丸の内キャリア塾

なりたい自分をデザインする

Marunouchi Career Academy

丸の内キャリア塾とは、キャリアデザインを考える女性のための実践的学習講座です。毎回、キャリアやライフプランに必要な考え方と行動について多面的に特集しています。

Facebookページは　https://www.facebook.com/marunouchi
Twitterアカウントは　https://twitter.com/_marunouchi_

LECTURE
178
2017 June

【インタビュー】

ユーチューブクリエイター、ビデオブロガー　**吉田 ちかさん**

自分にできること問い続け 英会話動画投稿サイト運営

動画投稿サイトで登録者約86万人の英会話チャンネル「バイリンガール英会話」が人気だ。企画から出演、撮影、編集まで手掛ける吉田ちかさんは、小学校から大学まで米国で過ごした帰国子女。大手コンサルティング会社、サロン経営などを経てクリエイターとして独立した。「自分にできることは何か」を問い続け、新しいことに挑戦する吉田さんにこれまでのキャリアや語学力アップを目指す女性へのアドバイスを聞いた。

ユーチューブクリエイター、ビデオブロガー
吉田ちかさん

よしだ・ちか　ワシントン大学ビジネススクール卒業。2011年から動画投稿サイト・ユーチューブで英語学習コンテンツ「バイリンガール英会話」を開始。再生回数は1億3100万回（17年1月現在）にのぼる。14年からは「Chika's Japanagos Channel」を開設。世界に日本文化を発信している。

インタビュー

動画発信にやりがい 迷わず退職し独立

吉田　小学校1年生から大学を卒業するまで、父の仕事の関係で米国に住んでいました。現地でネイルサロンを開くのが夢だったので、就職活動はほとんどしていません。でも「このまま実家暮らしで良いのだろうか、自立したほうがいいのでは」と不安にかられ、「日本に行ってみたら」という父の助言もあり、帰国しました。

当初、日本で暮らすことは考えていませんでしたが、たまたま出かけたキャリアフォーラムで知ったコンサルティング会社に就職。とはいうものの、16年の海外生活を経て日本に戻ったばかりだったので、入社当時は日本語に苦労し、ビジネスや飲み会での速いテンポの会話についていくのは大変でした。

入社間もないころ上司に「今後日本で仕事をしていくつもりなら、まずは日本語をしっかりと身につけたほうがいい」と言われ、英語をほとんど使わない部署に所属していました。帰国子女としては珍しい待遇かもしれませんが、この時しっかりと日本語を使った経験を積み、日本語をきちんと習得できたことは良い経験になったと思います。

在職中からユーチューブに動画を投稿し始めました。友人から英文の履歴書添削を頼まれたのがきっかけです。冠詞の使い方が間違っていたので、それを解決するワンポイントレッスンとして動画を投稿したのが始まりです。

当時、2カ国語でブログを書いていて、動画をアップするビデオブログがあったら面白いだろうな、と漠然と考えていました。アイロンがけとか、何かわからないことやコツを知りたいと思ったとき、動画を検索していたので、動画でアドバイスをすることは私にとって自然な感覚でした。

最初は英語のビジネスメールの書き方、電話の応対の仕方などの動画を頻繁にアップしていました。仕事もしていたので、趣味として撮影した動画をブログやフェイスブックで発信してシェアする程度でしたが、動画制作を通じて、自分が作ったものを世の中に発信することにやりがいを感じるようになりました。

退職し、ビデオブロガーとして独立しようと決めたのはフォロワーも増え、取材や企業からの依頼が来るようになり、「これを仕事にできるかも」と考えたから。いつか起業したい、と思っていたので退職することに迷いはありませんでした。

YouTube
move on, and have fun!
前に進んで、楽しもう！
気にしないでやってみよう！Age is just a number!（#551）
バイリンガール英会話

初級レッスンから上級者向けまで550本以上の動画を配信している

バイリンガール英会話
https://www.youtube.com/channel/UCPlreGCqby4Qg9Vuem5scpw

英語話せる友達感覚で 気軽に制作

吉田　週に2回動画をアップしていますが、企画から出演・制作・編集・投稿・視聴者からのコメント返信まですべて自分でこなしています。私は英語教育を専攻したわけではないし、英語を勉強して習得したわけでもないので、「英語を教える先生」というよりも「気軽に英語を話せる友達」というスタンスで動画を制作しています。投稿サイトは視聴者との距離が近く、本人が楽しんでいないとそれがすぐに伝わってしまう。まずは「自分が楽しむこと」を大切にしています。

