

Q&A 集

- 技術者及び技術士を目指す方へ -

第 2 版

2022 年 9 月

公益社団法人 日本技術士会
男女共同参画推進委員会

目 次

はじめに	1
技術士資格に関する質問	2
働き方・職場に関する質問	10
学業・キャリア形成に関する質問	16
ワーク・ライフ・バランス、その他の質問	22

男女共同参画推進委員会は、技術者・技術士を目指す女子学生・女性社会人向け懇話会として、1年に4回ほど『技術サロン』を開催しています。

本Q&A集は、第1回～第53回の『技術サロン』(2008年11月～2022年3月)において、参加者から寄せられた質問と、その質問に対する当委員会からの回答をまとめたものです。

はじめに

公益社団法人日本技術士会男女共同参画推進委員会では、技術者・技術士を目指す女子学生・女性社会人向けの懇話会として、3 か月に一度「技術サロン」を開催しています。今年度（2022年度）で11年目に入り、この9月で第55回を迎えます。

「技術サロン」で参加者から寄せられる質問や悩みは、「技術士資格に関する質問」「働き方・職場に関する質問」「学業・キャリア形成に関する質問」「ワーク・ライフ・バランス、その他の質問」の4つに大きく分けられます。参加者の立場や状況を反映した質問に、私たち委員会メンバーが自らの経験を基に回答し、あるいは共に考えます。参加者は女性を対象としていますが、寄せられる質問や悩みの殆どは、男性にとっても仕事や生活面で重要なキーワードが多く含まれています。

本冊子では、第1回～第53回の「技術サロン」参加者からの質問や悩みをメインに、「Q&A」として取りまとめました。

多様性の尊重や働き方改革など、男性女性に限らず、個々人や企業にとって、ともに乗り越えていくべき課題が多い現在、ここに挙げた「Q&A」が、何かしらのヒントになれば幸いです。

Q&A集は、当委員会ウェブサイトでも公開しています。あわせてご覧ください。

委員会トップ画面

https://www.engineer.or.jp/c_cmt/danjyo/



技術士資格に関する質問

Q1-1 技術士になるまでの流れを教えてください。技術士補取得後、どのように実務経験を積めば良いですか？また、技術部門と選択科目をどのような観点で決めれば良いでしょうか？

A 技術士になるまでの流れに関しては、技術士補登録や指導者についての質問が多く見られます。これらに対する回答は、参加者個人の状況により個別の助言となる場合が多いですが、**自己の業務の中で十分な実務経験を積むことが可能な経路（「技術士になるには」https://www.engineer.or.jp/contents/become_engineer.html）が最も望ましい**といえるでしょう。その中で意識して、技術士に必要な「計画、研究、設計、分析、試験、評価」等に関わる実務経験を積む必要があります。その上で、**修得した実務の専門事項に対応して、部門・科目を選択すればよい**でしょう。

Q1-2 技術士になろうと思った動機は何ですか？

A 女性という理由でリーダー、主担当をまかせてもらえなかったから。**独り立ちした仕事をする必要性**を感じたから。社外的に技術者として認めてもらいたいから。**社外での活躍の場が増える**から。等々、きっかけは様々ですが、自身が必要と感じ、**どのようになりたいかの目標**をもつことが重要でしょう。

Q1-3 技術士になってよかったことは何ですか？

A **技術士でないとできないこと**として、発注要件に「技術士に限る」業務があることや企業としての価値が高まること等があります。企業として業務遂行のために技術士が必要な場合は、**資格手当や昇進の対象**になります。資格があることで、公的に認められ、相手から信頼されるようになります。また、**管理技術者やプロジェクトリーダー**になれる機会が増えることも挙げられるでしょう。

実務的なメリットが少ない技術部門においても、**自身の意識改革や社外ネットワークが広がる**ことによるメリットがあります。参加者の中には、何かしらの技術系女性としてのネットワークに参加することを望む声も聞かれます。

Q1-4 どんな技術者が求められているのでしょうか？

A 業務に必要な“**全般的な専門知識を理解し応用すること**”ができるだけでなく、業務を遂行するにあたって、必要な**コミュニケーション力やマネジメント力、リーダーシップ**等の能力を備え、**複合的な問題に関して、相反する要求事項によって及ぼされる影響の重要度を考慮した上で、問題解決**ができる技術者と考えられます。

Q1-5 技術士取得の時期はいつ頃が適しているのでしょうか？

A 平均で 40 代前半ですが、女性は平均より 6 歳程度若くして取得しています。**技術士取得は、スタート地点**であり、技術士取得後の活躍が期待されています。ご自分のライフイベントやキャリアパスを長期的に考えて計画すると良いでしょう。

女性としては、出産の時期との関係が気になる場所ですが、会社の中でのポジションを確立してから出産する、若いときに出産し子供の手が離れてからバリバリ働く、妊娠中は会社を定時に退社し規則正しい生活ができるので計画的に勉強時間を確保できる等、いろいろな考え方があります。**個人ごとに適切な時期は、様々**と言えます。

Q1-6 技術士資格をとるために、どのように勉強すれば良いのでしょうか？

A 資格取得のための勉強に関する質問が多くみられます。技術士は業務に直結した資格ですので、まずは日常業務をしっかり遂行し、そのうえで関連団体の**公開講座**等が催されることもあるので、**機会を有効に利用**するとよいでしょう。**志を同じくする仲間が見つかったら、モチベーションの維持**に繋がります。また、**個人的な指導者**が見つかることもあるでしょう。

Q1-7 技術者としての日常業務と資格取得のための勉強を両立させるにはどうしたら良いでしょう？

A 基本は、**日常業務の中で、積極的に関連事項の技術などを修得**することが一番です。また、通勤時間や家事の間など、**隙間時間をうまく活用**し、自己の業務以外の知識を補強すると良いでしょう。

Q1-8 技術者になるために経験しておいたほうが良いことは何でしょうか？

A 経歴に関しては、技術士になるためにどのような経験が必要か、という点に関心が高いと思います。一般的には、技術士になるために**求められる能力(専門的技術能力、業務遂行能力、行動原則)を身につける**べく、仕事の中で、意識して必要な能力を高めるように実践するのがよいでしょう。さらに、**自己の専門以外にも関連する知識を身につける**べく、講習会などに参加するとよいですね。

Q1-9 受験のための過去問、参考書は販売されていますか？

A 日本技術士会の HP には、**過去 10 年を超える第一次試験、第二次試験の過去問**が掲載されています。参考書も多く出版されています。自分に合った資料・方法で勉強していきましょう。

Q1-10 受験すべき技術部門と選択科目が決められません。どのような観点で決めれば良いですか？

A 技術士は業務に即した資格なので、**現在の業務に近い分野**を受ける事が望ましいです。検討方法のひとつの基準として、**二次試験の問題が解けそうな部門・科目で受験**するのも手です。部門・科目は日本技術士会 HP 内の「試験・登録情報」のページや、「技術士制度について」(PDF)という資料で確認できます。どの部門・科目で受験する場合でも、**業務の中で自分が関わった内容を理解し文章化**できるようにしておきましょう。

