女性鉄道車両整備士に聴く～



JR東日本東京総合車両センターに勤務されている入社5年目の平野さん、入社3年目の竹澤さんにお話を伺いました。また、東京支社に勤務されている名越さんにオブザーバーとして参加していただきました。

お仕事の内容はどのようなものですか？

平野さん 私は車体科に所属し、車体の検査・修繕を担当しています。

竹澤さん 私は部品科ものづくりセンターに所属しています。車両の大きな部品を直すために、溶接などを担当しています。

現在のお仕事に決めた理由を教えてください。

平野さん 大学生の時、就職活動をするにあたって、自分がやりたいことを考えました。小さいころから数学や物理などが好きだったこともあり、技術者として仕事に就きたいと思っていました。活動を進めていくうちに、人々の生活に密着していて、多くの人々を支えられるような仕事に就きたいと思うようになり、鉄道会社に興味をもちました。

就職活動中に色々な企業を見て、先輩社員の話聞いていく中で、波長や色が合い、ここで働いてみたいと思えた会社が当社でした。まだこのときは、「この仕事をやりたい」というよりは、人々の生活を裏で支

える仕事ができるというイメージで入社しました。

竹澤さん 私も小さいころから理科が好きでした。私は工学系の大学院で、機械材料を専攻しており、就職活動をするにあたり、技術者になるか、研究者になるかいろいろ考えました。学生時代は、ロケットや飛行機、電車、建設機械など、大きな機械に携わりたいと思っていました。先ほど、平野さんも言っていました。先ほどの雰囲気自分にあっているなど、イメージが合い、縁があって入社しました。

就職活動をしていたときは、結婚して子育てをするような将来に困らないように、「くるみマーク※のついている会社がない」とは思っていました。

いつ頃からこのお仕事にしようと思いはじめましたか？

竹澤さん 父親が日曜大工が好きで、ボルトや電気ドリルなどを使う際に手伝いをしていた記憶があります。中高生の時は物理がすごく好きで、大学進学の際に機械工学を専攻しました。大学に進学した頃には、自分が鉄道会社に入社するとは思っていませんでしたが、今、鉄道車両を整備する立場になって、他の仕事をやりたかったとは思いません。

※くるみマーク：「子育てサポート企業」として、厚生労働大臣の認定を受けた企業。

東京総合車両センターとは

JR東日本の車両メンテナンスを担当する車両基地です。首都圏を走る7000両あまりの鉄道車両をお客様に安全・快適に利用していただけるよう、車両の整備・点検を実施している所です。140年前に新橋に工場を開設、その後、1915年に品川区広町(大井町駅そば)へ移転し現在に至ります。現在は、約680名の社員(うち女性性は16名)とJRグループ各社約520名の社員が働いています。

毎日の業務はどのような流れですか？

平野さん 私の職場は日々工程が異なり、様々な作業を担当します。車両の重要な機器の取り替え作業を1日中行っていることもあれば、様々な作業を行うために広い修繕場の中を行き来する日もあります。1日ごとに作業内容が異なりますので、班長が修繕する部位と担当者を指示します。なお、私のグループは約30名おり、班長の指示に従ってみんなが動きます。作業をする時は「タクト」という20分ごとの時間の区切りがあり、効率よく行っています。

お仕事に就く前とあとでお仕事に対するイメージに変化はありましたか？

平野さん 入社前はこれほど技術や技能を必要とする仕事だとは思っておらず、もう

少し女性もいると想像していたので、職人
気質の男性が多いことに驚きました。イ
メージとの違いから、仕事に就いてすぐは
不安もありましたが、実際に働くうちに、
先輩方のフォローや気遣いが細かく、優し
い方々であることがわかり、さらなるイ
メージの変化がありました。

また、車体科は、車両の細かいところま
で検査することが出来るため、大変面白い
と感じています。車体科に配属されたこと
をすごくありがたいと思っています。

竹澤さん 私の職場では、事故などにより
車体の一部が曲がったような場合に対応し
ています。たとえば、金属の大きな部品が
曲がってしまった場合には、熱して柔らか
くした上で、大きなハンマーで叩き、形を
直していく、という作業があります。メン
テナンスには、私が想像していたよりも、
まだまだ人の手による作業が多いことに驚
きました。



