

ラーニング・サポーター ♪ 10月のつぶやき -JWUラーニング・コモンズさくらより-

図書館 2 階 JWU ラーニング・コモンズさくら(以下「さくら」と略)では、学科・専攻推薦を受けたラーニング・サポーター(本学大学院生・学部 3、4 年生)が学修相談を受け付けます。学修相談以外にもミニ講座の開催や「さくら」の活動支援をしながら、感じたこと、思ったことを「つぶやき」、本学学生の皆さんに学修相談に訪れてもらいたいと思っています。ラーニング・サポーターは「さくら」で皆さんをお待ちしています！

<10月のつぶやき♪INDEX>

- p1 秋といえば…? @心理学科サポーター(大学院博士課程前期1年) 10月4日 up
- p1 秋の七草で季節を感じよう @数物科学科サポーター(大学院博士課程後期2年) 10月12日 up
- p2 秋の夜長の探偵小説 @日本文学科サポーター(大学院博士課程前期1年) 10月7日 up
- p3 自分と向き合ってみませんか? @物質生物科学科サポーター(学部4年) 10月8日 up
- p3 夜空を見上げると…。 @史学科サポーター(大学院博士課程前期1年) 10月5日 up
- p4 ワクワクする気持ちを実感すること @児童学科サポーター(大学院修士課程2年) 10月12日 up

つぶやき1 ♪ 秋といえば…?

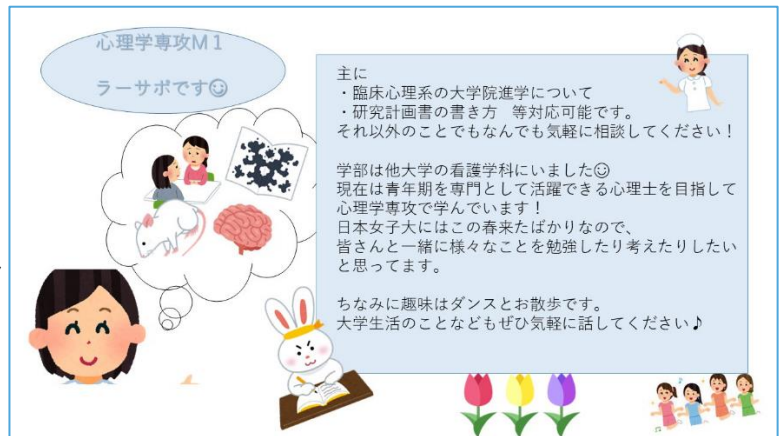
外の木の葉も色づいてき、涼くなってきていよいよ秋だなという感じがしてきましたね。秋というと皆さん何を思い浮かべますか？私は、食欲の秋といわれるようにおいしい食べものがたくさんというイメージと、ハロウインの賑やかでかわいらしいイメージがあります。ハロウインは本来海外で行われている秋の収穫祭ですが、現在の日本でも仮装して、お菓子をもって…というように日本人ならではの方法で親しまれているイベントの一つだと思います。ハロウインの仮装の1つとしてポピュラーな魔女。実は心理学の歴史の中で関係性が深いと授業で学び、興味深かったです。15～18世紀にヨーロッパで行われていた魔女狩り。このころのヨーロッパでは“健康な肉体には健康な精神が宿る”という考えが根付いていて、そのため精神病を抱える人や、知的障害者が魔女とされたり、犯罪者や罪人などとして扱われ、差別の対象とされたりしていたそうです。しかし、ピネルという精神医学者が精神障害者を解放し、精神障害者たちも医療的支援を必要とする人であるということを伝えます。この出来事が健康とは？を考える中で重要な出来事になります。

すぐざっくりとお話しましたが、関係ないと思っていたものでも、案外今の自分の学問に繋がっていることもあるのだとすごく驚きました。こうやって出来事の背景や関連することを一緒に学ぶことで、学んだことを忘れにくくしたり、自分の興味・関心を広げるヒントにもなったりするのかなって思います。本学の図書館には、たくさんの本も、その本をゆっくり読めるスペースもあります。まだあまり図書館に来たことないな方は、ぜひ一度図書館に足を運んでみて、自分の図書館のお気に入りの場所を見つけてみてください！そもそもどうやって本を探したらいいかわからない！おすすめの本ありませんか？という方はぜひ私たちラーニング・サポーターにも相談してみてください。お待ちしております！

つぶやき2 ♪ 秋の七草で季節を感じよう

春の七草は有名ですが、秋の七草はご存知でしょうか。萩(はぎ)、尾花(おばな)、葛(くず)、撫子(なでしこ)、女郎花(おみなえし)、藤袴(ふじばかま)、桔梗(ききょう)の7つです。春の七草は七草粥にして味覚で季節を感じるのに対し、秋の七草は、視覚で季節を感じるものだそうです。今回は秋の七草について紹介します。

