

# できるときは多少の無理もOK! オンとオフの切り替えも大切に

宗像瑞恵 熊本大学大学院自然科学研究科准教授

工学系（機械システム工学）

## 大学で助手として勤めながら 博士課程にて研究を

理学部卒業後、研究室の先生の勧めで、畑違いの工学部助手として勤めることになりました。当初はこんなに長く勤務するとは考えも及ばず(笑)、目の前のことに必死で取組む日々をひたすら送っていました。尊敬する恩師の支えをいただき、大学で働きながら、博士後期課程に在籍して5年後に博士(工学)の学位を取得しました。その後は『流体工学』に関する研究に携わり、テーマにむかって、学生と日々格闘しています。

現在は主に、災害支援や捜査・監視を目的とした無人飛行体の開発や、次世代型半導体製造装置の開発などを行っています。無人飛行体の開発では、狭いところも自律して自在に飛行でき、状況を把握するために画像や音声などの情報を収集し、長時間静かに飛行できることを目指しています。

一人暮らしであるため、ワークライフバランスはすべて自分次第!後悔しない程度に「やれる時にやれるだけやっておきたい」をモットーにしています。しかし、年々仕事量は増えてい

く一方なので、本質を見失わずに効率をあげることが当面の目標です。

## 何事にもベストを尽くす快感と ワクワク感を大事に!

仕事に全力を注ぐ上で最重要となるのは「情熱と体力」。これらを維持するための自己管理をもっと気をつけなければ、と思うこともしばしば。そのためにもオンオフの気分の切り替えを大事にしています。ポイントは次の3つ。まず「無心になって楽しむこと」。私の場合はテニスや茶道、音楽鑑賞が趣味なので、やる時は思い切り楽しんでやっています。次に「ワクワクすること」。例えば学会などいつもとは違う街に行くことや、研究を含む「妄想」、ライブなどにも出かけます。そして「質の高い睡眠」。これらは心身のために必要不可欠です。

みなさんの中で、もし何が自分に向いているのか、何をしたいのかわからないという人は、まずは目の前のことに一生懸命取り組むこと。そしていろんなことにチャレンジすることです。外の世界をよくみて自分の考えを持った輝く女性になってください。



Mizue MUNEKATA

理学部 ② 大学教員  
博士課程(工学) ② 大学教員

教授の進めで工学部へ何事にもチャレンジです

### One day

- 7:00 起床
- 8:10 1限目の講義のため大学へ  
(講義がない日はもう少し遅い)
- 8:40 就業→講義・ゼミ・実験・研究打ち合わせ・会議など  
(合間に夕食)
- 22:00 終業(実験や仕事の状況によっては遅くなることもしばしば)
- 22:30 帰宅
- 1:00 就寝

◎座右の銘  
一期一会  
◎大事にしているもの  
人との縁

### profile

むねかたみずえ/熊本大学理学部卒業。1994年より熊本大学工学部で助手を勤めながら、同大学院自然科学研究科博士後期課程修了、博士(工学)取得。その後も流体工学に関する研究に携わり、学生と日々格闘。2004年より熊本大学大学院自然科学研究科助手、助教を経て、2009年4月より現職。



たしなみとして続けている茶道。着物を着て心を引き締める瞬間。これも気分転換のひとつ



最近、女子学生の数が増えてきたことは嬉しい限り



Q.あなたの仕事のよき理解者は誰ですか?(複数回答含む)  
夫(パートナー) 60% 親 43% 兄弟 22% 友人 34%  
同僚 46% 子ども 34% その他 12% いない 7%