Q1-11 技術士資格は取得していませんが、何かしら技術系女性としてのネットワークに参加する手段はありますか？

A 現在は多くの業界が女性のネットワーク構築に努めています。まずは**ご自身の業務関係の団体**の状況を調べてみてはいかがでしょうか(例:土木技術者女性の会、設備女子会)。また、**技術サロンへお問い合わせいただければ状況に合わせてアドバイスは可能**です。

Q1-12 技術士になって自分の業務がどのように変わりましたか？

A 技術士になる前に比べ、**発言に責任と自信を感じる**ようになりました。また、業務では直接関係のない方からも、**技術的問題に見解を求められる**ようにもなりました。業務そのものが変わるわけではなく、自分と周囲の意識的な変化という部分が大きいです。

Q1-13 文系出身者が技術者・技術士を目指すことはできますか？

A 文系出身者が技術者・技術士を目指すことは可能です。実際に技術士として活躍している技術者はたくさんいます。また、理系の大学等を卒業し、学んだ分野と違う分野で活躍している技術者もたくさんいます。社会に出てから、どれだけ業務に真摯に向き合い、取り組むかが重要です。

ただ、海外の技術系資格相互認定（APEC エンジニア、IPEA エンジニア等）では、大学等のエンジニアリング課程修了が求められるものもあります。

Q1-14 社内の指導技術士（補助する技術士）が定年で退職した場合はどうすればよいでしょうか？

A 『定年後も引き続き指導』『社外で指導技術士を探す』『指導技術士なしで第二次試験をめざす』といった選択肢があろうかと思います。ですが、まずは**技術士試験センター（03-6432-4585）**にご確認ください。ご質問者の置かれた状況によって回答は異なるでしょうから、個別にお問い合わせ、ご相談いただくのがよろしいでしょう。

Q1-15 技術士としては、どのような技術者（資質能力）が求められているのでしょうか？

A 自分が提供する技術を、使用する最終利用者の立場で考えて技術提供できる技術者です。そのため、自分の専門領域だけでなく周辺領域にもアンテナを張り、情報入手に心がけている技術者と言えるでしょう。

常に謙虚、利用者視点で考えた問題提起、自らの知見をもとにその時点で最善の改善案を提示できる必要があります。技術士に求められる資質能力（コンピテンシー）については技術士会や文科省のHPを参考にしてください。

Q1-16 受験の際に授乳可能な休憩室（夫と子供の控室）はあるのでしょうか？

A 妊娠中、授乳期あるいは小さい子どもさんのいる場合、**授乳室などの準備が可能**です。「受験に際して希望する特別措置」に該当し、受験時に事前申請することにより対応可能な場合があります。受験する際には**技術士試験センター（03-6432-4585）**にご確認ください。

Q1-17 第二次試験を受けたいが、業務内容を開示することに会社の同意を得ることが困難な場合、どうすればいいでしょうか？

A 受験申込書に記載する内容は、社外秘になるような技術的な内容以外の、実際に自分が取り組んだ内容、課題と工夫した点などを書くようにすると良いと思います。このような内容にすることで、技術的な内容やノウハウなど社外秘に該当することには直接触れずに、自分が取り組んだ内容を書いて判断して頂くのが良いと思います。また、技術士には技術士法で守秘義務が定められていますので、受験申込書に記載した内容が外部に漏れることはないことも勤務先に説明して理解して頂くと良いでしょう。

Q1-18 受験資格は実務経験7年だが、仕事内容が途中で変わったり、技術的な業務に携わらない時期があったりした場合はどうすればいいでしょうか？

A 仕事が途中で変わっても問題ありません。また、現在の業務が本当に該当しないか確認することも大切です。技術士の業務は技術士法で「**計画、研究、設計、分析、試験、評価又はこれらに関する指導の業務**」とされています。ご自身の業務経歴の中で、「計画、研究、...など」技術士法に記載されている部分があれば立派な業務経歴になります。

Q1-19 地方の建設コンサルにいたので、大きな業務はあまりないが、実務経験として難しいでしょうか？

A まずはあなたの業務が技術士法に記載されている業務（上記参照）に該当するかどうかを確認してください。**規模感よりは、自分がどのように業務に取り組んだか、問題を解決したかが評価される**試験です。どんな問題、課題に取り組んだのか、「問題解決能力及び課題遂行能力」を発揮したことを示すことが求められます。日頃の業務の中で、自身が発揮できた能力をまとめておくとよいでしょう。

技術士試験では**自ら自立的に問題解決に取り組まれた内容**が評価されます。例えば、大規模な公園の緑化事業の中で、桜の木の植樹を担当されたとします。この場合、担当した業務ではなく、緑化事業を中心に述べたいと思います。しかし、実際に担当した桜の木の植樹を中心に書くことにより、自分の取り組みを中心に回答することができます。すなわち、図面上ではわからなかった土壌の問題、水はけの問題等があれば、その問題を解決するための取り組みについて詳しく述べることにより評価されると思います。

Q1-20 経験論文を書くために海外事業部からの異動を考えています。

A 変える必要はないと考えます。専門を深く知ることは重要（何か一つの強みは必須）です。また、マネジメント、問題解決能力、コミュニケーションも重要です。自分の技術を磨いて、新しい知識を増やすことでオールラウンダーとなっていきます。今の部署では本当に経験論文が書けないのでしょうか？海外事業部において経験された**ご自身の業務の整理・総括**をしてみたいかがでしょう。業務に対して自分がどのような姿勢で臨んでいるか、与えられた業務全体で自分は何を担当するか、自分の仕事がどのように全体業務に、そして社会に役立つのか、上司が自分に仕事を割り当てるときどのような考えで割り振っているのか、これらを念頭に業務を行うことで技術士となるための資質能力が養われます。

Q1-21 口頭試験が不安です。おすすめの勉強方法はありますか？

A （受け答えを）日々の業務の中で考えることをお勧めします。試験の際は試験官の目を見て話します。日々の業務が鍛錬の場で上司を試験官に見立てて対応します。口頭試験の諮問事項ごとに回答やキーワード、論文などをまとめておくとういでしょう。緊張するのは当たり前、そのことで臆することはありません。わからないことは、これから勉強していく旨を述べれば大丈夫です。プロポーザルのヒアリングと同様にアピールすれば良いですし、分からなければ聞き返しても良いのです。

試験官をお客様、クライアントと考えて対応されると、日頃の業務と変わりがないと思えるでしょう。確かに、試験官はその道の専門家ですが、技術の前では平等という気持ちで臨むとういと思います。したがって、日頃の業務と同じように、お客様に提案内容を分かりやすく説明するように対応されると良いと思います。

Q1-22 第一次試験を合格した段階でのメリットはありますか？また、技術士補登録をしない場合のデメリットはありますか？

A 建設コンサルタントやインフラ系の企業の場合は、資格手当が支給される場合があります。

私自身は業務上のメリットはありませんが、モチベーションの維持が目的で、技術士補登録をしました。立派な登録証が届きました。このほかのメリットとしては、技術士補を名刺に入れることができる、**技術者としてやっていると周囲にPR**することができるなどです。また、技術士補登録以前に日本技術士会の準会員になられて、様々な活動に参加して人的ネットワークを広げることで、多大なメリットが得られると思います。デメリットはありません。

