

相談例1

●キャリア形成に関すること

・専門職員として自信を持ってやってきたのだけれど、最近、先行きについて悩んでいる。周りには、ロールモデルになる人もいない。最近彼から、結婚をほのめかされているけど、結婚・妊娠・出産に対して不安を持っていることなんて全く分かってない様子。この専門で、頑張っていきたいと考えてここまで進んできたけれど、キャリアアップするためには、大学院進学も考えていて、深刻ではないけれど、少し迷いが生じています。

↓

仕事を継続していく中で、女性が抱える悩みは多様です。迷いを話すことで整理できることもあります。大したことはないと思わず、お気軽に、ご連絡ください。

相談例2

●職場の人間関係に関すること

・最先端の現場を支える職場に憧れて就職した。けれど、入る前に思ってなかった職場でのしがらみを見るにつれて、疲れている自分がある。私は自分勝手なんでしょうか？

↓

実際に働き始めると、職場の中で生じる問題に悩むことは多いです。その中でも、最もよくある悩みは、「人間関係」ともいいます。一人で悩まずに、是非ご相談ください。

相談例3

●子育て・家事との両立に関すること

・小さな子どもがいる中で、忙しい職場に復帰して、それまでは感じていなかった負担を感じている。仕事も大事だけれど、子どもとの時間をとれないのは辛い。突然の保育園からの呼び出しに怯えている自分がいて、以前と違って、仕事が楽しいと思えなくなっています。同じような立場の人もいなくて寂しいです。

↓

育休を取った後で復帰した時に、これまでとは違った働き方について工夫をしていく必要があります。まずは、その気持ちを話してみてください。それから、一番良い方法を一緒に見つけていきましょう。

相談例4

●結婚・妊娠・出産に関すること

・妊娠して、上司に報告をしたが、どうも雰囲気が悪くなっている。所属する部署にはそれまで妊娠中の人はいなかった。つわりもきつくなってきて、業務軽減も申し出たいけど、これ以上悪い印象を与えたくない。上手く対応できる方法はあるかしら？

↓

つつい職場環境の雰囲気に流され、妊娠中も頑張りすぎてしまうことがあります。昨今、働く妊婦が無理をしないで仕事が継続できる支援制度があります。ご相談ください。

相談例5

●研究現場での悩みについて

・職員として、研究現場に関わる中で、研究者である上司との考え方の違いに戸惑うことがある。業務時間外に仕事のことを言われることもあると、さすがに困ることもある。そういった職場だから仕方ないのかもしれないが、余りにギャップがあると続けていける自信をなくしてしまいます。

↓

研究者との勤務体制の違いや、それまでの労働環境の違いもあり、「これってどうなの？」と思うことはあるでしょう。最初は些細なことだからと思って過ごしていると、時に問題になることもあります。最悪の事態を避けるためにも、大したことはないのだけど気になる時は、まずは、お話を聞かせて下さい。

悩みは、人それぞれです。とりあえず「相談室を覗いてみようかな」という動機だけで十分です。あなたの課題と一緒に解決できるかどうか、まずはドアをノックしてみてください。(予約すると確実です！電話やメールでのご相談もお待ちしています。)

※相談者のプライバシーは厳守いたします。

《相談の流れ》

Step1

- ・E-mailまたは電話でご連絡ください。ご連絡の際、下記をお知らせください。
- ・お名前・ご所属
- ・相談内容(短文で結構です)
例:職場での上司の対応について
- ・ご希望の相談日時
例:10日の17時からでもいいですか?

Step2

- ・予約相談日時のご返信をします。
(平日は当日、休日は翌開室日にお返事します)

Step3

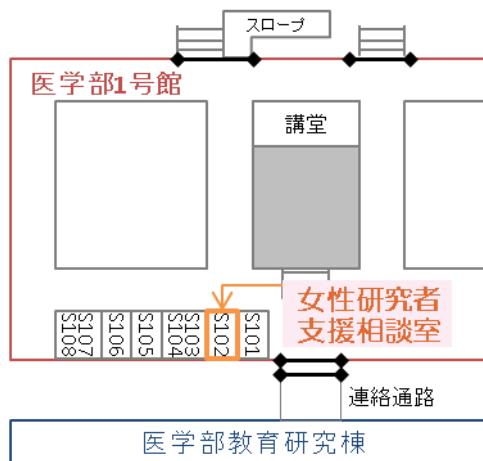
- ・予約時間に女性研究者支援相談室にお越しください。
お話を聞き、対応いたします。

Step4

- ・相談に応じ、情報提供、次回、相談の手続きをいたします。

女性職員のご相談も お待ちしております！

女性研究者支援相談室では、
「東大で、仕事を続けていきたい！」
と思うあなたの仕事と育児・家事の両立に関する悩みの相談を中心にサポートいたします。「研究者じゃないのだけれど・・・」と迷わず、ワーク・ライフ・バランスに困ったら、是非、お越しください。



専門相談員：山口 喜志子

Tel : 03-5841-1707(内線 21707)
Email : AdviseWR.adm@gs.mail.u-tokyo.ac.jp
URL : <http://kyodo-sankaku.u-tokyo.ac.jp/>

男女共同参画室
Office for Gender Equality



女性研究者支援 相談室

日ごろ、少し自分を悩ます問題「気になっているけれど、こんな相談できる人はいない。我慢すればなんとかなるかな」と無理していませんか？

女性研究者支援相談室(本郷)

開室：平日(月曜～金曜) 10:00～17:00

↑ 面談相談はご予約ください。

時間外の相談も調整いたします。

場所：医学部1号館 1階 S102室

《日時変更される時があります。HPをご確認ください》

<http://kyodo-sankaku.u-tokyo.ac.jp/advising/>