萩は万葉集の中で最も詠まれている花で、その数 140 首以上。「おはぎ」は、小豆が萩の花に似ていることに由来。



花言葉は「内気、思案、前向きな恋」。

尾花はススキの別名で、稲穂に似ていることから、豊作を祈願して十五夜に飾られているそうです。「軒先に吊ると1年間病気にかからない」という言い伝えも。花言葉は「生命力、活力、心が通じる」。

葛は、根から取れる「葛粉」を用いて葛切りや葛餅に使われる植物です。繁殖力がとても強く、アメリカでは増えすぎた葛の駆除が続けられているそうです。花言葉は「活力、根気、努力、治療、芯の強さ」。

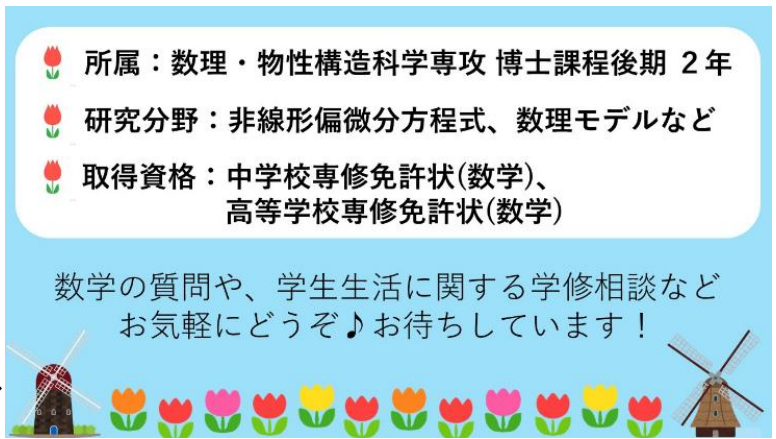
撫子の花名は「我が子を撫でるように可愛い花」であることから。色の名前であるピンクは、撫子の英名が語源なのだから。花言葉は「純愛、才能、無邪気、大胆」。

女郎花の「おみな」は「美しい女性」を意味し、美女をも圧倒する花と言われていますが、臭いが腐った醤油に似ていることから「敗醬(はいしょう)」とも呼ばれています。花言葉は「親切、美人、儂い恋、約束を守る」。

藤袴は、昔は河原などに群生していたそうですが、現在は準絶滅危惧種です。葉や茎を乾燥させると桜餅のような甘い香りがするそうです。花言葉は「優しい思い出、思いやり」。

桔梗は、紙風船のような丸い蕾と家紋の元にもなった星形の花が特徴です。野生の桔梗は減り続けているようで、流通しているものは殆どが園芸品種です。花言葉は「誠実、従順、清楚、気品、変わらぬ愛」。

穏やかな気候となった今、秋の七草から視覚でも秋を感じてみてはいかがでしょうか。



所属：数理・物性構造科学専攻 博士課程後期 2年
 研究分野：非線形偏微分方程式、数理モデルなど
 取得資格：中学校専修免許状(数学)、
 高等学校専修免許状(数学)

数学の質問や、学生生活に関する学修相談など
 お気軽にどうぞ♪お待ちしております！

つぶやき3♪ 秋の夜長の探偵小説

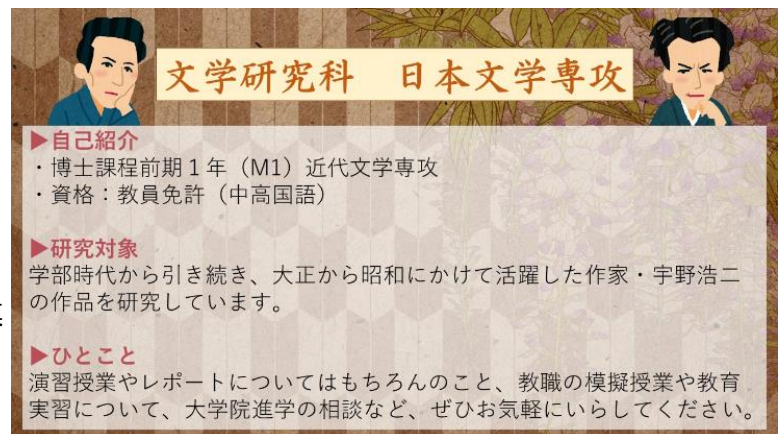
あたたかなベッドの中がいつの間にか心地よくなってきて。耳を澄ますと車のエンジン音の合間に微かな虫の鳴き声が響いています。ようやく寝苦しい夏からも解放されたのだから、今日こそはゆったりと流れる秋の夜に身体を休め、早朝の清涼な空気と共に目覚めようと。そんなことをただ漠然と考えていたのに。猛暑によって乱された身体のリズムは直ちに戻るものではないようです。壁掛け時計の秒針音に急かされているかのように、意志とは無関係に冴えていく頭の中。眠らなければと義務感から目を閉じて、それにも疲れてふと瞼を開いた時の鮮明に映る部屋の天井ときたら。明日もまた重い体をベッドから引きはがし憂鬱な朝を迎えるのかと、虫たちの声の中にそっとため息を漏らします。