Q1-23 日本の技術士資格は海外の仕事でも通用しますか？

A 海外にも、技術士の資格はあります。所定のCPD（継続研鑽）のポイントを取得してAPEC エンジニアの資格を得れば、提携している国には、有効です。

APEC エンジニアは、既に、技術者資格の国際整合性として技術士、一級建築士が国際資格を取得できる資格になっています。また、エンジニアリングの教育と実践における質保証と国際的同等性の確保、流動性の向上を目的に国際エンジニアリング連合（IEA）が設立され、技術士はこの枠組の中に入っていますので、海外の仕事でも必要な資格になって行くものと言えます。

Q1-24 技術士の資格を業務外で活用できる場がありますか？

A 仕事以外で委員会や地域本部・県支部での活動に参加できます。委員会での活動や、国交省の技術委員への紹介があり、技術士であったからのことと思っています。「技術士」を取ったことで、土木学会誌の編集委員にと、声をかけていただきました。また、技術士会の委員会活動もあります。委員会関連のサークルの小旅行や、国際会議に参加したこともあります。委員会活動で得られるもの、楽しめることは多いです。また、文部科学省の技術士試験部会の委員となっていますが、国の委員会では男女比率を同じくする動きがあるため、呼ばれることも多いです。ぜひ参加していただきたいです。

技術士は、個人に与えられる資格です。したがって、この資格を活用することで活動する場を広げることができます。また、そのような活動をしていると、本の執筆や、講演、委員会の委員など、これまで難しいと思っていた方面で声をかけられることもあります。また、参加したことで、予期しない繋がりが生まれることもあります。是非、技術士資格を有効に活用してください。

Q1-25 子育てをしながら、試験の勉強をする予定。勉強時間確保の仕方や工夫など教えてください。

A 技術士試験は**日々の業務に基づくもの**と考えてください。日々の業務の深堀や関連事項の確認が受験勉強に繋がります。まずは、日々の業務にしっかり向き合ってください。

私は子供行事の合間を縫って勉強しました。塾等の送り迎えの時に図書館での勉強や、通勤時間も活用できます。子供が小さいと、時間の工面が大変かと思います。しかし、受験準備の時間は必ず作れると思います。すべて、自分一人で行うことは考えずに、人にお願いできることと、自分でなければできないことを見極めて、家族と相談されると良いと思います。例えば、ある仕事を最初から全て自分で行うのではなく、ある部分を人にお願いし、お願いした結果を得てからまとめることにより、結果を手にするまでの時間を自由に使えると思います。この考えかたは、日常生活の中でも、日常業務の中でも使えると思いますので、できることから取り組んでみてください。

< 技術士が感じている、資格取得によるメリットの例 >



有形メリット：金銭面や処遇において優遇措置を受けられることがあります。ただし、「資格さえ取れば安泰」という位置づけの優遇ではないことがほとんどです。

< 優遇措置の例 >

- ・資格手当、合格報奨金等の支給
- ・昇給・昇格、配置転換、転職等の際の前提条件またはプラス条件として考慮される
- ・他の資格試験受験の際の試験一部免除
- ・ローン金利の優遇



無形メリット

- ・自分のことを知らない相手に、自分の能力や向上心を客観的な評価としてアピールすることができるようになった
- ・自分の能力に自信を持つことができた
- ・資格取得の勉強を通して、知識を整理できた
- ・資格取得者のネットワークへの参加によって人脈が広がった
- ・執筆や講演等、社外での活動機会が広がった

働き方・職場に関する質問

Q2-1 女性が技術士として働く上でのメリット、デメリットは何ですか？

A 女性は少ないのでどうしても目立ちますから、成果の良し悪しが大きく評価されやすいともいえます。また、**資格を持っていることで勤務先や顧客は安心して仕事を任せてくれます。**

一方で、**資格に恥じない技術力**を要求される厳しさがあるので**継続的な研鑽が必要**なことでしょうか（これは、デメリットではありませんが）。

Q2-2 職場が男性ばかりで不安なのですが…。

A **仕事をきちんと行っていれば、必要以上に男性・女性を意識することはありません。**もし、力仕事などがある時は、遠慮せず男性にお願いして構いません。**困ったことがあれば、素直に相談すれば誰か助けてくれます。**かえって、**女性の視点（あなた個人の視点）をうまく仕事に活かせる場面**があるかもしれません。女性ならではの相談事については、**所属する部門・職種だけでなく様々な職種の女性とのコミュニケーション**により解決することも多いです。

Q2-3 技術者は男性が多く、職場の男性的なノリについていけません。男同士の飲みニケーションの輪に入れず、情報共有がしづらいと感じます。どう対処すればいいですか？

A 勢いのある男性陣に**無理に合わせることはない**と思います。また、男性でもそのような場が苦手な人もいます。業務上必要な情報は後から確認できますし、**無理して合わせてしまうと後が続かない**と思います。多少の疎外感はあるかもしれませんが、「彼女はこういう付き合いは苦手なのだな」と思ってもらうことで、周囲からの接し方が変わってくるのではないのでしょうか。

Q2-4 技術系の仕事をさせてもらえないのですが、どうしたら良いのでしょうか？

A 今の仕事は、本当に技術系の仕事ではないのでしょうか？もっと**技術者としての視点を持って仕事に取り組んでみて**はどうでしょう。つまらなそうに見える事でも、全体像をイメージすることで重要性を理解できたり、あとで別の仕事に役立ったりすることもあります。まず、今の仕事に対する自分の姿勢を変えてみましょう。

その一方で、やりたい仕事につくための準備（勉強など）と、**周囲へのアピール**も諦めずに続けましょう。

Q2-5 仕事をしていくうえで苦労したことや、それをどう乗り越えたか教えて下さい。

A 問題が難しくてなかなか解決できない、周囲に相談できる人がいないといったときに苦労しました。そんなときは、とにかく諦めずに自分でできる限り調べてあらゆる方法を試す。一度頭をリセットして考え直したり、見方を変えてみたりする。そのように乗り越えてきました。また、技術的な問題であれば、出身大学の先生を訪ねたり、学会等に問い合わせたりすることもひとつの方法です。

Q2-6 結婚や出産で退職後、別の会社で復帰（転職）するのは難しいでしょうか？

A まず、新卒時より条件は悪くなりますから、転職先を見つけることは簡単ではありません。見つかったとしても、新しい環境に慣れる必要がありますので、元の職場に復帰するよりはハードルが高くなるでしょう。ただし、新しい生活に合う働きやすい職場が見つければ、元の会社にこだわる事はないでしょう。

転職に際しては、自分の得意なこと（セールスポイント）と譲れない条件をよく整理しておくことが大切です。自分の能力の担保として資格を取得していれば、有利に働く場合は多いと思われます。