左：竹澤さん・右：平野さん

お仕事ではどついつい場面で達成感を得
られますか？

平野さん 最初は、男性社員が多いことも
あり、重いものを動かすような作業では、
周りが気を使って「やらなくていいよ」と言
われることもありました。「やりたい」と言
い続けたことで、徐々にやらせてもらえる
ことが増え、そのうち重いものを動かす等、
私が苦戦していた作業のコツを先輩方から
教えてもらい、一人でできるようになった
時は、とても達成感がありました。

竹澤さん 私の部署では、それまで女性社
員の配属はありませんでしたが、強く希望
して入れてもらいました。私自身は男性社
員の中で働くことに対して、気にすること
はありませんでしたが、受け入れる男性社
員の方々には気を使っていたと思います。
次第に「竹澤なら大丈夫そつだ」と
言われるようになり、日々のやる気につな
がってきました。

また、やりがいという面では、自分がメ
ンテナンスに携わった車両が街中を走って
いることはやりがいに繋がっています。

平野さん 私も、改造工事で配線作業を担
当した車両が走っているのを見たときは、
やりがいを感じます。

名越さん 当社では、車両メンテナンスの
競技会があります。二人とも当センターの
代表として選出されており、高い技術力を
もっています。

お仕事で女性としてのやりにくさを感じ
る瞬間はありますか？

平野さん 力を必要とするような作業では、
出来ないこともあります。それは男性で
も同じです。出来ない仕事は、同僚とお互
いにフォローし合いながら、男性だから、
女性だからということに気にせずに仕事を
しています。女性だからやりにくい、とい
うことは意外と少ないです。

竹澤さん 男女の違いというよりは、私の
職場は技術力が求められるため、難しい仕
事ほど技術力が高い人に任せられます。私に
依頼されないときには、悔しい気持ちにな
ることもあります。高い技術力を身につけ
たくて競技会に挑戦したり、なにくそと思
うことで、やる気につながっています。

お仕事をしてくるなかで女性ならではの
気遣いや、なにか気づくことはあり
ますか？

竹澤さん 自分は当たり前のことをやって
いるつもりでも、周りの人に「丁寧だね」と
言われたりします。

平野さん 丁寧とか、繊細とか細かいところ

豆情報 1

一日に首都圏を走る列車の走行距離は
約42万キロ、地球9周分に相当します。

福利厚生は具体的にはどのようなもの
がありますか？

ろに気づくとは言われることもありますが、
女性だからなのかは分かりません。ただ、
そのような傾向はあるのかもしれない。



福利厚生は具体的にはどのようなもの
がありますか？

名越さん 住まい、健康、余暇の充実など、
日々の生活をサポートする様々な制度があ
ります。

竹澤さん 育児に関しては、同期の男性で
1ヶ月育児休暇をとられた人がいました。
その人はすごく家庭思いで、奥さんが働い
ている方だったので奥さんにあわせてとつ
たそうです。

名越さん 当センターで働く女性社員16人
のうちお子さんがいる方は5人います。育



センター4階からの風景

ています。

竹澤さん 男性が多い職場で活躍している女性の先輩方はとても挑戦心の溢れる方ばかりなので、なんでもやりたい、これもしたい、挑戦したいという姿は感化されます。私は平野さんが競技会の本社大会に出たのを見て、次は私も出たいなと思いましたので、先輩方の存在はとても大きいです。

職場内の異動は多いのですか？

名越さん 鉄道車両の職場では異動は比較的少ないですが、運転士を目指す社員は、入社し、駅、車掌を4年程度経験し、運転士になるので、比較的異動は多いと思います。社会人採用で入社した方などは、現場を経験した後、早い時期に本社や支社へ異動する方もいます。職種幅が広い会社なので当社エリア内を飛び回る方、各メーカーや関係会社に出向し色々なスキルを身につけて戻ってくる方、また、海外で働いている方もいます。現在、二人ほど当センターから三か月間の語学留学のような制度に参加しています。

