

学生相談室だより

2017年 第1号 (通算 第37号 2017年 5月 発行：京都橘大学 学生相談室)

みなさん、こんにちは、学生相談室です。

新年度が始まって1ヶ月とちょっと。新たな生活にも慣れてきた頃でしょうか。大型連休も経て、今どんな感じで過ごしているでしょうか。緊張が少し緩むときは、身体も心も疲れを感じやすくなることがあります。

ほっと一息つきたいとき、

誰かに何かを聞いてほしいなと思ったとき、

…どんなことでも構いません。気楽に気軽にいらしてください。

今年も学生相談室を知って頂くために、年に2回の「学生相談室だより」を発行します。第1号は、学生相談室5名のカウンセラーの自己紹介号です。今年は2名のカウンセラーの退職に伴い、新たに2名のカウンセラーが加わりました。

【カウンセラーからのひとこと】

小川 真理 (月・水・金)

大学が春休み中、京都マラソンの応援に行きました。その日はまだ2月半ばと思えない穏やかな日差しで、マラソンには少し辛そうだけど、絶好の応援日和。沿道での応援は久しぶりでしたが、今も競技に取り組む選手や、市民ランナー、仮装ランナーもたくさんで、後半残り10キロ地点で長いこと応援しているうちに、自分も走りたい!!という思いが沸き起こってきました。きっと一番苦しい地点。清々しい笑顔の下の苦しそうな息遣いと、今にもやめたい気持ちとの闘い…を勝手に感じているうちに、すっかりアスリートの気持ちが蘇ってきたのです。今、相談室にいる私からはなかなか想像できないでしょうが、実はスプリンターだった私。うそやー?と聞こえてきそうですが。短距離選手でした。そこそこの成果を収めたことは今でも私の自信の一部を占めているのです。走りたい!でも今は…「あ!40歳。その記念にでも」「え?先すぎないか」「体重落とすのはそれくらいかかるわ」「じゃあその時はホノルル?」…といろんな意見(助言)が飛んできましたが、いつでもいいんです。今日からでもできること(練習)を一度もしないで、都大路を軽やかに走る自分を妄想しているんです。

こんな些細な話からでも構いません。相談室とか、カウンセラーとかちょっと身構えてしまうあなたとは、好きなことの話から始まるのかもしれないね。

河井 直美（月・火）

桜の季節はすでに過ぎ、真夏日にちかい暑い日もあり、けれど夜はまだ肌寒い日もあるので、時々ホットカーペットを on にして〜と、季節をごちゃごちゃにした感覚にわけがわからなくなっています。橘大学の枝垂桜は、今年どんなだったのだろう？と、気がつけば散っていました。「願はくは花の下にて春死なんそのきさらぎの望月のころ」春先にあった法要で、住職が話してくださった中での西行の歌です。以来、桜が気にかかってしかたなかったのに、毎年愛でるのを楽しみにしていた枝垂桜を見そびれてしまいました。

5月9日はアイスクリームの日で、サーティワンの感謝祭の話聞き、その昔仕事帰りにほぼ毎日のように食べた 31ice を急に食べたくなり、聞いたその日に即お店へ。久々にチョコレートチップ ice を食べて懐かしく、ダブルやトリプルなんてよく食べれたもんだーと、今はシングルで十分満足とニンマリ。その帰り、連鎖反応でか昔よく口ずさんでいたケチャップの CM ソングが頭を駆け巡りました。♪うれしいってどんな時〜？土曜日の夜〜宿題のない日、気のある奴と遊ぶ時、おいしいものを食べた時〜♪しあわせってどんな時？〜健康な時〜笑っている時、信じることができた時、おいしいものを食べた時、デルモンテ、デルモンテ〜トマトケチャップ〜♪（31 やデルモンテの回し者ではごじゃりません！）頭の中はごっちゃでも、おいしいものを食べた時にしあわせを感じる単純さあるのことよ。ごちゃな話もどうぞお越しあれ！

康 智善（金）

本年度より学生相談室カウンセラーとして着任しました康 智善（カン ジソン）です。金曜日を担当させていただきます。韓国生まれ、大阪育ちの韓国人ですが、幼少の頃からずっと大阪に住んでいたため韓国人というよりは関西人としてのアイデンティティの方が強いですね。特技は料理（とくにお好み焼きには自信あり）とギター（アコースティック、エレクトリック両方）です。ミュージシャンだった父の影響もあり、音楽には幼少から親しんできました。楽器は何でも好きで、自宅ではギターの他にキーボードやベースも演奏します。最近はドラムスクールに通ってドラムスの練習も始めました。大阪でバンド活動（30 年来続いているシニアバンドです）を行っており、心齋橋や梅田のライブハウス等に時々出演しています。