Q2-7 育児休業後に仕事に復帰するのが不安なのですが…。

A 育休中も、復帰後に必要となる情報収集を心懸けましょう。職場と定期的に連絡を取るのもいいですね。

復帰したら、頑張り過ぎずにできないことは早目にヘルプを出す勇気も必要です。子どもが小さいうちは、とにかく子育てが第一と割り切きって、乗り越えてください。大きくなるにつれて確実に手がかからなくなりますので、子育ても楽しんでください。最近ではリモートワークを推奨している企業も増えています。そのような企業にお勤めであれば様々な働き方を検討するのも良いかもしれません。

Q2-8 技術系の職場で女性であることについての心ない言動にはどのように対処してきましたか？

A 心ない発言を黙認する必要はありません。まずは、毅然とした態度でいること、心無い言動を無視するなど、その場の状況を判断した対応が必要です。しかし、相手の考え方を変えるのは簡単な事ではありませんよね。他の人が苦手でも自分が得意なことで自分の立場を確立して認めてもらうというのはひとつの方法ではないでしょうか。例えば、業務の中で女性だから（あなただから）気が付く事、提案できる事はありますか？英語が得意だと部署の中で頼られる場面が多かったりします。仕事の上で無視できない人材になることで、そのような言動は減ると思います。

Q2-9 女性が働きやすい環境づくりとして、どのような事例がありますか？

A 風土・文化、 制度、 設備の改善の事例を示します。

性別、年齢、国籍等**多様な人材を受入れ**、尊重し、能力発揮を支援し活かすことでチーム力を高めるダイバーシティ & インクルージョン（以下、D&I）経営の推進です。“**組織トップが継続的に言い続ける**”ことが重要で、女性にも男性と同様に能力を発揮してもらおうという風土・文化も形成されます。経産省が表彰した企業がHPで紹介されています。

柔軟な働き方の制度として在宅勤務を含むテレワーク、フレックスタイム、時間単位有休、勤務地選択等があります。労働時間短縮のため、残業時間の見える化、ノー残業デー、有給休暇取得奨励等があります。このほか、部下のワーク・ライフ・バランス（以下、WLB）を支援するイクボス育成、D&Iを推進した組織の評価、育休前後の面談、育休復職者への社長からの応援メッセージカード贈呈、託児所の整備、ベビーシッター利用料の助成等の例があります。

設備の改善では、工事現場での女性用トイレや更衣室の整備等があります。

Q2-10 外国人で、言葉が通じないことがあるため、社内や客先とのコミュニケーションをどのようにとればよいでしょうか？

A 技術的な話の場合、英語での専門用語を使用して、**わかり易く伝える**ことが大切です。**絵にして伝える**ことも効果的だと思います。伝わっているか不安な場合は、確認のメールや議事録の共有を積極的に行うとうまくいくことが多いです。コミュニケーションという点では、まず、挨拶だけでも、相手の言語で行うと良いと思います。

Q2-11 実務経験とはどのような仕事のことを言うのでしょうか？ 職場経験？ 現場経験？ また、1年目の仕事内容はどのようなものですか？

A 技術士第二次試験受験資格という実務経験とは、「科学技術（人文科学のみに係るものを除く。）に関する専門的応用能力を必要とする事項についての計画、研究、設計、分析、試験、評価（補助的業務を除く。）又はこれらに関する指導の業務」となっています。職場、現場は問いません。

1年目の仕事は勤務先によって変わりますが、基本的に先輩などから教えてもらう部分的で比較的易しい仕事と考えられます。できるだけ知識・見識を広めていくことが大切です。経験を積むに従い、より高度な仕事、全体的な仕事を並行して、かつ自立して行うようになります。また、大学院を出ている場合、最大2カ年を実務経験として参入することができます。

Q2-12 「働き方改革」に従うため、若年層は仕事を多く任せてもらえません。そのため、基本給が少ないまま、経験や勉強の機会を得られない状態になっており、将来への不安がぬぐえません。

A 「働き方改革」を推進している残業が少ない職場の場合は、終業後に資格の勉強をしたり、業界の研究をしたりする時間を設けると不安の解消のみならず、自分の武器を磨くことができます。

また、**日頃から試験を意識して仕事に取り組む**こと、今何が問題となっているかなど常に新しいことにも目を向けることや技術士会の CPD 行事に参加することで、勉強の機会と仲間を得ることができます。

Q2-13 現在、社内で技術士が一人も居ません。もし技術士になれた場合でも、女性起用が思うようにならないことが考えられますが、どのように関わっていけば良いのでしょうか？

A 女性に厳しい職場にいてあきらめたくなることもあるかと思います。一方で上司によっては、昇格への対象とされることもあります。**実力をつけて準備をすることで自ずと認められる**でしょう。また、社外のネットワークを作ったり、講演の機会をもらったりすることで実力をつけることができます。

難しい資格だと職場で認知されているならば、取得したほうがよいでしょう。

Q2-14 技術士として、お客様や部下などに説明するとき心がけていることはなんですか？

A 相手の方に合わせて説明することです。話していると話の内容が変化してくるので、**相手の方が何を求めているのかを的確に把握**して説明するとよいでしょう。自分が分かり易いと思った方法で説明し、相手が理解したかを確認する。更に新人でも理解できるように説明する、基礎的な理論を理解してから説明する等、あいまいな表現がないように、丁寧に説明するとよいでしょう。

また、結論のポイントを説明し、相手の反応を見て会話をしていくことも大切です。

Q2-15 責任の重い仕事が増えることや責任ある立場になった際、単身赴任の可能性が想定されますが、仕事か家庭かどちらかを選択することになった場合どうしますか？

A 会社の制度として、辞めざるを得ないような単身赴任命令は控えられると思われます。どれくらいで戻れるのかを会社に提示してもらうことは重要で、「2年以上なら辞めます」などと伝えることも効果的です。

社内結婚で異動になった場合、半年以内位に同じ支社に異動させている会社もあります。そのため最近働き続けるうえでの異動ハードルは低くなっています。

夫婦でも事前に話し合っておくと良いでしょう。一つの例を挙げますと、私の場合は夫の異動について行った経験があり、別の会社ではありますが、転勤先近くの会社に転勤できるように配慮いただけました。

Q2-16 公務員で技術士の立ち位置を知りたい。周囲の技術士資格に対する認識や扱いは？

A 技術士の資格取得によって相応の業務ができる能力の証明に役立ちます。内部に技術士会がある官公庁もあるので、技術士の資格を取得しましたら有効に活用するとよいでしょう。

Q2-17 入社して間もないこともあり、現場での存在意義を感じられていない。この先どのように立ち回れば良いでしょうか？

A 頼まれたこと+ を頑張ってみてください。

自分の力を発揮できる場所を見つけ、現場作業以外のところでフォローしていくと良いでしょう。例えば、周りの人の動きを良く見て次に何をするのかを観察して、できることを実行してみましょう。

また、「 をやります」などのコミュニケーションをとることも重要です。一方で無理に立ち回ろうとする必要は無く、重い物を持つなど、負荷が大きいときは周りに頼ることも重要です。

