



## 学生相談室だより

第35号

2018. 4. 27 発行

学生相談室のご案内  
開室曜日：月曜日～金曜日  
開室時間：12:00～16:00  
場 所：保健センター内

色とりどりの花々が咲き始め、新緑が美しい、さわやかな季節となりました。新しい学年を迎え、気持ちを新たにしていることでしょう。学生生活の中で、戸惑いを感じることもあると思いますが、焦らずゆっくりと慣れていってくださいね。悩みを誰かに聞いて欲しいとき、相談をしたいときなど、学生相談室を気軽にご利用ください。カウンセラーからのメッセージで新しい何かを感じることができるといいですね。

### ～ カウンセラーからひとこと ～

#### ことばからつながりへ

深井 薫（月曜日担当）

新年度が始まり、ひと月余りが過ぎました。新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。4年生の皆さんは、勉強に就活にと、慌ただしい毎日を過ごされていることでしょう。どうぞ健康に気をつけて、自分の進むべき道を選択して下さいね。

さて、女子スピードスケート選手の小平奈緒さん。2月の平昌五輪では、苦い経験や挫折を味わいながら金銀のメダルを手に入れました。レース後に自身の言葉に注目が集まったことにふれ、「自分の思いを言葉で表現することは、人とのつながりを深めるのにとっても大切なことだと思う」と語っていました（2018.3.30 朝日新聞）。

人付き合いにおいても、相手の思っていることは聞かないとわからないし、自分の思いも、相手に言わないと伝わりにくいものです。皆さんも、大切な人達とつながり、わかりあえる関係が育つとよいですね。



#### ユーモアの原点とは？

川浪 由喜子（火・水・金曜日担当）

カウンセリングに来られた方達に、好きなテレビ番組をお聞きすると、お笑い番組をあげる方が多いのですが、吉本興業の創業者である「吉本せいさん」をモデルにした朝ドラ「わろてんか」のセリフで、「辛い時こそ、わらうんや」というセリフがありました。「笑う門には福来る」ということわざもありますし、「笑い」が免疫機能をあげるということも言われていて、ユーモアのセンスは、会話においてもとても大切なものだと思います。と言っても、私自身は、ユーモアのセンスについて、全く自信がないのですが、ある本に、ユーモアの原点は、「自分の失敗を笑えること」と書いてあって、なるほどと納得したことを覚えています。その言葉に出会うまでは、自分の失敗はできるだけ隠しておきたいと思う方だったのですが、それからは、少しずつ、言えるようになってきたかなと思います。カウンセリングの中で、「失敗したら、馬鹿にされて笑われるから、失敗することがこわい」という言葉をよく聞きますが、「自分の失敗を笑われた時、恥ずかしかったけど、他の人たちに笑いを提供できたと思ったら、逆に楽しくなった」と言われた方がいて、すごく、ポジティブだなと思ったものでした。自ら、自分の失敗談を話す時はまた違って、なかなかこんなふうには思えないかもしれませんが、参考になればいいなと思います。



#### 歌詞カード

浅香 佐輝子（木曜日担当）

新年度が始まり、皆様気持ちを新たに1年をスタートされた事と思います。中には、アルバイトやサークル、ボランティア活動など、新しい活動を始められた方もおられると思います。初めは緊張する事もあるかと思いますが、少しずつ慣れていかれる事を祈っております。

さて、私は、7年ほど前から趣味で、二胡という中国の楽器をしていて、ささやかながら、ランタンフェスティバルなどでも弾かせて頂いています。まだまだ拙い演奏ですが、先日、老人施設に入所した親類のお見舞いに、演奏させて頂く機会がありました。昔、流行った歌を調べて演奏したのですが、軽度認知症の方や、かなりご年配の方も、二胡に合わせて大きな声で歌って下さいました。歌詞カードも作ってお渡ししたのですが、現代人のスマホやPCのクセで、横書きで書いていました。後で親類の家族に聞くと、「ご年配の方々は、縦書きの方が慣れていて、読みやすいかもしれない…」との事でした。「その方の立場に立って考えてみる」というのは大切な事ですが、中々難しい事だと、いつも感じてしまいます。帰宅してすぐに、歌詞カードを縦書きに作り直しました。

日々の生活の中で、ちょっとヒントが欲しいなと思う様な時に、保健室の隣にある相談室も思い出して頂ければ幸いです。

