

ラーニング・サポーター ♪ 5月のつばやき -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)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「つばやき」、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！

<5月のつばやき♪INDEX>

- p1 愛着談義 @M.A.(人間発達学専攻(児童)博士課程後期3年) 5月1日 up
- p1 おすすめしたい本3選～「文化多様性の日」にちなんで～
@T.M.(人間発達学専攻(食物:管理栄養士)博士課程後期1年) 5月6日 up
- p2 Japan Hair Donation & Charity @S.N.(英文学専攻博士課程前期2年) 5月1日 up
- p3 長時間作業をする時の工夫 @T.R.(英文学専攻博士課程前期1年) 5月12日 up

つばやき1♪ 愛着談義

学科によって形態などは異なると思うが、多くの学生は学年が上がると「ゼミ」に所属することになるだろう。ゼミは、自分の研究したいテーマに近い分野の先生のもとと一緒に研究活動をする、少人数の授業である。(辛いことも多いが)自分以外の学生の研究の話も聞けるので、刺激的で面白いと思っている。

所属するゼミにアタッチメントの研究をしている院生がいる。アタッチメントについて説明すると、Bowlby が提唱した概念であり、日本語では「愛着」とも言われる。例えば、幼い子どもが犬に吠えられて怖い思いをしたとき、泣きながら母親のもとへと駆け寄ると、母親に子どもは抱きしめられたとする。抱っこされた子どもは安心して心を落ち着かせ、また怖いことがあってもここに戻ってくれば大丈夫だと感じる。こうした結びつきをアタッチメントという。

研究に関連して、自身が幼稚園や保育所に通っていたころ、預けられる時と親が迎えに来た時に泣いたことがあるかという話になった。「泣いてしまって、なかなかお母さんと離れられなかった」という学生もいれば、「ケロッとしていた」という学生もいた。私はバス通園だったので、幼稚園バスのバス停で母が「預ける」形だったが、いつもぎりぎりバス停に着き発車時刻すれすれに駆け込んでいたので、別れを惜しんで泣いている時間はなかったと記憶している。

話しながら、大学生の頃、よく妹の幼稚園の送り迎えをしていたことを思い出した。中途半端な時間に行くと「この時間だとおやつ食べれないんだけど！」と妹に怒られ、閉園間際に行く「遅いよ、もうみんな帰っちゃったし。」と怒られた。私の想像とは違うシリアスな迎えの場面だったので、妹は愛着が形成されすぎて自立してしまっていたのか、それとも単にわがままな末っ子なだけなのか…またはツンデレ?!なのかもしれないと考えてしまう。

泣いていたから良い悪いという話ではないようで、今後どのようにアタッチメントの研究が進むのか楽しみにしている。

つばやき2♪ おすすめしたい本3選～「文化多様性の日」にちなんで～

突然ですが、5月21日が「対話と発展のための世界文化多様性デー／World Day for Cultural Diversity for Dialogue and Development」という国際デーに制定されていることをご存知でしょうか。2001年の「ユネスコ文化的多様性に関する世界宣言」成立を記念して成立されたこの日は、多様性の課題促進を目指す日として、コミュニティが多様な文化

**人間生活学研究科 人間発達学専攻
博士課程後期4年(児童学)**

- 経歴
本学 家政学部児童学科 卒業
本学 家政学研究科児童学専攻(修士)卒業
- 資格
保育士／幼稚園教諭／小学校教員
- 研究分野
「向社会的行動(思いやり行動)」について研究
幼稚園や小学校にて参与観察を行い、質的分析を行っています

「進路に向けて何をしよう？」
「研究テーマはどうやって決める？」
「教職は大変かな？」など…
気になっていることはありませんか。
ちょっと誰かにお話してみたいないうときに
お気軽にお声がけください♪



の価値を理解し、調和して一緒に暮らす方法を学ぶ手助けとなる機会とすることを目的としています。

そこで今回は、この「文化多様性の日」にちなんだ本を3冊ご紹介したいと思います。

まず1冊目は、岡根谷実里著「世界の台所探検 料理から暮らしと社会がみえる」(青幻舎、2020年)。「世界の台所探検家」として世界各地の台所を巡っている著者によって書かれた本で、現地に住む人々のリアルな食卓・家庭料理がたくさん写真と共に紹介されています。食事や台所はその国の文化や暮らしを色濃く反映しているということが実感でき、ただの観光ではない、一味違った旅行気分が味わえます。エッセイだけでなく、現地家庭で教わったという料理レシピも多数収録されているので、実際に作ってみるのも良いかもしれません。