眠れない夜というのはどうにもならないものですね。ベッドの中でどれほど寝返りを打ったとしても、冴え切ってしまった頭はそう簡単に眠ろうとはしてくれません。それならば、いっそのこと起きてしまえばいいではないかと。そう思ってもみるのですが、やはり身体は起き上がりにくいと云います。眠れない秋の夜長は、偶然手にした幸運な時間だと思ってベッドの上で好きに使ってみる。案外それが最も快適な過ごし方なのかもしれません。

暗闇の中、小さな明かりだけをつけて読む探偵小説。きっと探偵小説は真夜中にこっそり読んでいる背徳感と相性が良いのでしょう。作品世界に引き込まれていくのがいつもより速く感じられるものです。

「古本屋の奥の間に何事かあり相で、私は目を移す気にはなれなかった」

江戸川乱歩『D坂の殺人事件』の一節。古本屋で何が起きているのか、或いはこれから何かが起こるといふのか。冴え切った頭は眠れない焦りを忘れ、作中人物の動きに集中していきます。眠れなかったことに変わりはないですが、満足感のある不眠とでも言いましょうか、思いのほか充実した秋の夜長を過ごすことができるかもしれません。



文学研究科 日本文学専攻

▶自己紹介
 ・博士課程前期1年(M1) 近代文学専攻
 ・資格：教員免許(中高国語)

▶研究対象
 学部時代から引き続き、大正から昭和にかけて活躍した作家・宇野浩二の作品を研究しています。

▶ひとこと
 演習授業やレポートについてはもちろんのこと、教職の模擬授業や教育実習について、大学院進学相談など、ぜひお気軽にいらしてください。

つぶやき4♪

自分と向き合ってみませんか？

夏の暑さも引いて、だんだんと涼しくなってきました。夜に虫の音を聞くと、秋の訪れを感じます。体調にお変わりはありませんか。

さて、後期の授業が始まりましたね。皆さんはどんな日々をお過ごしでしょうか。授業の予習や復習、課題に明け暮れたり、アルバイトをしたり、自分のやりたいことをしたりして過ごしている方がたくさんいらっしゃると思います。皆さんは「忙しい」と思っていますか。

私は以前、学校の先生に「やることがたくさんあっても、「忙し」くならない。「忙しい」は「心」が「亡」になると書くから、「忙しい」ということは「心を失う」ということ。心を失いながらやっても物事は良い方向に進まないから、やるのがたくさんあって大変でも、決して「忙し」くはしないこと。」と言われたことがあります。私は、この言葉の意味を「自分と向き合う時間を取りなさい」ということだと思っています。

「自分と向き合う」と一言に言っても、色々なやり方があると思います。私がおすすしたい方法は2つあります。


1つ目は、目を閉じて深呼吸をすることです。これは、どこでもいつでもできることですね。やるのがたくさんあるからこそ、一度呼吸を整えて、冷静な気持ちで目の前の物事に取り組むのが良いと思います。

2つ目は、日記をつけることです。「日記帳を買っても、書く習慣がつかなくなったらお金がもったいない」と思われるかもしれません。そんな方には、日記の無料のアプリや、スマホのメモ機能がおすすめです。「こんなことがあって、その時こう思った。」などと、自分のちょっとした気持ちを、一日数分、数行書くだけで良いと思います。これを積み重ねていくと、些細なことでも自分に対する気づきが生まれ、「自分の傾向と対策」が構築されていき、もっと充実した生活を送れるようになるのではないのでしょうか。また、就職活動において重要となってくる自己分析にも役に立つと思います。やるのがたくさんある今だからこそ、自分自身と向き合う時間を取り、無理せずに毎日をお過ごしください。

理学部物質生物科学科 4年

- * 自己紹介
 - ・学芸員資格取得予定
 - ・得意科目: 分析化学、物理化学
 - ・研究分野: X線物理化学
- * サポート内容
 - ・履修の相談
 - ・勉強の進め方
 - ・Word、Excelの使い方
- * みなさんへの一言
 - 学習相談や、学生生活のこと、些細なことでも構いませんので、困ったことがあったらお気軽にご相談ください。