このお仕事をするとときに心がけていることはありますか？

平野さん 多くのお客さまが乗車される車両をメンテナンスしていますので、なにかあってはいけないということが一番根底にあります。少しでも気になることがあれば

同じ部署に女性の先輩はいらっしゃいますか？

平野さん 当センターの部署でいえば竹澤さんは女性で初めて配属され、私の部署では私が二人目です。今はだいたい各部署に一人ぐらいは女性があり、徐々に増えてき

確認することを徹底しています。もちろん職場でも何かあればすぐに報告する環境が整っています。

竹澤さん 高い技術力を持つベテラン社員の方々はあと5〜10年すると退職してしまいます。特に技術力が大切な職場におりますので、ひとつのことを訊いて、そのとき解決するだけでなく、それを他の場面でも使えるように、応用力や展開力を身につけたいと思っています。

お仕事や個人の生活で地域と関わっていますか？

竹澤さん 毎年8月に当センターの一般公

豆情報 2

東京総合車両センターは敷地面積、建物面積合わせて東京ドーム5個分の広さがあるそうです。



×5個分の広さ…

開があります。お子さんを対象にしたものですが、電車好きな方もいらっしゃいます。**平野さん** 学生さんなどが当センターを見学に来られます。見学の対応に直接携わることはあまりありませんが、仕事をしながらも見学に来られていると感じます。個人としては、小さいころなら町内会で旅行に行ったりしましたが、今は夏祭りに行くぐらいです。

お仕事と生活のリズムを保つには？

平野さん 仕事には責任感が生まれます。そのためには、体が資本だと思います。私の職場では健康維持のために運動している人が多く、休憩時間に運動している人もおり、日々元気に仕事ができています。バドミントンをやっている人に誘われ、私も始めました。みんなで体育館に行き、コミュニケーションもとれます。

竹澤さん 作業場は夏は暑くなるので、こまめに着替えたり、熱中症防止のため、作業中に水を飲んだり、塩飴をなめています。生理前などホルモンバランスが崩れるようなときは免疫力が下がるので、体調管理に気を付けています。

お仕事での目標はなんですか？

平野さん 今は車両の色々な部位の検査をしており、車両に不具合が発生した際の対応はほとんど経験がありません。異常時対



応の流れは教わりますが、故障による影響をシミュレーションしたり、過去の事例を勉強して、どのような状況にも対応できるようにになりたいと思っています。

竹澤さん 溶接と一言で言っても多くの種類があります。その資格を持っていないとできない作業もあります。今の目標としては多くの資格を取って仕事の幅を広げたいことです。また、今の部署の技術を、後輩たちに継承できる人間になりたいと思っています。



平野さん 日々気持ち切り替えること、あまり考えすぎないことが大切だと思います。思いつめることがあれば一日一日リセットしていけば良いと思います。

竹澤さん 男性が多い職場にありますが、自分を特別とは思わないようにしていますが、また、自分で限界を決めず、できることから一つずつやり、完璧はないと思うようにしています。

これからこのお仕事や違うお仕事に就こうとしている人たちにアドバイスをお願いします。

編集後記

電車の整備士として活躍していらっしゃる平野さんと竹澤さんも、数年前まで私たちと同じような大学生だったということを知り、自分が無意識に就きたい仕事の分野を狭めてしまっていたことに気づきました。もつと将来への視野を広げたいと思います。

(宮内美紀)

今回初めてマイセルフの編集に関わらせていただき、取材前の打ち合わせから実際の取材、そしてその後の文字起こしまで全てが初めての経験でしたが、先輩にフォローして頂きながら作り上げることができました。とても楽しかったです。

(島田聡美)

今回の取材では、業務内容はもちろん、私生活、このお仕事に対してのご家族やご友人の反応など、とても貴重なお話を聞かせていただきました。私も平野さんや竹澤さんのような、自分の仕事に誇りを持てる人間になりたいと思いました。

(渡辺理沙)

今回初めてマイセルフの編集に携わりました。会議や取材はとても緊張しましたが、普段はなかなか聞けないようなお話も聞けて嬉しかったです。もうすぐ後輩も入ってくるので気を引き締め

て次回からも頑張ろうと思いました。

(山野明里)

今回、初めて取材と編集というお仕事に携わらせていただいて、とても緊張していました。取材でお話を聞く中で、働く上で何を向けるか、女性ならではの話題も含め、理系文系それぞれの視点を知ることができた事も面白かったです。