Q2-18 マルチタスクをこなすコツは？

A 今置かれている状況のテーマだけでなく、他のテーマも聞いて見ましょう。

仕事の進め方を工程表などでとらえて、自分が行う作業をクリティカルパスにすることで、相手に仕事をお願いして相手から帰ってくるまでの時間が空き時間になります。この時間を利用して別の仕事を行うことができます。

また、**自分の中に優先順位を作る**ことで、複数の事が重なったときの判断に迷うことが少なくなります。間違いが発生しないように、分散タスクと優先度を決めるとよいでしょう。

優先度が上がってきたら取り掛かるという方法もあります。一方で、仕事と子育てでマルチタスクの状況になる場合は、何か捨てる必要が生じます。そのようなときは、**早い段階で他の人をお願いすることも大切です。**

Q2-19 子育てなどで現場にでられないときにどのように対応しますか？

A **一人で悩まずに上司や会社（勤務先）に相談することが大切です。**現場に出られない理由、状況（出来ること・出来ないこと・避けたいこと）を具体的・論理的に伝えましょう。「周りは理解してくれない」と感じることもあるかもしれませんが、「わかってくれない」のではなく、「わからない」のです。**状況を明確に伝えることで、お互いに理解**あつて業務のマネジメントをすることができます。

家庭内では民間のサービスを利用することも一つ的手段ですし、パートナーにも積極的に関わってもらいましょう。会社でも家庭でも**普段からコミュニケーションを取っておく**ことが大切です。コミュニケーション能力も技術士に必要な能力の一つです。

また、何十年もの間、現場に出られないことはありません。出られるようになったときに頑張れるよう、今できることをしましょう。

学業・キャリア形成に関する質問

Q3-1 学生時代にやっておいた方が良いことはありますか？

A まずは、**学校での勉強をしっかりとすること**です。時間ができたら、見聞を広めるために、いろいろな所に出かけてみましょう。セミナー、研修、趣味、アルバイト。どうしようかと悩む前に、**とりあえず行動**してみましょう。行動して何か得ることができれば、自信につながります。また、就職や進学を有利にするために必要な**資格を取る**こともお勧めします。**社会人になってからでは、試験のための勉強をする時間が取りづらくなります。**

Q3-2 就職するときに、学部卒より大学院卒の方が有利でしょうか？

A 今の就活状況であれば、**自分の考えや能力を確立し技術職で働くためには、大学院に行った方が良い**と思います。**就職先の研修制度が男女の区別なく充実していれば、学部卒も良い**と思います。

Q3-3 アカデミックな研究者になるか、企業に入って技術の仕事をするか迷っています。

A 研究所に入るか学校に残らなければ研究者になれないということはなく、**企業でも研究職に就くことはできます**。選択肢は2つではありません。まずは自分が何をやりたいのかをよく考えてみましょう。

また、**所属先によって勤務・雇用形態が大きく違います**。自分が筆頭となりスポンサーを探して契約する研究者もいれば、会社・団体として顧客から業務を落札・受注する場合もあります。自分のライフプランも含めて進路を決められると良いですね。

Q3-4 就活で特に意識して力を入れたことはありますか？

A **自分のやりたいことは何か、それをできる会社はどこか、真剣に考え探**すことです。そして、アピールできるよう勉強や経験をしっかりと積みます。経験は、**課題を見つけ解決するために如何に考えてきたかを説明できる**ことが大切です。

自分では大したことではないと思っても、他人から見ると評価されることがあるので、アドバイスを受けるようにしましょう。

Q3-5 自分の専攻を活かした職業がどんな仕事かわかりません。また、希望通りの仕事につけるか悩んでいます。

A 就職先の業界が自分の専攻と異なっても、**それまで学んだことが役に立たないということはありません**。専攻で会社を選んでも、**配属先によっては専攻と違う業務に就くこともあります**。

とはいえ、選択肢を増やすことは重要です。**会社説明会はもちろん、インターンシップやOB訪問などの活動を活発に行い、見聞を広め、ここで働いてみたいと思える会社を探して、チャンスを増やしてみたいかがでしょう**。

Q3-6 興味のあることがあまりなくて、どのように将来を考えていけば良いのかわかりません。

A まずは**今いるところで真剣に勉強し、社会の出来事に目を向けてみましょう**。その中で、つながりや問題点を見つけ、それを自分の課題として、研究に結びつけたり、就活に活かしたりしましょう。ひとつひとつ**目の前の問題を解決していくうちに、自信を持って将来を考える**ことができると思います。

Q3-7 女性の活用が遅れている会社において、技術部門への配属が叶わず、営業部門や事務部門になりそうです。どうしたら良いでしょうか？

A **技術部門だけが技術を知っていれば良いということではありません**。営業であれば技術に関して十分説明できる能力が必要であり（技術の理解できる営業担当者は評価が高い）事務部門では特許や市場調査、企画など技術に関係する部署があります。どのような部署に配属されても、**自分の持っている技術力や知識を活用できる場所を見つけて、実力をつけていきましょう**。しっかりと仕事を続けていけば、**きっと誰かが評価し抜擢してくれます**。

Q3-8 仕事をしていく上での悩みや苦勞には、どのように対処しましたか？

A 苦勞や悩みは、**自分で考えてダメなら、周りの人の協力を素直に仰ぎましょう**。社の内外を問わず、**頼りにできる人を見つけておきます**。失敗で落ち込んだときは、誰でも失敗はするものと考え、**同じ失敗は繰り返さないよう学習**しましょう。そのあと、ストレス発散のため、体を動かしたり、食事をしながらおしゃべりしたり、**自分の好きなことをして気分転換**を図ります。**いつまでも失敗したことにこだわらない**ことです。

Q3-9 職場に女性技術者がいません。どのようにキャリアプランを立てれば良いでしょうか？

A **社内のキャリアプラン支援制度**を活用しましょう。例えば、定期的な上司とのキャリア面談に加え、1対1で中堅以上の社員から指導・助言してもらうコーチング、経験豊かな役職者から一定期間、キャリアに関する指導・助言をもらうメンタリング等です。

制度がない場合、ご自身のキャリアプラン（組織からの期待、ご自身の希望、できることに応じて目標を立て、いつどのように行動をするか等）を**日頃から上司にこまめに相談**する機会を作ることをお勧めします。上司に話しにくい場合は、先輩など、経験豊かで自身の悩みに共感してくれそうな方をお願いするのもよいでしょう。

仕事と子育ての両立不安が大きな場合は、男性であっても、仕事と育児・介護・看護等を両立して働いている方からの助言が役に立つかもしれません。

ロールモデルがいると、将来の姿を考えるヒントが得られます。男性であっても、仕事を効率的で正確、アイデアが豊富、WLBを大事にしている、顧客の信頼が厚い、いつも笑顔で癒されるなど、一部分を取り出し、ご自身のパーツモデルにする方法もあります。