- ・参考文献の探し方、集め方
- ・レポートの書き方



つぶやき5♪ 夜空を見上げると…

後期授業もいよいよ本格的に始まりましたね。皆さんいかがお過ごしでしょうか？

ところで、先月21日は中秋の名月でした。皆さんはお月見をしましたか？雲が少しかつてしまう時間もありましたが、とても綺麗な月が見えていました。中秋の名月とは、太陰太陽暦の8月15日の夜に見える月のことです。中秋の名月を愛でる習慣は、平安時代に中国から伝わったそうです。当時の貴族らは、和歌を読んだり、お酒を飲んだりしながら、その日を楽しんでいたと言われています。そして、今年は8年ぶりの満月となりました。中秋の名月は太陰太陽暦の日付で決まる一方で、満月は太陽、地球、月の位置関係で決まるということや、月の公転軌道によって、新月から満月までにかかる日数が変化するという理由から、中秋の名月と満月がずれてしまうことがあるそうです。来年と再来年も中秋の名月に満月となるようですが、その後は2030年まで中秋の名月と満月は同日にならないそうです。今年見逃してしまったという方は、是非来年の中秋の名月を楽しんでいただきたいです！

ですが、このような特別な日だけでなく、日頃の夜空も見上げてみるのは如何でしょうか？晴れている日の夜空は星が綺麗に光っています。見慣れた光景ですと、つい下を向いてしまい、空を見上げる機会も少ないと思います。これから冬が近づいてきますが、冬は空気が澄んでいるため、より綺麗な星空が見えると思います。特にオリオン座などははっきり見えるのではないのでしょうか？一方で、都心の空は明るいので星空は見えにくいかもしれません。しかし全体を見渡すと、とても綺麗な夜景が広がっています。前を向くだけで、少しばかり心が癒やされると思います。学校の帰り道にふと空を見上げたり、周りを見渡したりして、夜空や夜景も楽しんでみてください！

今年も残すところ、あと三ヶ月となりました。日中は暖かい日が続いていますが、朝晩はだいぶ冷え込んできました

文学研究科 史学専攻 修士1年

- 【専門分野】
 - 日本中世仏教史（星供と呼ばれる法会について研究を行っています。）
- 【サポート内容】
 - 履修相談、参考文献の探し方、レジュメ・レポートの書き方 など…
- 【取得資格】
 - 中学校教諭一種免許（社会）、高等学校教諭一種免許（地理歴史）

何かお困りのことがありましたら、
お一人で考え込まず、お気軽に
ラーニング・サポーターのところへお越しください！

ね。体調管理にも十分気をつけながら、今月も一緒に頑張っていきましょう！

つぶやき6♪

ワクワクする気持ちを実感すること

10月3週目にも関わらず、日中、目白駅から学校までの距離を歩くとまだ汗ばんでいる私…みなさまはいかがお過ごしですか？後期の授業も本格的に始まっています。

大学院に入学して2回目の秋、私は初めて対面での授業を受けました。所属する学科の報告会などでは、先生や同級生の方と集まる機会もありました。しかし、教室で皆様と授業を受けるのは、入学してから初めてのことでした。電車で学校に向かう私、そこには自分でもびっくりするくらいワクワクしている自分がいました。

オンライン授業を受講する中で、「オンラインでもこんな風にお話が出来るんだな」「授業の5分前までベッドから動かずいれるのは嬉しいな(小声)」などオンラインの魅力もたくさん経験してきました。しかし、このワクワク感について考える中で「あ、私が求めていた学生生活は人に会ってお話することだったんだな～」を実感しました。

中々外出が出来ない環境にいたり、大学院には、働きながら学ばれている方もいらっしゃる、オンラインで授業を受講できる方が生活にあっているという人も、もちろんたくさんいると思います。学び方はそれぞれ、様々な選択肢があり自分で選択していけることが良いのだろうと感じています。ただ、今回の経験で私がみなさまにお伝えしたいことは、ワクワクする気持ちを実感して、大切にしてくださいね♡ということです。正解が分からず、「これで良いのかな？」と考える中で、自分にとってワクワクすることでも他の人から見るとそれはどうなのだろうと不安になり、どこか後ろめたい気持ちになってしまうことがあると思います。でも、自分のワクワクする気持ちは自分で守っていけば良いのかな、そんな風に感じています。

私のワクワクは皆様とお話することです。サポーター席でお待ちしています♪

自己紹介

- ・所属：家政学研究科児童学専攻修士2年
- ・専門分野：幼児教育・保育実践研究
- ・資格：保育士・幼稚園教諭
- ・2020年11月～ ラーニング・サポーター

オンライン授業など不安なことも多いと思います。私も分からないことだらけですが、お応えできることは精一杯対応致します。

お気軽にお声掛けください♪



ラーニング・サポーターのつぶやき (2021年10月)

ホームページ https://lib.jwu.ac.jp/lib/lc_ls.html

編集: JWU ラーニング・commons さくら