(柴田桃佳)

今回、残念ながらインタビューに参加することが出来なかったのですが、男性の多い職場で女性が段々と活躍の範囲を広げていることは、これからの女性の社会進出に大変意味のあるものだと思います。自分の将来を特に考えさせられる良い機会となりました。

(村山知壽子)



取材後、全員にて

はじめてみよう WinWin ～認める+伝える=幸せの共有～

開催日 平成27年11月14日(土) 場所 品川区立総合区民会館きゅりあん小ホール
参加者 158名

講演講師 上野 恭子氏 (NPO法人 WinWin育成協会 理事長)

平成27年4月から「女性の活躍」をテーマに男女共同参画推進フォーラム2015の企画運営委員会を積み重ね上野氏を講師にお招きし開催しました。WinWinとは勝ち負けを競うのではなく共に勝つこと、お互いの望みがかなうことを目指す考え方です。女性が輝く為にまたは女性を輝かせるために、そして皆が共に輝く為に全国で講演し活躍されている上野さんに、自分に自信を持って、周りとの関係性が良くなるポイントなどをお話いただきました。

最後は質疑応答が行われるなど、充実した講演会となりました。また、今年度もホールのホワイエでは、委員による「言葉のごちそう」と題した、誰かに言われて嬉しかった一言や、誰かに伝えたい一言など、周りの皆さんが笑顔で輝けるような、そんな一言を皆さんで共有できるようにした掲示物などの展示もあり入場された方たちに大好評でした。



- 参加者の感想
- 言葉の持つ力は、すごいなと思った。人を輝かせる言葉を自然に使えるようにしたい。(30歳代・女性)
 - 自分を認める。相手を認める。(70歳代・女性)
 - まずは相手から、次に自分のWinWinの考え方はとても参考になりました。(40歳代・女性)
 - 人間関係は勝ち負けではない。自分の言われて嬉しかったこと、言われたかったことを考えてみる。(50歳代・女性)
 - 子育てや介護が自分に制限を加えるということだけでなく、プラスになるということ。(50歳代・女性)
 - 大変勉強になりました。今後、地域の活動に活かしていきたいと思います。(60歳代・男性)



講座報告

■ 法律講座 (11月27日 参加者20名)

『相続と遺言の基礎知識—知っておきたい相続の知恵—』

講師 亀井 時子氏 (弁護士)

相続には法定相続と遺言相続の二つの方法があり、その基本的な内容について具体例を聞きながら詳しく学びました。参加者からは「順序立てた分かりやすいお話で大変参考になりました。自分自身、知人にも将来を考えることを薦めたいと思いました。」「これまでの曖昧な知識が確かなものになった部分が多く助かりました。」などの感想が寄せられました。



■ 男女共同参画推進講座 (12月3・10日(全2回) 参加者延39名)

『ひとの心に寄り添う傾聴講座(初級)』

講師 別府 明子氏 (心理カウンセラー)

耳を傾けるのがコミュニケーションの原点です。そして自分のコミュニケーションの癖や傾向を知っておくことが大切です。コミュニケーションの手段として、言語によるものと、非言語によるものがあります。また一般的な心得として、事柄は正確に把握し、事柄の背後にある気持ちを理解する、言葉だけでなく表情、しぐさ等に気をつける、自分の気持ちを傾聴モードに切り替える、等を学び、3人1組でロールプレーを行いました。「共感や相手の立場で味方するなど、とても勉強になりました。」「講座の後、子どもの話を聞くということを意識するようになりました。実際のコミュニケーションにも役立つお話が聞けて楽しかったです。」などの感想をいただきました。



■ 女性の活躍推進講座 (12月15日 参加者19名)

『子育て女性向けセミナー in 大井町』

『子育てしながら私も働ける?～働くための準備について考えましょう～』

講師 河野 千鶴子氏 (キャリアコンサルタント)

子育てと就職についての悩みを話し合い、参加者同士の交流、及び参加者の間に関心が高かったテーマを取り上げ、ワークシートなどを用いたセミナーを実施しました。

3人ずつのグループ分けをしたことで具体的な対応策への気づきや不安の軽減につながり、「同世代のお母さん同士で課題の共有が出来てよかった。」「あらたに気づいた事もあり、今日をきっかけにして、働きたいと思いました。」「講師の話し方や進め方がわかりやすくて良かった。」などのご意見をいただきました。



