

ラーニング・サポーター ♪ 1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！

<1月のつぶやき♪INDEX>

- p1 一生ものの些細な正月 @日本文学科サポーター(大学院博士課程前期 1 年) 1月12日 up
- p1 新成人の皆さん、おめでとうございます！ @史学科サポーター(大学院博士課程前期 1 年) 1月7日 up
- p2 自分なりのストレス対処法 @心理学科サポーター(大学院博士課程前期 1 年) 1月11日 up
- p2 “大学院での学び”に必要なものとは @数物科学科サポーター(大学院博士課程後期 2 年) 1月14日 up
- p3 もうすぐ長期休暇がやってきますね @史学科サポーター(大学院博士課程前期 2 年) 1月19日 up

つぶやき1♪ 一生ものの些細な正月

九州の武雄温泉で迎えた明治三十年の正月と南欧のナポリで遭った明治四十三年の正月とこの二つの旅中の正月の記憶がどういう訳か私の頭の中で不思議な聯想の糸につながれて仕舞い込まれている。

—寺田寅彦『二つの正月』

思いがけなく記憶の中に残される光景というものがあります。それほど意識もしていなかったはずの出来事が何故だが後々までも思い出されていく。そして、それが全く異なる場所で見たはずの一場面と繋がって、まるで一連の物語であるかのように立ち現れてくる。そういえば、そんな体験を一度はしたことがあるかもしれないと、この随筆を読んで改めて振り返ってみるとき。過去に幾度か繰り返されて、今はもう繰り返すことも止めかけていた幼い頃の記憶が鮮やかに甦るのを感じます。

記憶の繋がりは本当に不思議なもので、なぜ「聯想の糸」で結ばれているのか、わからないものばかりです。その背後には切り捨てられてしまった多くの光景があつて、本当はそれこそが覚えておきたいものであったのかもしれないのですが、そんな意思とは無関係に些細なことだけが鮮明に残されている気がします。この随筆の中で述べられた「二つの正月」は旅行中に迎えた特別な正月の記憶ですが、特別なでない日常の一コマがいつまで残り続けることもあるでしょう。そしてまた、失われたはずの記憶が、これから紡がれる新しい記憶の「聯想の糸」に引かれてふと甦るといふこともあるのかもしれません。

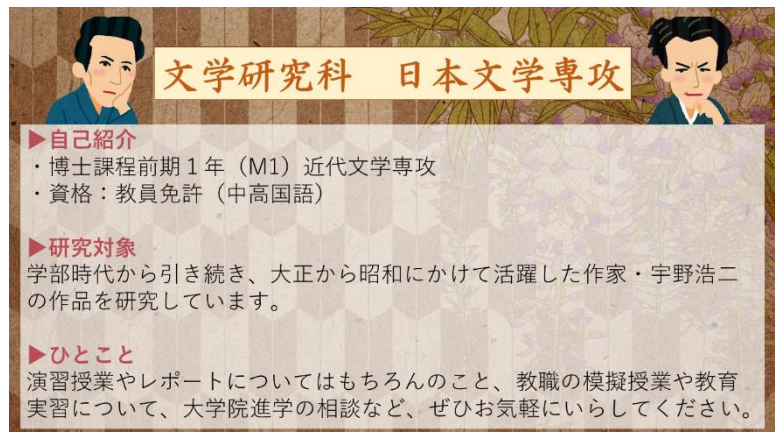
退屈な日常を重ねながら先行きの不透明な毎日を過ごす中で、ふと今の一瞬も忘れられない記憶として甦る日が来るのではないかと感じます。声だけで新年のお祝いを伝え合ったお正月。特別なことはなかったけれど、何一つ思い通りにできなかったけれど、大切な人が当たり前隣にいたお正月。そうした日々の些細な一場面が、いつの日のことかもわからなくなるほど遠い未来に、どういうわけか思い起こされるものなのかもしれません。

つぶやき2♪ 新成人の皆さん、おめでとうございます！

新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。年末年始は如何でしたか。いよいよ 2022 年の幕が上がりました。今年も一緒に頑張っていきましょう。

さて、1 月 10 日は成人の日ですね。成人を迎えられる皆さん、おめでとうございます！早速ですが、今回のつぶやきは「成人(成人の日)」についてお話したいと思います。

国民の祝日に関する法律によると、成人の日は「おとなになったことを自覚し、みずから生き抜こうとする青年を祝



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。

いはげます」と定められています。成人を祝う儀式は、古代・中世から「元服」と呼ばれる儀式によって行われていました。元服とは、古代中国の風習を模して行なわれた男子成人の儀式のことです。年齢としては十二歳から十六歳頃までの間に行われていたようです。貴族社会では、冠をかぶったり、大人の服に変えたり、さらには幼名が改められました。武家社会では冠のかわりに烏帽子が用いられました。一方、女子の成人儀式も存在していました。十二歳から十六歳頃までに、髪上げや裳着といった儀式が行われていました。現代よりも成人の年齢は低いですが、成人になったことを示す風習は形を変えながらも、「成人の日(成人式)」として現代に続いているのです。