現在は京都市伏見区在住ですが、この季節は自宅周辺（丘陵地で林が多いです）でウグイスの鳴き声を毎日のように聞きます。ウグイスのさえずりは毎年2月下旬から7月上旬まで聞くことができますが、さえずり始めは「ホーホグッ」「ケキョッ」みたいにあまり上手ではありません。でも毎日練習を重ね、5月を過ぎる頃にはとっても美しく「ホーホケキョ」とさえずるようになります。この独特のさえずりはオスがメスを呼ぶ求愛のサインだと言われていますが、近辺にライバルのオスがいると俄然張り切ってさえずりの競い合いが始まるので、それはそれは美しく力強く鳴くようになります。我が家では季節の風物詩みたいになっています。切磋琢磨し合って伸びるのは野鳥も人間も同じなのですね。私も新しい職場で刺激を受けて、ウグイスに負けなように切磋琢磨していきたいと思います。

阪本 路子（火・木）

このところ私のはまっていること…それは「お笑いライブ」を観に行くこと。この冬、友人たちと“笑いの殿堂”として名高い吉本新喜劇を観に行ったことがきっかけで、それ以来時間が出来ると漫才を中心としたライブを観に行っています。生まれも育ちも大阪で仕事以外では大阪を出たことがない私は、それこそわざわざ NGK まで足を運ばなくても“お笑い”に不自由することはなく、観に行ってみようと思うこともありませんでした。なので、友人たちとの新喜劇観劇は意外にも人生で2度目の体験でした。前説での盛り上げ方からさすがで、新喜劇前の漫才が始まる頃には舞台と客席の一体感、そしてこちら側の「楽しむ」姿勢が自然と整っていて、気付けば体も前のめり。TVで観て好きになっていた漫才師の登場にミーハー的な大きな拍手、お決まりのネタに笑い、漫才独特の言葉遊びに感嘆の声をあげ、終始笑っていました。「笑う」って…「笑える」って素敵だなあ…と、帰る頃には色々なものが浄化され、いつの間にかスッキリしている自分がいました。

音楽ライブや演劇以外の新しい「ライブ」の魅力に出会った今。舞台上のミュージシャンや役者、芸人さんの「生の声」は決して独りよがりではなく、客席の私たちに届けることを大切にしている、それは映像を通して観る・聴くのととはまた違い「そこでしか味わうことのできない」唯一。

相談室でも、「生の声」を大切に唯一の時間を過ごしていけたら…と思っています。

原田 寛子（水・木）

こんにちは、はじめまして。水曜日と木曜日に来ることになりました、原田寛子と申します。どうぞよろしくお願いいたします。草木も青々としてきて、ツバメがひゅーと横切ると季節の移り変わりを感じますね。今年はいつもの巣に戻ってきているかな？と近所の軒下を眺めるのも楽しみです。毎日あれしなきゃ、これしなきゃ！とバタバタしますが、全く違う時間軸で動いているものを見ると、少しゆとりを取り戻せるような気がします。やるべきことに合わせて動いていると、いつの間にか自分の“いきもの”としてのリズムや調子を時々見失ってしまう時がありますよね。みなさんは自分なりの調子の整え方はありますか？それぞれいろんな整え方があると思うので、ちょっと皆で話してみても面白いかもしれません♪

私は、今は生活スタイルが変わってできなくなりましたが、青春18きっぷで時刻表片手に旅をするのが好きでした。目的地はいつも温泉地！のんびり鈍行に揺られて、池波正太郎など読みながら、着いた先で何食べよう？何しよう？とふわふわ考えるのも楽しいものです。旅先で起こる出来事に身を任せていると、カチカチだった部分が緩んで気持ちが自由になる感じがします。そして、カチカチだった部分をふんわり結びなおして帰ってくる…相談室も、そういう体験と一緒に共有できる場所になればいいなあと思っています。疲れた時はいつでも立ち寄ってくださいね。



【 開室時間 と 予約方法 】

開室曜日および各担当者

月曜日	河井・小川
火曜日	河井・阪本
水曜日	原田・小川
木曜日	原田・阪本
金曜日	康・小川

受付時間

8：45 ～ 16：30

個別面接時間

① 9：00～ 9：40	⑤ 13：00～13：40
② 9：50～10：30	⑥ 13：50～14：30
③ 10：45～11：25	⑦ 14：45～15：25
④ 11：35～12：15	⑧ 15：35～16：15

★個別面接については、予約が原則となります。

★電話でも予約を受け付けています。

学生相談室 075-574-4239 (9：00～16：15)

医務室 075-574-4119 (9：00～18：15)

★夏期および春期の長期休暇中は、相談室の開室カレンダーでご確認ください。

長期期間中は、学生支援課 (075-574-4114) でも受け付けています。

お知らせ

学生相談室には面接室とは別に談話室もあります。

学生相談室が主催するイベントの会場にもなりますが、普段は、他のラウンジとは違って、学生相談室を利用している人、利用を考えている人、『カウンセリングを受けたいけど…』『ここを休めたい』『静かな空間で過ごしたい』と思っている人が、安心して過ごせる場所です。談話室の利用は予約もありません。

少しゆっくい過ごせる場所があればいいなと思う時は…

ぜひ、学生相談室談話室を利用してください