■ DV理解基礎講座 (2月3日 参加者延19名)

『DVを知って DVをなくす』

講師 佐藤 香氏 (NPO法人 全国女性シェルターネットワーク 事務局長)

DV(配偶者暴力)という、なぐる、けるなどの身体的な暴力だと思われがちですが、大声を出して威嚇する、交友関係を監視する、人格を否定するような暴言を吐くなどの行為も、配偶者暴力の一形態です。安全と健康を破壊され、また密室の中でおこるため発見されにくいのも特徴です。DV被害をなくすためには、構造的な問題として理解することが重要であるため、この講座を毎年開催しています。今回は、DVとは?から 様々な相談から支援を受けて生活再建するまでには、あらゆる機関・団体との連携が欠かせないことなどを学びました。受講された方からは「DVがあまりに多いことに驚きました」や「身近な人が気遣ってあげられたら、解決の糸口が少しずつでも手繰り寄せられると思う」、「気づきが解決の第一歩!」などの感想をいただきました。



■ 女性活躍支援講座 (2016年2月21日 午前10時~12時 参加者15名)

『パパもママもワーク・ライフ・バランス
~共働きで子育てと生活を楽しむ方法』

講師 杉山 錠士氏
(NPO法人 ファザーリング・ジャパン会員 兼業主夫放送作家)

育児に仕事など、ライフスタイルの選び方は人それぞれです。ママもパパもお互いの気持ちを知り、働き方や子育てや、家事分担のコツを楽しく一緒に考えてみましょうという講座です。講師の実践していること、一番大事にしていること、家事でもめないコツ、を伺い「ライフパズル」をやってみました。今の優先順位、10年先、20年先の優先順位、その理由を考え、参考になっている言葉をいくつか紹介いただきました。

参加の方々からは、「夫婦で話すことが大事とわかってはいたが、改めて大切と感じた。子育ての先輩から話が聞けて色々楽しかった。」「家事分担のコツなど今日からできそうなアドバイスが満載だった。」などの声が寄せられました。



講座のお知らせ

- 会場 品川区立総合区民会館きゅりあん (品川区東大井5-18-1)
 問合せ先 男女共同参画センター 電話 5479-4104 FAX 5479-4111
 定員 25名 託児あり (定員に達している場合もありますのでご了承ください。)

*以下の内容は原稿作成時のものです。最新の情報は広報しながわおよび品川区HPでご確認ください。

開催日	内容	募集掲載予定 広報しながわ
5月31日 6月7・14・21日 午前10時~12時	ママのおしゃべりCafé' (全4回) 講師 別府 明子氏	4月21日号
6月11日 午前10時~12時	おやこ応急手当講座 (会場: 品川第一地域センターを予定) 講師 品川消防署員	5月11日号
7月5日 午前10時~12時	親として知っておきたい デートDVってなあに?! 講師 佐藤 香氏	6月1日号

夫など、パートナーからの暴力に悩んでいませんか?

暴力は犯罪です。ひとりで悩まず、ご相談ください。

東京都の配偶者暴力相談支援センターなどをご紹介します。詳しいことは品川区男女共同参画センターへ TEL. 5479-4104

★男女共同参画センターDV専門相談……………毎月第1・3・4・5日 午後1時~4時
 ……………毎月第2日 午後5時30分~8時30分 ※事前予約による面接または電話相談。

☆しながわ見守りホットライン ※24時間つながります。

(DV) TEL. 3777-6601 (児童虐待) TEL. 3772-6622 (高齢者虐待) TEL. 3772-6699 (障害者虐待) TEL. 3772-6605

★国(内閣府男女共同参画局)の相談窓口「DV相談ナビ」……………TEL. 0570-0-55210 (お近くの相談窓口を自動音声によりご案内)

❗緊急のときは(身の危険を感じたら)……………警察 110番(事件発生時)