普段何気なく話している英語を改めて見直して例文を考えたり、レッスンの材料に仕上げたりするのは意外に難しいのですが、動画のネタ探しに困ることはあまりありません。アイデアは海外旅行で見つけた面白いものや出来事の中から、インパクトのあるもの、視聴者にニーズがありそうなものを選んでいます。

視聴者の属性も少しずつ変化しています。それに合わせて初心者でも楽しめるものや旅行をテーマにした動画も増やしています。

100%成功はありえない 年齢気にせず果敢に挑戦

自宅の作業デスク。企画・撮影・出演・編集を1人でこなす

吉田　当初はビジネス関連の動画配信が中心で、男性ビジネスパーソンの視聴が多かったのですが、今は6割が女性です。女性は語学学習に積極的で、留学経験のある人も多いようです。ただ、一言で英語が話せるといっても、学生英語とビジネス英語は語彙や話す内容も違うので苦労している人もいます。

そんなときは、自分に近い年齢や職種、ポジションのロールモデルを探してみることをお勧めします。金融や法律関係ならカッチリした英語、スタートアップなら少しカジュアルな英語という具合に業界によっても使われている英語は違うものです。身近に語学が堪能な人がいれば、その人のプレゼンテーションや会話をヒントにしてみるのもいいし、自分の立場と近い設定のドラマや映画を見るのも参考になります。

今後は動画制作だけでなく、旅行に関する本を出版したり、海外旅行アプリを開発したりと、チャレンジしたいことがたくさんあります。今まで自分がやったことがないことに挑戦するのだから、100%うまくいくことはありえないですよね。まずはやってみて、少しずつ改善していけばいいのではないでしょうか。動画制作も少しずつ改善を重ね、やっと自分のスタイルが出来上がってきました。

英語のことわざに「Age is just a number.」というのがあります。「年齢なんて関係ない」という意味ですが、日本では何をするにしても年齢にとらわれすぎている面があると感じています。読者のみなさんも「この年で始めるのは遅いかな」なんて気にせず、自分が本当にやりたいことに向かって果敢にアクションを起こしてほしいと思います。

“2万人の鼓動TOURSミュージカル『赤毛のアン』2017” 全国1,500組3,000名様をご招待

エステーは、2017年夏に全国主要8都市公演“2万人の鼓動TOURSミュージカル「赤毛のアン」”のチケットプレゼントキャンペーンを行います。エステーは、一人でも多くの方にミュージカルの楽しさや素晴らしさを伝えていきたいという思いから、1998年よりオリジナルミュージカルを主催し、今年で20年目となります。（「赤毛のアン」は15年目）今年は主人公のアン役に美山加恋さんを迎えて舞台をお届けいたします。ぜひご応募ください。

■公演日：下記ホームページでご確認下さい。
■クイズ：○に入る言葉をお書き下さい。
〔TOURSミュージカル
produced by「○ステー」〕
http://www.st-musical.com/sc/

■応募要項
【応募方法】郵便はがきに ①クイズの答え ②郵便番号・ご住所 ③お名前（フリガナ） ④電話番号 ⑤ご希望公演日程を記入の上、ご応募下さい。
※ハガキの場合はお一人様何通でも応募可（記入漏れ無効）。※6月1日（木）より郵便料金が62円になります。※インターネットでも応募可

【応募締め切り】2017年6月30日（金）（当日消印有効）
【抽選発表】クイズ正解者の中から厳正なる抽選の上、発表は当選者への発送をもってかえさせていただきます。（7月初旬抽選予定）
【注意事項】会場までの交通費などは当選者ご本人の負担となります。小学生未満は入場不可。あらかじめご了承下さい。
【あて先】〒370-8691 日本郵便株式会社 高崎郵便局 私書箱 第111号 TOURSミュージカル「赤毛のアン」チケットプレゼントキャンペーン係