2冊目は、白尾悠著『サード・キッチン』(河出書房新社、2020年)。この小説は、アメリカの大学に進学し、異国での慣れないキャンパスライフに奮闘する主人公の尚美が、人種、育った国やその歴史、ジェンダーなど、多様な属性の学生たちが集まる学生食堂での交流や美味しい食事を通して、自分の差別意識や無知に気づき、国際人として成長していく物語です。異国で突然マイノリティとなった孤独感や、意図せず他者を傷つけてしまったときの後悔など、留学生の心の葛藤が繊細に表現されていて、決してキラキラしているだけではない、リアルな留学生生活を疑似体験できます。留学を考えている／留学経験のある学生はもちろん、今後、国際社会で活躍するであろう全ての学生におすすめしたい作品です。

そして3冊目は、キム・ジヘ著『差別はたいてい悪意のない人がする: 見えない排除に気づくための10章』(大月書店、2021年)。この本は韓国でベストセラーとなったエッセイの邦訳で、日常の中にありふれているからこそ「見えない」様々な差別について描かれています。誰もが「悪意なき差別者」になりうるという危機感や、日常にひそむ排除や特権への自覚が生まれる一冊です。

残念ながら、本学図書館で貸出があるのは3冊目のみですが、このつぶやきを読んで気になった方はぜひお手にとってみてはいかがでしょうか。そして、皆さんのご感想やおすすめの関連書籍を教えてください。JWU ラーニング・コモンズさくらでお待ちしております。

2023年度ラーニング・サポーター

人間生活学研究科 人間発達学専攻1年

経歴	サポート内容
<p>本学 食物学科 管理栄養士専攻 卒業 食物・栄養学専攻(修士課程) 修了</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; border-radius: 10px; display: inline-block;">保有資格</p> <ul style="list-style-type: none"> 管理栄養士 フードスペシャリスト 栄養教諭専修免許 	<ul style="list-style-type: none"> ● 履修の相談・勉強の進め方 ● レポート・プレゼン資料の作成方法 ● 臨地実習や教職(栄養教諭)、資格に関する相談 ● 管理栄養士国家試験対策 など

皆さまの学生生活のお手伝いができたらと思います。ぜひお気軽にお声掛けください。

つぶやき3♪

Japan Hair Donation & Charity

心地よい季節は東の間、日によってはずいぶん汗ばむ日が増えてきましたが、新入生の皆さんは学校に少し慣れてきた頃でしょうか？ 在学生の方も、新しい授業が始まり、4年生の大半の方々はずいずい就職活動で忙しくされていると思います。案外時間がありそうで実は課題もアルバイトも課外活動も行わないといけない大学生活は、忙殺される毎日だと思います。体力があるうちは身体の疲労感を感じにくく無理しすぎてしまうことがあるので、睡眠・食事・生活リズムを整えて「心」と「身体」の両方のコンディションを保つようにぜひ心がけてください。

さて、新学期が始まるからというわけでもなかったのですが、私は先日4年ほど伸ばしていた髪をバツサリ切ってきました。なんと切った髪の長さは約60センチ。なぜこんなに伸ばしていたのかというと、最近ではニュースに取り上げられていたり、男性の方も取り組んでいたりして注目されているので、皆さんもご存じかもしれませんが「ヘアドネーション」のために伸ばしていたのです。寄付するには30センチ以上の髪である必要があり、寄付された髪は、病気の治療や遺伝的による影響で髪に悩みを持つ子どもたちのために「ヘアウィッグ」として生まれ変わります。30センチほどの髪でショートヘアのウィッグに、50センチ以上の髪ではロングヘアのウィッグにすることができるようです。特に、ヘアウィッグで人気の高いものがロングウィッグだそうで、50センチ以上の髪の寄付は貴重なんだそうです(それを聞いてから頑張っって伸ばしていました…！)。