さらに、社外で女性技術者のロールモデルや相談者を見つけることもお勧めです。積極的にロールモデルに出会えそうな社外活動に参加し、ネットワークを広げていきましょう。

Q3-10 技術士資格を所有することで、女性のキャリアアップを後押しできますか？

A 昇格と言う視点では、所属する組織で、技術士が求められているか否かによります。人生におけるキャリアという点では、資格があるということは、転職などで新しい職に就く場合に有利に働く可能性が高いといえます。また、技術士は、様々な分野の方とのつながりを持つことのできる仕組みのある資格ですので、自分自身のスキルアップには向いており、キャリア形成のチャンスを見いだしやすいのではないのでしょうか。

Q3-11 女性だからという理由で雑用が多く、キャリアアップに差を感じる。出産育児で休むと、キャリアにひびくのではないかと不安。技術士取得も無理ではないかと思う自分に自己嫌悪を感じます。

A 雑用と思われることでも、見方によってはスキルアップにつながることもあるかもしれません。技術士に求められる**問題解決能力に繋がるような対処の方法**がないか、一度考えてみてください。ただし、(現在ではだいが改善されてきてはいると思いますが、)明らかなジェンダー不平等と思われる雑用であれば、きちんと自分の意見を会社に伝えてみてはいかがでしょうか。そのためにも、技術者として歩んでいく姿勢を持つことが大切です。

出産や育児によるキャリアへの影響は、多くの女性技術者が直面することだと思います。それでも効率的な時間管理や、コミュニケーション能力とそれに伴うリーダーシップの向上など、プラスの側面も多くあります。現在では、男性の育休を積極的に推奨している企業も少なくありません。スキルアップやキャリア形成において男性優位の企業はまだありますが、**技術者になるという目的に対してぶれずに自分磨きを進めてください**。焦らずに、育児も仕事もすべてチャンスと思って楽しんでみてはいかがでしょうか。役に立たない経験はありません。

Q3-12 女性キャリアの阻害要因は何か。その人自身にキャリア志向がないというよりも、おかれている状況がそのように思わせているのではないのでしょうか？

A 男性は家族を背負っているから、という理由で女性より男性を昇進・昇格させる上司・会社は未だにあるかもしれません。しかし、現在では家族のスタイルは多様化していますし、第一に昇進や昇格は能力で判断されるべきことです。また、無意識のうちに男性の方が仕事の能力があると思込まれている(無意識の偏見、アンコンシャスバイアス)場合に、女性がキャリア志向を持つことを精神的に阻害されるケースがあるかもしれません。

すべて根拠のない偏見ですので、気にせずに自分の目指す道を進みましょう。**業務上の役割を一つ一つしっかり務め、常に研鑽して技術者としての資質能力を身に付けていく**ことが大切です。キャリアはその後から自ずとついてくるものです。

Q3-13 転職の経験はありますか？資格はそのとき役に立ちましたか？

A 転職の際に資格がかならず有利に働くとは保証できませんが、技術士資格が役に立ったという事例は、しばしばあります。なお、やみくもに転職というケースは少ないかと思われます。転職しようとする企業がどのような技術者を求めているか、自分の持っている資格がどのような企業で役に立つかはしっかり確認する必要があります。

Q3-14 大学生から技術士を目指す際の初歩的な一步は何をすれば良いでしょうか？

A 学生時代は、人生で一番学びに集中できる時間です。まずはしっかり学業に取り組み、専門知識を習得してください。国際化が進む現在では、技術者が海外で活躍することもできますので、語学力を身に付けることも大切です。そして、**学生のときに技術士第一次試験に挑戦**して合格することをお勧めします。理由の一つは、専門分野に関する視野が広がること、受験の過程で自分の実力（弱み・強み）を整理することができ、さらに求められる能力との差を知ることができることです。また、就職活動において、第一次試験に合格したことをアピールできる、技術者として仕事に取り組む姿勢の評価に繋がります。

是非、第一次試験にチャレンジ・合格し、修習技術者として修習に励んでください。なお、「修習技術者のための修習ガイドブック - 技術士を目指して - 第3版」を参考にすることをお勧めします。

Q3-15 仕事をしてから結婚するのが良いのか、結婚してから仕事に力を入れる方が良いのか。どのようにキャリア形成を考えれば良いのでしょうか？

A 仕事をコントロールできるようになってから子育てする方が、多少余裕ができるということもあります。ですので可能であれば、就職して早い段階で仕事の要領を覚え、資格を取得し、その後に出産・育児をすることをお勧めします。

また、仕事でも家庭でも「100点の定義」は、人それぞれです。あまり、高い理想を100点とするのではなく、家庭も大切にして、無理のないように仕事を行うことも重要だと思えます。

将来を見越して考えることがキャリア形成に有利ですので、無理をせずに、計画的・戦略的に研鑽を行うことがよいと思います。そのような考えを持っていると仕事へのモチベーションも変わるので、いろいろなことを早く吸収できます。

Q3-16 キャリアアップとスキルアップで心がけていることは何ですか？

A スキルアップは、生涯継続する必要があります。そうすることで、キャリアは後から付いてきます。たとえ現時点で思うようなキャリア形成に繋がる経験ができていない状況であったとしても、**小さなことでも課題を見出して改善していく**姿勢が大切です。そのことを見ている人は必ずいます。そして、これまで経験したことのない業務を経験できるチャンスがあれば、積極的に取り組んでください。そのうえで第二次試験に合格し、技術士となればさらに新しいキャリアを積むことができます。業務を漫然と行うのではなく、常に問題解決を意識して取り組むことが重要です。身近なところでは、技術士会の研修会などで発表できるまでのレベルとなることを目標に設定し、資質能力を高めてはいかげしよう。

Q3-17 キャリアプランとプライベートとのバランスの取り方は？

A キャリアプランを学生時代に考えたことのある人もない人も、プランと現実が異なる場合があると思います。この道へ、と考えて就職した後に別の分野に配属されることや、望む分野に配属されたとしても、結婚や出産、介護などのライフイベントに伴って、多少の方向転換が必要な場合もあります。とりわけ、今は先行きの不透明な VUCA (Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity) の時代です。想定外のこともあり得るかと思えます。そのようなときでも、技術者・技術士という一つの軸を持って、臨機応変に立ち向かうことで道は開けます。昔は工業系で女性の採用枠がありませんでした。それでも、そこからキャリアをスタートさせた、定年退職後に技術士事務所を立ち上げた、などの例もあります。技術者に限らず、プラン通りにいかないことの多い世の中ですが、オンオフをしっかり分け、仕事とプライベートのバランスを取ると良いと思います。

Q3-18 高専生ですが、医療系の進路を考えています。技術士に通じますか？

A 技術士の 21 の分野には医学（と建築）は含まれていませんが、機械工学や衛生工学、生物工学など、医療に必要な、関連する部門があります。例えば、「介護の経験から、車椅子、介護補助器具、の良いものを作れば多くの人の役に立つと考え、機械工学に進む」「医療系の仕事を通じて何かアイデアが出たときに、実現するために技術士を目指す」という考えもあります。すべて「人を助ける」ことに繋がります。