日本最大級の創作絵画コンクール 第16回「ドコモ未来ミュージアム」作品募集中

ドコモ未来ミュージアム

NTTドコモは、全国の子どもたち（3歳以上中学生以下）を対象とした、日本最大級の創作絵画コンクール『第16回「ドコモ未来ミュージアム」～みんなの想像力が、未来をつくる。～』の創作絵画作品を9月8日（金）まで募集中です。募集しているのは、「僕たち私たちの未来のくらし」をテーマに、将来「こうなってほしい」と思うことや「こうしたい」と想像する未来の世界や希望を自由な発想で描いた作品です。最優秀作品には文部科学大臣賞が贈られるほか、各都道府県から1団体を学校賞に選出。応募者全員には「オリジナルドコモダケノート」をプレゼントいたします。詳細は下記フリーダイヤル、またはホームページにてご確認ください。

お問い合わせ
ドコモ未来ミュージアム事務局
0120-353-648（土日祝日を除く10:00～18:00）※ケータイ、PHSからもご利用になれます。
http://www.docomo-mirai.com/（スマートフォン・パソコンから）

「アイサイト」に新機能「ツーリングアシスト」を搭載 最新の先進安全技術を採用し運転負荷を軽減

SUBARUは、ステレオカメラによる前方状況認識と高度な制御で安全運転を支援するシステム「アイサイト」に新機能「ツーリングアシスト」を搭載し、安全機能を大幅に進化させました。「ツーリングアシスト」は、高速道路の渋滞時を含む全車速域でアクセル・ブレーキ・ハンドルを自動制御することでドライバーの運転負荷を大幅に軽減し、安全運転をアシストします。独自のステレオカメラ技術により、幅広いシーンでの安定した運転支援を実現しました。

本年夏発表予定の新型「レヴォーグ」、「WRX S4」では進化した「アイサイト」が全車に標準装備されるほか、「後退時自動ブレーキシステム」や「アイサイトセイフティプラス」を採用。予防安全性能が更に向上しました。

詳 細　SUBARU「アイサイト」スペシャルコンテンツ　https://www.subaru.jp/eyesight_ta/

「HWW　時計の恋人　キッスは手にして・西荻本店」大盛況!

HANDA Watch World
時計の恋人 キッスは手にして・西荻本店

2017年5月に「ハンダウォッチワールド　時計の恋人　キッスは手にして・西荻本店」がグランドオープンしました。

同店舗は同年2月まで新宿のデパートで営業していた「時計の恋人」のリニューアル拡大版で、国内有数の豊富な品揃えが特徴です。セイコーなど国内有名メーカーの商品からスイスの老舗高級時計メーカー「ロンジン」、ミスズが国内初上陸時から販売していた米・NIXONなど、100ブランドを超えるラインナップを常時揃えています。

オープン当日には大勢の人が訪れ、大盛況。オープニングセレモニーで挨拶したミスズ社長の半田氏は「インバウンド市況が落ち着く中、今度は『西荻バウンド』で時計業界を盛り上げていきたい」と抱負を述べました。

店舗のご案内　HWW　時計の恋人　キッスは手にして・西荻本店　東京都杉並区西荻南2-17-8（JR西荻窪駅南口徒歩5分）
03-3332-8755　https://www.misuzu.com

海がきらめく夏、飛鳥Ⅱに乗ってみませんか

飛鳥Ⅱのクルーズは1泊から102日間の世界一周まで。この夏に飛鳥Ⅱを気軽にお楽しみいただくため、1泊2日のワンナイトクルーズ、船上でハワイの雰囲気を感じる2泊3日のHULA ON ASUKAⅡ、伊東の夢花火と鳥羽観光を楽しむ3泊4日の夏休みクルーズなど、期間も内容も様々なクルーズをご用意しています。船上のカフェ、エステ、プールなどで過ごす癒やしの休日はいかがでしょう。

船内の様子や寄港地の美しい風景、出来事などを紹介するフォトエッセイや、紅葉シーズン、クリスマスのクルーズもございます。ぜひホームページをご覧ください。

撮影：中村庸夫

お問い合わせ　郵船クルーズ　045-640-5301（平日9:30～17:00）　https://www.asukacruise.co.jp/

今だけの!「ジョア　手摘みキウイ」

期間限定「ジョア　手摘みキウイ」が好評発売中。

「ジョア　手摘みキウイ」は、ロングセラー商品「ジョア」シリーズで、7月下旬までの期間限定アイテム。キウイフルーツ果汁を5%使用し、キウイフルーツの爽やかな果汁感とヨーグルトのまろやかさがマッチした風味が特徴です。また、「ジョア」はヤクルト独自の「乳酸菌 シロタ株」と牛乳コップ1杯（200ml）分のカルシウムが摂取できる「のむヨーグルト」として世界に先駆けて開発し、1970年の発売以来『確かな健康感』『おいしさ』『楽しさ』を提案する商品です。ぜひ、この機会に試してみませんか?