男女共同参画推進登録団体紹介18 「四方山会」

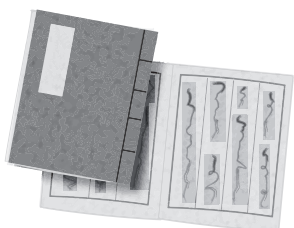
代表 山口 千恵子

「四方山会」このネーミングには、皆さん何を想像されますでしょうか。四方山話
でしようか。

品川宿に残存しています古文書の中に打ち壊しの記録がリアルに書かれており、そ
の中に女性達の姿も垣間見え興味が湧き数人で、当初「紅鉄奨会」を立ち上げ、その
後名称が変わって現在に至っています。

女性達はどのように日々暮らしていたのでしょうか。文書に煮売り屋の店が散見し
ます。これは、今の惣菜を売ってお店で、棒振りと称する人達が住まいの近く迄来て
くれ購入することができました。殊の外江戸に暮らす人たちはインフラを除けば暮ら
しを謳歌していたのではと興味が尽きません。今まで学んできた文書の中には、「縁
切り状、見下り半」、これは三行半の文字に書かれた夫婦の葛藤が、「ジャガタラ文」は、
遠く離れて故郷を恋しやと望郷の念を感じ、信長が家臣秀吉の糟糠の妻に宛てた文に
感じ入り等、枚挙ありません。

古に書かれた文書を今に生きる私たちが読み解き、その時代にタイムスリップし、多くの先人たちの営みを楽しく学びながら、温故
知新を以て約15年続いています。



寺子屋「品川宿」の分会として「四方山会」は、初心者の古文書解読に力を注ぎ、講師は、
古文書解読30年のベテラン会員が指導を担当しています。

毎月第二日曜日、午前9時から10時までの1時間古文書の世界に浸れます。また、そ
の後は10時から12時迄、寺子屋「品川宿」の勉強会にも参加ができます。いずれも「きゅ
りあん」の会場を借りて行っています。

古文書の楽しさで、今まで読めなかった文字が突然読めた時の嬉しさは、何ものにも代
えがたいものがあります。ご興味のある方はどうぞご参加ください。

連絡先 代表：山口 千恵子 TEL03-3783-2394 (夜間をお願いします)

男女共同参画センターからのお知らせ

女性相談員による相談室

心や、生き方の悩み、
家庭のことで困っていること、
また、法律に関することや離婚、金銭トラブルなど、
お気軽にご相談ください。
(男性もご利用ください)

※原則、品川区在住の方が対象です

電話相談

カウンセラーによる電話相談

毎月第1・2・3木曜日 午前10時～午後4時

(ただし、木曜日が祝日の場合はお休みとなります)

正午～午後1時前後は休憩時間のため、対応できないことがあります。

終了時間が午後4時ですので、お電話は午後3時30分ごろまでにお願いいたします。

専用電話 5479-4105

面接 相談

無料。事前予約が必要です。予約電話 5479-4104

※予約受付時間 平日午前9時～午後5時

	相談時間	4月	5月	6月	7月
弁 護 士	午後1時～3時30分	6日 (水)	11日 (水)	1日 (水)	6日 (水)
	午後1時～3時30分	12日 (火)	17日 (火)	7日 (火)	12日 (火)
	午後5時30分～8時	18日 (月)	23日 (月)	20日 (月)	25日 (月)
カウンセラー	午後1時～4時	28日 (木)	26日 (木)	23日 (木)	28日 (木)
DV相談	午後1時～4時	1・15・22日 (金)	6・20・27日 (金)	3・17・24日 (金)	1・15・22日 (金)
	午後5時30分～8時30分	8日 (金)	13日 (金)	10日 (金)	8日 (金)

※法律相談は、弁護士に法律に関することや
カウンセリングはカウンセラーにこそと生き方の悩みごとを
DV相談は、専門相談員にDVに関することを相談できます。

☆交流室や会議室を、男女共同参画の推進を目的とする活動や学習のために、ご利用ください。交流室には資料コーナーが併設されています。

◇交流室 18席(最大): 個人やグループの活動の場としてご利用ください。

◇会議室 36席(最大): 利用する場合は、あらかじめ団体登録が必要です。詳しくは男女共同参画センターにお問い合わせください。

特集記事にご意見・ご感想をお寄せください。お待ちしております。

○次号「マイセルフ 自分らしく」52号は平成28年8月発行予定です