

後期が始まりました。夏休み中に崩れた生活リズムを一度リセットして、後期授業モードに切り替えていきましょう。そして、秋は何をするにもよい季節です。短い北海道の秋を存分に満喫してください。

### 学生時代の思い出

教育支援課 アクセシビリティ支援室 CSW 北野 麻紀

大学生時代を振り返ってみると、色々なことに挑戦した4年間だったと思います。

私は、挑戦せずに諦めるのは嫌な性格なので、自分の中で少しでも気になることがあったら、出来る限り挑戦するようにしています。学生時代のことを思い出すと、私は社会福祉学部出身なのですが、ソーシャルワーカーを目指していたので、3年生になると社会福祉士になるための現場実習に行きました。実習後は、他の分野（精神保健福祉や児童福祉など）にも関心が出てきて、4年生になってから、精神保健福祉士とスクールソーシャルワーカーの実習に行こうと決めました。しかし、ゼミの先生からは、4年生で2つの実習に行き、卒論も同時に書くのは無理だと何度も言われましたが、自分で挑戦すると決めた事をやる前から諦めるのは嫌だったので、絶対にやり遂げる！と強く思い挑戦しました。

無理だと言われましたが、最後まで諦めずに達成できたことで、自分の自信にもつながりました。もし失敗していても、「挑戦したけど出来なかった」と「初めから挑戦していない」のとは、自分の中での成長度が全然違うと思うので、挑戦するというプロセスに意味があると思いました。

乗り越えられない壁はないというのを私はモットーにしているので、これからも物事を始める前から無理だと決めつけずに色々なことに挑戦していきたいと思います。

みなさんも、やりたい事や少しでも興味を持ったものがあれば、挑戦してみてもいいのではないでしょうか？

最後に、ご存じの方、まだご存じではない方も多いと思いますので、アクセシビリティ支援室について少しお話ししたいと思います。

今年の4月から、施行された「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）」を機に開設されました。障がいや他の理由で困難を感じられている学生への修学の支援や支援学生（例えば、ノートテイク）の育成等を行っています。

何かしらの支援があれば上手くいくかも…と感じている方は、まずはお気軽にご相談ください。

窓口 : 教育支援課③番窓口

開室時間 : 平日 8:45~11:30 / 12:30~17:00

メール : [acc-support@hokusei.ac.jp](mailto:acc-support@hokusei.ac.jp)


## LGBTって何?

最近、LGBTという言葉を目にしませんか? これは、レズビアン、ゲイ、バイセクシャル、トランスジェンダーの4つの言葉の頭文字を合わせて作られた言葉です。LGBTは、この4つのセクシャリティ(=性のあり方)を表していますが、広い意味では全ての性的マイノリティを含んでいます。LGBTは、人口の5.2%、約20人に1人いると報告されています。セクシャリティは、「体の性」「心の性」「好きになる性」の3要素で考えると分かりやすくなります。(レズビアンは、「心の性」が女性で「好きになる性」も女性。ゲイは「心の性」が男性で「好きになる性」も男性。バイセクシャルは、好きになる相手の性別を問わない。トランスジェンダーは「体の性」と「心の性」が一致しない感覚を持つ)

セクシャリティは人の数だけあります。また、見た目からセクシャリティを判断することもできません。日本では、LGBTへの周囲の無理解や偏見はまだ根強く、LGBTを揶揄する差別的発言に傷つく人がたくさんいます。当然、北星学園大学の中にもたくさんのLGBTの人たちがいます。まずは、多様なセクシャリティの存在を認識することが、大切ではないでしょうか。(『LGBTってなんだろう?』(2014)より一部抜粋)



## 利用の仕方



学生相談室は、月～金曜日(9時～17時)に開室しています。相談希望の方は、直接来室していただくか、メールや電話で予約ができます(相談の秘密は守ります)。相談室内にはフリースペースもありますので、休憩場所として気軽にお使いください。

## 相談スタッフ

こんだ	よしえ	(月～木 担当)
近田 佳江		
あべ	みき	(火・水・金担当)
安部 美紀		
あさひ	まな	(月・木 担当)
朝日 真奈		
かなざわ	たきこ	(金 担当)
金澤 多希子		

※全員、臨床心理士です。

## 精神科医による 心の健康相談

毎月2回、山田秀世医師(大通公園メンタルクリニック)による相談を行っています。精神医学的な立場からのアドバイスを受けたいという方はご利用ください。面接希望をする方は、学生相談室スタッフに声をかけてください。

◆今後の実施予定日◆

9月21日、10月5・21日、  
11月2・16日、12月7・21日

## 編集後記

気候が変りやすい秋は、後期開始時期とも重なって肉体的にも精神的にも再適応にエネルギーがつかわれる時期です。メンタルに不調が見られた時は、気軽に学生相談室を利用しに来て下さいね。(近)

〒004-8631

札幌市厚別区大谷地西2-3-1

北星学園大学 北星学園大学短期大学部  
学 生 相 談 室

相談室直通Tel : 011-891-3929

E-mail : gakuseisoudan@hokusei.ac.jp