技術士になろうとしたときに備えて、早いうちに第一次試験に合格しておくとうれしいでしょう。

ワーク・ライフ・バランス、その他の質問

Q4-1 家庭と仕事の両立はできますか？ どんな工夫をしていますか？

A 両立は可能です。ただし、長時間残業は家庭生活に支障をきたすこととなります。会社に長い時間いることが会社への貢献ではありません。長時間残業をしなくても、成果を出せるような仕事の仕方を心懸けることが大切です。やるべき事に優先順位をつけて、時間管理ができるようになるといいですね。子育ては、自分一人で抱え込まず、家族・地域の協力を得たり、各種サービスも利用したりしましょう。

Q4-2 出産を優先して一時休業したら第二次試験合格が遠のきそうな気がします。アドバイスをお願いします。

A 休業中に育児をしながらでも受験勉強はできますし、そのように努力して合格した女性もいます。確かに、休業によってキャリアが中断してしまったり、そのまま退職、転職したりしてゼロからの再スタートになってしまう場合もあるかもしれません。それでも、自分が何を優先したいのかよく考えて選択した答えなら後悔はないのではないのでしょうか。

Q4-3 ワーク・ライフ・バランスについてアドバイスをお願いします。

A 環境が変わっても柔軟に対応できることが大事だと思います。また、周囲のサポートも欠かせません。信頼関係を築けるような態度で日々の業務を行っていきましょう。自分一人で抱え込まないで職場や家族など、周りを巻き込む、そういう体制を自分で作っていきましょう。また、育児などの経験は、業務におけるコミュニケーション能力の向上に繋がることもありますので、前向きに考えましょう。

Q4-4 男性のスーツと同じようなフォーマル感がある服装の選び方はどうすれば良いでしょうか？

A 自分の周りや海外のニュース、ドラマ、講演会などの動画を見て、「プロフェッショナル」に働いている人たちの服装を参考にしてみましょう。

Q4-5 時間の上手な使い方を知りたいです。

A まずは、**やらなければならないことの優先順位と締め切り**をはっきりさせましょう。そこから、できれば**余裕のあるスケジュールを組み、前倒しで取り組み**ましょう。そうすれば、飛込みの案件にも対応できるかもしれません。

また、取組み方は、**できる部分は先にやっておく**。たとえば、報告書、**定型的なことは先に書き**、取っ掛かりをつけておく。すべてが終わった後、ゼロから始めるより、時間をかけずに書き始められます。

仕事ではないかもしれませんが、**家事においては、やらないと決めることも必要です**。「今日は掃除をしない」と決めたら、多少の汚れには目をつむる**思い切りを持ちましょう**。その分、子供といっばい遊びましょう。

Q4-6 モチベーション維持の方法を教えてください。

A ことばは悪いですが、「**目の前にニンジン**をぶら下げて走る馬状態」にすることです。「ニンジン」は、年代によって異なるかと思いますが自分の「ニンジン」を早く見つけてください。これをやり遂げれば「良い評価がもらえる、自分の知識が広がる、お給料が上がる」や、これを終えたら「旅行に行こう、好きな本を読もう…」など、いろいろあると思います。また、同じ目標を目指す仲間づくりをするもの効果的でしょう。共に歩む仲間の様子や励ましがモチベーションの低下したときに前に進むための原動力となります。

Q4-7 結婚による苗字変更にどのように対応しましたか？

A 全員に当てはまる「正解」はありませんが、次のように対応した先輩がいます。



戸籍上も仕事上も変更した

結婚時点ではまだ責任のあるポジションや大きな実績はなかったので、旧姓にこだわる必要がありませんでした。



戸籍上は変更し、仕事では旧姓

旧姓で論文などの実績があり、同一人物と認識してもらえなくなると困るので、旧姓を名乗っています。

Q4-8 家族の介護問題をよく聞きます。仕事と介護をどのように両立していますか？

A 基本姿勢は「頼る」です。働きながら介護することは、物理的にも難しく、頑張るほど負担が増えて介護の継続が難しくなります。そこで、職場、自治体の相談窓口や福祉事務所、福祉サービス事業所などすべてを頼り、両立に縛られずに仕事ができる環境を整えましょう。

介護では「自分がやらなければ」「不調などのわずかなサインに気づくのは自分だけ」そんな責任感から、無理をしてでも“仕事も家族の介護も”とがんばってしまいがちです。しかし、**一人でやれることには限りがあります**。第三者に委ねることに不安はあると思いますが、頼ることはお互いのためです。物事に優先順位をつけ、時には手抜きで時間確保、気分転換も大事だと思います。

Q4-9 ライフイベント（出産・育児・介護）と仕事の両立に関して、事前に備えておくべきことはありますか？

A さまざまな変化に対応できるよう、余裕ある環境を作っておきたいですね。

- ①精神的余裕：頼れる人・団体、気分転換できる手段、「善後策を講じたら、あとはよくよしない」
 - ②時間的余裕：物事に優先順位をつける、便利グッズを駆使する、手抜きは悪いことではないという意識を持つ
 - ③金銭的余裕：①や②が行き詰ったときの緊急対応として持っておく
- そして、さまざまな出来事をコントロールしていけるよう、試行錯誤しながら、自分の判断力や行動力に自信をつけていってください。

Q4-10 悩みというわけではありませんが、「女性」が強調されすぎていて複雑な心境です（ありがたいこともあります）。

「女性」のいることが「あたりまえ」になるまで、自分たちはただ働くだけではなく、何ができるのでしょうか？

A 今までしていなかった業務でも自身が可能だと思える仕事は積極的に引き受け、体力的に無理なことは相談し譲歩してもらいましょう。後に続く後輩のことも考えながら、女性の働く環境をさらに整えていくとよいのではないのでしょうか。

男性と同化することを目指すのではなく、違っている点・個性を活かすことで、新たな発想が生まれます。より良い仕事に結びつくという実績を積み重ねていくことにより、あたりまえに必要なとされていくのではないのでしょうか。

Q4-11 女性が活躍できる社会だと思いますか？

A 結婚、出産等のライフイベントを経験しても働き続けることが当たり前になってきている、また、男性しかいなかった職場に女性が進出するなど、以前に比べると女性が活躍できる機会は増えているように思います。ただし、女性が管理的地位に就く割合は世界と比べてまだまだ低い、理系に進む女性の割合が低いなど、十分とはいいがたい面も残されています。「女性は理系に向いていない」「家事は女性の仕事である」などの女性に対する無意識の思い込み（アンコンシャスバイアス）を取り除くなど、今後も改革を続けていく必要がありますね。

特に、エンジニアという仕事は、技術を社会に役立てることであるため、**世の中の半数を占める女性の視点は、非常に重要**であると思います。自身の考えを大切に、積極的に関わっていきましょう。

Q4-12 配偶者の転勤が不安です。

A 配偶者に限らず、自身の転勤も起こりうるものと考え、もし転勤があった場合、「転勤先についていくのか」「単身赴任してもらうのか」などどのような生活がしたいのか、可能なかを一度話し合っておくことで少し安心できるのではないのでしょうか。また、実際転勤が決まったら、会社・上司・ご家族など周囲に相談してみるとなんらかの助けが受けられることもありますので、あまり心配なさらずに日頃から良い関係を築いておくとういでしょう。