ところで、毎年各市区町村で挙行されている成人式ですが、この式典の由来はご存じでしょうか。その発祥は埼玉県蕨市と言われています。終戦翌年の昭和 21 年(1946)、国全体が敗戦による混乱と虚脱感で明日への希望が見いだせずにいたなか、蕨町青年団が中心となり、次代を担う若者たちを勇気づけ、励まそうと「青年祭」を企画し、その催しの幕開けとして行われたのが「成年式」だったようです。今年も各市区町村で式典が挙行されると思います。毎年ニュースを見ているとユニークな式典が多く、とても温かな気持ちになります。

新成人の皆さんは、いよいよ大人世界の仲間入りです。大人としての責任や自覚が問われたり、大変なことが今後あつたりするかもしれません。しかし、勿論それ以上に楽しいこともたくさんあります。これからも楽しみながら一歩ずつ前に進んでいきましょう。

改めて新成人の皆さん、おめでとうございます！一生に一度の思い出。ぜひ楽しんでください。

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！

つばやき3♪ 自分なりのストレス対処法

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします！

皆さんは「ストレス・コーピング」という言葉に馴染みがあるでしょうか？私は大学院の授業で触れる機会が多くなりました。完結に言うとストレス対処法のことです。皆さんは自分が疲れている、ストレスを感じていると思うときはどんな時ですか？なんとなく目がかすむ、とかすぐ眠くなるなど自分なりの傾向があると思います。ストレスを感じる強さはすごく個人差が大きいのでなかなかストレスを感じ取るのが難しい方もいるかもしれません。また、皆さんがリラックスしているときはどんな時でしょうか？目を閉じて自分がリラックスしているときにどのような要因が関係しているか、を考えてみるのもすごくお勧めです。私はお風呂に入っているときや、布団に入っているときがすごくリラックスしているな、と気づいて、1人で温かいところにいると自分は疲れが取れる人なのかもしれない！と思いました。そのため最近家でのおんびりするときはブランケットと温かい飲み物で温まることを心がけています。

ストレス・コーピングの授業で毎回出てくるのが、コーピングの方法はいくらあってもいいから 100 個くらい考えておくことがおすすり！ということです。そんなたくさん出せない…と聞いた当初の私は思いましたが、コーピングの方法は難しいものじゃなくても良くて、例えば水を飲むとか、ネットニュースを見るだけでもいいと先生が出した例を見てそんな簡単なものでもいいのか！と驚きました。しかし、一気に 100 個は難しいと思ったので、気づいたときに付箋にメモして手帳に貼って目に入ったときに、その方法を実践できるようにしています。とはいってもまだ少ししかないので、今年の目標の1つに「ストレス・コーピングをたくさん考える」と入れました。皆さんの今年の目標は何でしょうか？ぜひ相談ついでに私に教えてください！お待ちしております！

心理学専攻M1
ラーサポです😊

主に
・臨床心理系の大学院進学について
・研究計画書の書き方 等対応可能です。
それ以外のことでなんでも気軽に相談してください！

学部は他大学の看護学科にいました◎
現在は青年期を専門として活躍できる心理士を目指して心理学専攻で学んでいます！
日本女子大にはこの春来たばかりなので、皆さんと一緒に様々なことを勉強したり考えたりしたいと思っています。

ちなみに趣味はダンスとお散歩です。
大学生活のことなどもぜひ気軽に話してください♪

つばやき4♪ “大学院での学び”に必要なものとは

1 月は期末試験や、卒業論文あるいは修士論文の提出と、年度や課程の集大成と言える時期ですね。期末試験まで

時間はありますので、不安なことがあれば、図書館2階 JWU ラーニング・commons さくらにお越しください。お待ちしております。

私は、学年末が近づく度に”あること”について考えます。それは、”なぜ自分は大学院に進学し、今も研究や勉強を続けているのか”ということです。

私の高校時代の夢は、母校の数学教員になることでした。そのため学部時代は教職課程を履修し、せっかくならと専修免許状取得のために大学院へ進学しました。教員志望ならば、教職大学院への進学も選択肢の1つとして挙げられますが、学科の授業や卒業研究だけでは満足できず、”その先に広がっている数学と研究を知ることができれば、より数学の面白さを生徒に伝えられる教員になれるのでは”と思い、日本女子大学に残ることにしました。

博士課程前期時代では、専門分野以外の授業も履修し(というより履修せざるを得ない状況で)、まだまだ自分が知らない世界が広がっていることを実感しました。自身の理解が及ばず、授業時間外にも先生と議論することもしばしば。十分に議論ができず悔しい、と感じつつも、異分野の先生との議論の時間も楽しいものとなり、そんな日々の繰り返しですが、今の私につながっています。

なぜ私は、今も研究や勉強を続けているのか。改めて考えてみると、何か大きな目標や目的があるわけではないことに気がつきました。もちろん、今取り組んでいる研究が楽しくて、いつかこの研究が社会の役に立つものへと発展してほしい、させたい、という最終目標はあります。ですが、大学院に進学するのに必要なものは、興味のある分野について”もっと知りたい”という知的な好奇心と粘り強さ、それだけで十分なのではないでしょうか。