健康に髪を伸ばし続けるのは根気のいることですし、シャンプーやドライヤーも大変なのですが、挑戦してみたい

* 文学研究科 英文学専攻 *

Department of English Literature

☼ 自己紹介 ☼
英文学専攻 博士課程前期 2年

☼ 研究対象 ☼
18~19世紀イギリス詩: ロマン派詩人 William Wordsworth
(その他興味関心: ヨーロッパ古典文学、西洋哲学・思想史など)

☼ ひとこと ☼

英語・語学習得のコツ、レポート・卒論の不安点、資格取得や留学の相談、人文科学への関心など、お悩みを共有し、一緒に考えてみませんか？ お話したい内容がまとまってなくてもOKです◎ 思い立ったらぜひ、お気軽にお越しください！ お会いできるのを心待ちにしています～☺

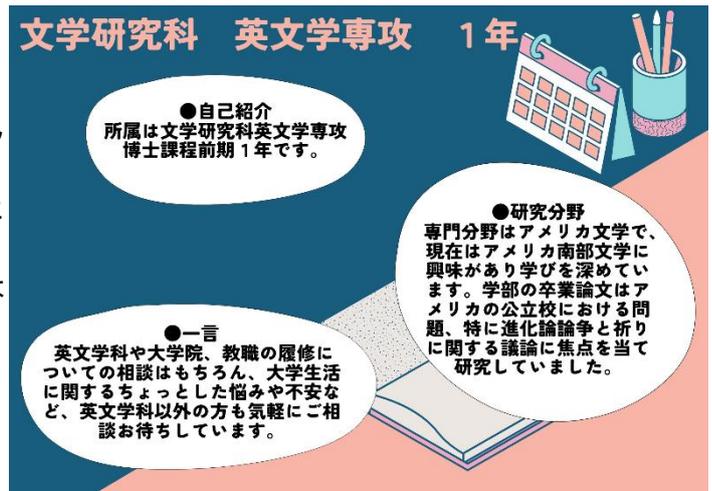
方・興味のある方は試してみたいはかがでしょうか？タイトルの「Japan Hair Donation & Charity」(ジャーダック)で検索してみてください。私は、また次のヘアドネーションに向けてこれから4年ほど伸ばしていきたいと思います！

つぶやき4 ♪ 長時間作業をする時の工夫

新学期が始まって約一か月が経ちましたが、みなさんは新しい生活に慣れましたでしょうか。学年が上がったことで授業数が減り、自分の時間を多く確保できるようになった方もいれば、環境が大きく変わり、ようやく慣れてきたという方もいると思います。特に一年生という学年は新しいことの連続で、大学の時間、自己学習の時間、アルバイトの時間、自由に使う時間のリズムを安定させることが大変ですね。私も、大学院一年生で、一つ一つの授業にかかる学習時間や修士論文の計画等、正直まだ時間の使い方に戸惑っています。もちろん効率よく一日を過ごすことは大切ですが、あまり根詰めすぎず、上手に自分のモチベーションを保ちながら取り組むことも重要だと思います。

私は、長時間の作業でも集中力が続くように、なるべく場所や周囲の環境に気をつかうようにしています。お家だけでなく、カフェや大学の図書館、移動時間で勉強したり、音楽やラジオを聴きながら取り組んでみたり。音楽も自分の好きなものだけでなく、邦楽、洋楽、K-POP を気分によって聞いています。飲み物も、基本はアイスコーヒーを飲んでいますが、気分転換にホットにしてみたり、ティーにしてみたりもします。勉強中に食べるチョコやパン、スコーン、ドーナツ、ポテトチップスを買っておくと、これらを食べる楽しみで早く勉強にとりかかろうという気分になります。それでも疲れたら買い物ついでに散歩(15分程度)をします。また、朝起きたら、どんなにやる気が起きなくても、必ず椅子に座るようにしています。そこでテレビや携帯をみたとしても、とにかく机に向かう癖をつけると幾分か勉強する時楽な気がします。

どれも私流の工夫でしたが、もし集中が続かず悩んでいる方がいらしたら、あまり自分を責めず、上記や何か自分なりの工夫で再挑戦してみてください。



ラーニング・サポーターのつぶやき (2023年5月)

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

編集: JWU ラーニング・コモンズさくら