Yakult
ジョア
期間限定
手摘みキウイ
カルシウム
ビタミンD
乳酸菌 シロタ株

期間限定「手摘みキウイ」

定番フレーバーの4品
上・プレーン／ストロベリー
下・ブルーベリー／マスカット

お問い合わせ
ヤクルトお客さま相談センター
0120-11-8960（受付時間 9:00～17:30 土・日・祝日・年末年始を除く）

世界に誇る日本の職人技術を結集 BARCOS J LINE

ジャパン・ラグジュアリーのコンセプトのもと、日本の職人技術を結集してつくるバッグブランド「バルコスJライン」。

一番人気のデザインは「切り目縫合」を採用したバッグです。二つの切込みを縫い合わせることで、しなやかできれいな曲線を表現しています。同じシリーズのリュクサックは、ショルダー紐を伸ばすと肩掛バッグにもなり2WAYでお使いいただけます。

日本の熟練職人がひと針ひと針丁寧に縫い上げたバッグをぜひ、店頭でお手に取ってご覧ください。

お問い合わせ　バルコス　0120-574-747

お取り扱い：伊勢丹新宿店本館1階ハンドバッグ売り場

座る腰の負担を楽に!

前モデルよりクッション性が向上!!
さらにフィット感をプラス!

座るだけで腰もお尻も楽々!進化した腰椎サポートクッション!

「座っているだけで疲れる」と感じることはありませんか?姿勢が悪いと腰の疲れの原因になると言われています。実はソファでのくつろぎ姿勢も腰に負担をかけています。エスバックに座ると体の中心が少し前の方に移動して自ら腰を伸ばすようになり、ランバーサポート（腰当て部分）の支えにより無理なく楽に正しい姿勢を保つことができます。人体工学に基づき設計されたお椀型の座面形状により、座るお尻の座骨が直接座面に当たらず分散し、長時間座っても疲れづらいのです。テレビを見るのが好きな方、事務仕事が多い方、長時間運転される方にもオススメです。

このような方にお勧めです
●座っていると腰の負担を感じる方
●姿勢が良くない方
●床や畳や座椅子に座っている方
●座り仕事の方
●長時間運転される方
●旅行時長時間の移動に負担を感じる方
●学生や受験生の方

床や畳の上に敷いて
ソファの上で
椅子の上はもちろん!
体重130kgまでOK!

未使用
体重がイスの座面に垂直にかかり、おしりがつぶれ腰椎に負担がかかっています。

使用
おしりが上がり、体重が分散してかかることで腰椎の負担を軽減し腰の負担を楽に!

正しく座ることでお腹まわりのシェイプアップも期待できます!

体重による作用 反作用の原理
反作用（底板の弾性により腰当てが腰椎をプッシュ）
作用
体重が底板を押す
エスバックに座ると体の中心が少し前の方へ移動し、使用者自ら腰を伸ばすようになり、腰当てが正しい姿勢へ導いてくれます。
体重が座面両端にかかることで、座面を押し広げます。
体重
ランバーサポート（LSP）
反作用
体重が座面にかかる反作用で自然とLSPが前方へ移動し、腰椎を支えます。
元の座面形状
体重がかかった状態の形状

大好評! ご愛用者の声
●長時間イスに座ることが多く腰の負担を感じていましたが、エスバックを使うことで自然に背筋を伸ばした姿勢が取れ、腰がだいぶ楽になりました。／静岡県在住 山本健吉様（67歳）
●椅子だけでなく畳の上にも置いて座っています。長く座っても腰が楽になった感じがし、もう手放せません。／東京都在住 本木妙子様（70歳）
●接骨院で正しく座る姿勢が大事だと助言され、安いものではありませんが購入して正解でした。特にこの腰あてのようなものが良いです。／千葉県在住 60代女性
●椅子に座る姿勢が悪い小学生の息子に使わせていますが、エスバックの上に座ると自然に背筋が伸びた正しい姿勢が取れるようです。／千葉県在住 中村裕子様（43歳）

背もたれを折りたためて、すぐ使える!