企業ではまだ少ないですが、「帯同制度」を設けているところもあります。

Q4-13 女性で長年勤務されている方がいない中で、長く勤務されている方の話を聞きたいです。

A いくつかの話を紹介します。

- ・子どもが生まれてからは仕事の時間に制限ができるが、逆に家に帰る理由となるので、勉強の時間を作ることができるなどプラスに考えてその時期を過ごすとうい。
 - ・優先度を変えながらコツコツ進めることを強みにして、その時々に合わせて働き方を変えていくことが長続きの秘訣。
 - ・最近では出産後も継続して働く女性が増えており、多様化していると体感しているので、自身の価値観にあった働き方が実現できるよう仕事を進めていくとうい。
 - ・**一人で仕事を抱え込まず、他の人にも自身の仕事を共有しておく**など、夫婦、会社で支援できる仕組みを作っておくとうい。
-

Q4-14 育児休業中は何をすれば良いでしょうか？

A 子どもに手がかかる時期は、長い仕事人生のうちのほんの一時期です。その時期を大切にし、思い切り子供に向き合うのがよいでしょう。休業することによる仕事への支障はないため、安心して子育てを楽しんでください。また、自分の時間を大切にすることが重要で、時間に余裕があれば、今後のステップアップために利用するのもよいでしょう。専門誌や学会誌で最新の技術情報を読む、オンラインで学会や講演会へ参加するなどして、知識を補充するのもよいでしょう。

Q4-15 子供が生まれてから、仕事はどのように変わりましたか？

A いくつかの例を紹介します。

- ・研究部門に移り、一人でできる分野が変わった。
- ・育休は一年で、復帰時面談後、職場移動となった。
- ・職場は選択できず、研究所内の移動となり、かえってハードな職場となった。
- ・夫が帰宅後、職場に戻って仕事をしたりした。
- ・子供の病気の対応ができず、夫の両親と二世帯住宅にした。

などなど、子どもが生まれると今までと全く同じように仕事ができなくなる方も多いですが、皆さん何らかの工夫をして乗り越えていらっしゃると思います。しかし、**子どもに手がかかるのは一時と割り切って、一人で抱え込みすぎず、周囲の方々の協力を得ながら、乗り切ってください。**

ところで、子育てがあるからといって一人でできる仕事ばかりになってしまうと、キャリアアップの機会を損なう懸念があります。チームで仕事を進めるには、相手のことを尊重しつつも自分の気持ちを伝えるアサーティブ・コミュニケーションが重要です。そこで、**子育ての時期は周囲と調整しつつ仕事を進める能力を伸ばす機会**ととらえ、必要以上に一人でできる仕事ばかりにならないようにしましょう。また職場にとっても、子育てだけではなく介護など、仕事と家庭を調整しながら働く人のいることはめずらしいことではありません。そのため、子育てをしている人のアサーティブな行動は、職場風土にプラスになります。

Q4-16 夫婦間の家事育児の担当割合は？

A 家事育児の担当割合は様々です。子どもが産まれた直後の母親の担当の多い状態から、分担の割合を変えていくことに難しさがあるかもしれません。

ところで今の時代は、人生の中で働く期間がのび、学び直して仕事の内容が変化する時代です。家事育児を多めに担うのは妻か夫かということの逆転する時もあるかもしれません。夫婦で相談し、分担をスムーズに変える**知恵を出し、調整しながら、分担**していきましょう。いくつかの例を紹介します。

- ・仕事だけでなく子供の予定などを含めた**家族のスケジュールを共有**した。結果、急なお迎えにどちらが対応するか判断しやすくなった。
- ・発熱や怪我など、急なお迎えの対応を分担できるように備えた。
- ・緊急連絡先を夫にした。結果、実際には妻がお迎えに行くにしても、夫が最初に連絡を受けることで、家族の状況を把握でき、意識や行動に変化が生まれた。
- ・**時には家事分担を交換**してみた。結果、夫も一人ですべてできる状態がつかれ、急な残業や出張時に対応できた。
- ・保育園の送り迎えを分担し、夫婦で働く時間をずらした。妻は早朝より仕事をし、夫が朝の家事を担って保育園へ送るようにした。その結果、夫が育児に必要な情報を知る機会となり、妻しか知らないことを減らせた。
- ・家事育児をしやすい場所へ引っ越した。
- ・キャリアモデル集 p.39 に、夫婦のタイムスケジュールの例があります。

https://www.engineer.or.jp/c_cmt/danjyo/topics/006/attached/attach_6979_1.pdf

Q4-17 出張や転勤とライフイベントとの両立はできますか？

A **自分の生活を犠牲にするのではなく、正直に相談**することが近道です。

出張に関しては、「パートナーと協力する」「子どもの預け先を見つけておく」「仕事内容を共有しておく」など、日頃から準備しておくとういですが、それでも難しいときは「出張を控えたいと伝えれば、少なくすることができた」という例もあります。また、結婚に伴う移動に関しては、会社に相談して転勤し、結婚もされた例があります。

< 男女共同参画推進委員会メンバーの紹介 >

委員

石田 佳子（委員長 衛生工学/建設/総合技術監理）

小牛田 尋志（副委員長 理事 情報工学）

小林 進（副委員長 情報工学/総合技術監理）

青山 治彦（建設）

高橋 健一（建設/総合技術監理）

飯島 玲子（建設/総合技術監理）

高橋 裕二（農業/総合技術監理）

池田 紀子（応用理学/総合技術監理）

武井 加代子（建設）

大原 良友（機械/総合技術監理）

武井 遼（経営工学）

岡野 利之（水産）

中田 よしみ（原子力・放射線）

加藤 亨（情報工学/総合技術監理）

沼澤 朋子（経営工学）

神下 栄（建設/総合技術監理）

原田 敬美（建設）

北浦 直子（建設）

林 雅弘（情報工学）

笹尾 圭哉子（上下水道）

廣瀬 由紀（情報工学）

嶋田 弘僧（情報工学/総合技術監理）

福井 剛史（化学）

瀬尾 弘美（建設/総合技術監理）

委員補佐

荒井 美帆（修習技術者 機械）

佐藤 佳乃（修習技術者 農業）

角田 ふで子（環境）

佐野 愛美（修習技術者 応用理学）

亀田 佳代子（情報工学/総合技術監理）

野方 美歩（機械）

黒木 みつ子（修習技術者 環境）

平塚 由香里（電気電子）

古賀 沙織（資源工学）

山本 直樹（修習技術者 農業）

Q&A 集

- 技術者及び技術士を目指す方へ -

2022年9月5日 第2版

編集 公益社団法人 日本技術士会 男女共同参画推進委員会

発行 公益社団法人 日本技術士会

〒 105-0011

東京都港区芝公園 3-5-8 機械振興会館

TEL (03) 3459 - 1331 / FAX (03) 3459 - 1338

URL <https://www.engineer.or.jp/>