皆さんにとって大学院進学がより身近なものとなり、進路の選択肢の1つになりますように。

つばき5♪

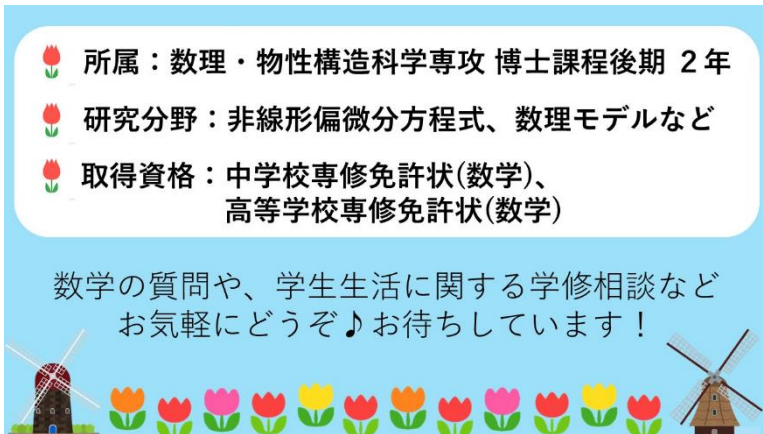
もうすぐ長期休暇がやってきますね

皆様、明けましておめでとうございます。今年もラーニング・サポーターとしてよろしくお祈りいたします。

新年になり授業が再開されましたが、あっという間に後期の授業もすべて終わり、テストやレポートの季節がやってきます。私自身、12月には図書館のイベントであるミニ講座でレポートの書き方講座を開催させていただきました。

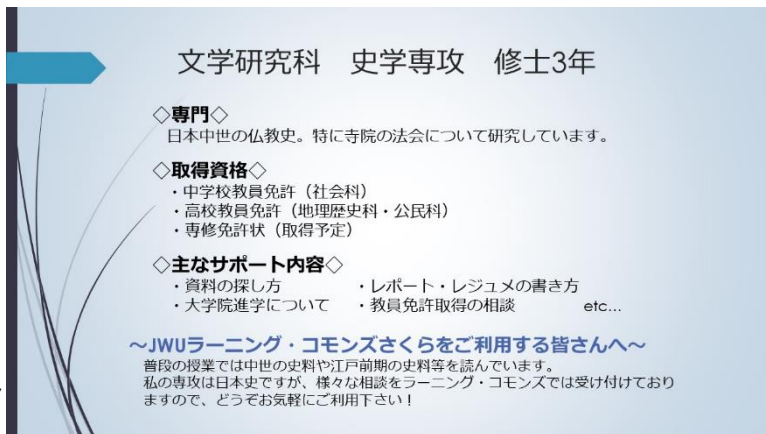
たくさんの方に参加いただけて嬉しかったです。ご清聴、誠にありがとうございました。少しでも皆様の力になれたら、幸いです。

さて、テストやレポートの期間が終わりましたら、ほぼ2ヶ月という長い長い春季休暇がありますね。私も学部1年生の時に2ヶ月も休暇があることに驚き、若干持て余しました。けれどとても楽しい期間であったことも記憶しています。そして夏季休暇以上に長い休みであるため、普段できないことに挑戦できる期間でもあると思っています。コロナの影響で行動制限は嫌でもつきまわってしまいますが、健康管理に十分に気を付けて色々なことに挑戦してみることをおすすめします。そして就職や進学を希望される方、そしてまだ就職や進学を決めかねている方はとてもやきもきする期間なのではないでしょうか？授業もなく長い時間が確保できてしまう分、考えなければならないことも多く、疲れることもあるでしょう。そんな時は1人で抱え込まずに誰かに相談することをおすすめします。私自身も大学院に進学を決定する時、就職に悩んでいる時、先生や先輩、同級生に相談しました。誰かに何かを聞いてもらえるだけで、きっと心が軽くなると思います。あと、これは私の経験談なのですが、一所にとどまっているとツボに嵌り易いのです。体を



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！



文学研究科 史学専攻 修士3年

- ◇専門◇
日本中世の仏教史。特に寺院の法会について研究しています。
- ◇取得資格◇
・中学校教員免許(社会科)
・高校教員免許(地理歴史科・公民科)
・専修免許状(取得予定)
- ◇主なサポート内容◇
・資料の探し方
・大学院進学について
・レポート・レジュメの書き方
・教員免許取得の相談 etc...

～JWUラーニング・commons さくらをご利用する皆さんへ～
 普段の授業では中世の史料や江戸前期の史料等を読んでいます。
 私の専攻は日本史ですが、様々な相談をラーニング・commonsでは受け付けておりますので、どうぞお気軽にご利用下さい！

動かすと気分転換にもなり、思考がすっきりします。家から出ずとも、家の中をウロウロするだけで大分変化があるのでよかったら試してみてください。

大学受験をする高校3年生は夏休みが勝負の分かれ目といわれますが、大学生は春休みが勝負の分かれ目なのではないでしょうか。悔いのない、満足のいく春休みにしましょう。



ラーニング・サポーターのつぶやき (2022年1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