商品番号 GN1225
※色（ブルー、レッド、グレー）をお選び下さい。
NEWエスバック フィットプラス
特別価格 9,980円（税込）
送料800円
すべりにくいエンボス加工
●色：ブルー、レッド、グレー●サイズ（約）：横33×縦37.5×25cm ●重さ：650g●素材：エンボス加工ポリエステル生地・高弾性ウレタンフォーム・特殊複合素材プラスチック●フリーサイズ●体重130kgまで●韓国製

腰を支えるランバーサポート
高さ調節可能
シートの丸みが骨盤を安定させ着座時の圧迫感を解放。
腰の悩みよサラバ!
ランバーサポートが腰を支持 正しい姿勢をキープ。美しいS字カーブへ
卵型の座面により体重が分散されラクに座れる!

お申し込みは電話・ハガキ・FAXで! 申込番号A0085
通話料無料のフリーダイヤル（受付／午前9時～午後9時/年中無休）
0120-55-9920
Fax 03-3543-8884（24時間受付）

62円
104-0061
東京都中央区銀座7-17-2～7F
銀座de通販
日経係

●商品番号●商品名
●色●数量
●お支払い方法
●〒・住所
●お名前（フリガナ）
●電話番号
●ご覧の新聞名
●申込番号A0085

●FAX・ハガキでお申し込みの際は「商品番号、商品名、色、数量、お支払い方法（代引き・NP後払い）、〒・住所、氏名（フリガナ）、電話番号、ご覧の新聞名、申込番号」を明記下さい。●商品はご注文から1週間前後でお届け。●支払方法は代金引換（代引手数料無料、配達時カード払い可）またはNP後払いwiz（コンビニ・郵便局・銀行振込）。●返品は未使用に限り8日以内（お客様都合の返品は、返送料お客様負担）。●お預かりしたお客様の個人情報は、商品発送、代金決済、アフターサービス、新商品・サービスに関するお知らせ以外には利用致しません。

銀座de通販　銀座de通販 検索
株式会社ライフアドシステム「日経A0085」係
〒104-0061 東京都中央区銀座7-17-2～7F
TEL.03-3543-0041（代）

NP後払いwiz

●NP後払いwizとは（後払い（コンビニ・郵便局・銀行））
○このお支払方法の詳細
請求書は商品に同封されていますので、ご確認ください。
＊ギフト（贈答）用でのご注文の場合：請求書は商品に同封されず、購入者様へお送りいたします。
商品代金のお支払いは「コンビニ」「郵便局」「銀行」どこでも可能です。
請求書の記載事項に従って発行日から14日以内にお支払いください。
○ご注意
後払い手数料：無料（銀行振込のみ振込手数料はお客様のご負担でお願いいたします。）
後払いのご注文には、株式会社ネットプロテクションズの提供するNP後払いwizサービスが適用され、サービスの範囲内で個人情報を提供し、代金債権を譲渡します。ご利用限度額は累計残高で54,000円（税込）迄です。（NP後払いサービスご利用分も含まれます。）

お買上げ金額 5,000円（税込）ごとに1枚
次回から使える
500円割引シール
プレゼント!

領域をこえ 未来へ
OJI

やわらか♥ハート
nepia

ネピアは、
森を守る紙で
できています。

WWF®
FSC®

森を守る紙を選ぼう!
WWFはFSC®認証を応援しています。
FSC® C018118

ネピアの紙は、WWFが推奨する
世界の森林を守る紙 FSC®認証紙です。※
※一部商品を除きます。

WWF（世界自然保護基金）は、「人と自然が調和して生きられる未来」を目指し、環境や社会に配慮した持続可能な森林利用を実現するため、FSC®認証を応援しています。©1986 Panda symbol WWF ®"WWF" is a WWF Registered Trademark

アンケートに答えて抽選で当たる!　スマホ・PCから今すぐ応募!　www.nepia-campaign.com　ネピア毎月　検索