

寒さが厳しくなってきましたね。スキーやスノーボードなどを楽しむ人、家に籠って過ごす人、アルバイトに精を出す人、冬の過ごし方も人それぞれだと思いますが、怪我をしたり風邪をひいたりしやすいこの季節、どうぞ十分に気をつけてお過ごし下さいね。

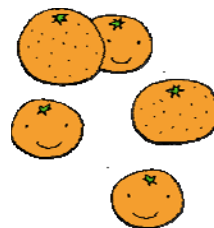
私のアルバイト遍歴

医務室保健師 石井千賀子

私は幼い頃から勤労少女だった。まだ小学校入学前、家業が新聞販売所だったので、姉、兄と共に夕刊配達をした。ほんの数件だったが、どのお宅からもお褒めの言葉とおやつをいただいた。働くことはおいしいことだった。次は中学生の時、農協でキュウリの選別のアルバイトをした。ベルトコンベアーに大量のキュウリが乗ってくるのを、S、M、Lに分けていく。終了時にはめまいがして、乗り物酔い状態だったが、規格外のジャンボキュウリをどっさりいただき、これもおいしかった。同じく中学生の時、秋の農作物収穫のため農家で豆刈りと芋拾いのアルバイトをした。農家の子たちは上手に豆を刈り、大量の芋を籠に入れて運んでいた。私は鎌をうまく使えず、芋は重くて大変だった。農家の子たちを初めて尊敬した。ただ、10時と3時におやつ時間があって、やっぱりおいしい思いをした。おいしい思いをしながら働くことを覚えたので、働くことは良いイメージになり、時間があるとアルバイトをした。絵本の予約販売、ゴルフ場のキャディ、レストランの皿洗い、喫茶店のウエイトレス、洋食屋の出前、家庭教師、寮の電話番、六花亭のお菓子作りなどなど。

そんな中で、ショッキングなできごともあった。高校生の夏休み、競馬場のアルバイトをした。私の役割は「伝令」といって、ゴールした馬の着順記録を各部署に届けるというスピードが要求される役割だった。遠くは3階まで、一気に階段を駆け上がらなければならない。太りぎみだった私にはダイエット効果も期待できるラッキーなアルバイトだった。(今なら、パソコンであつという間に伝達されるのだが。) 楽しくアルバイトしていたある日、ある地方新聞に「高校生、競馬場でアルバイト！」の大きな見出し。高校生が、ギャンブルである競馬にかかわることを批判していた。私は事前に、高校に内容を申請して、アルバイト許可書をもっていた。高校がそれを許可したことの批判もされていた。どうなるんだろう？不安だったが、記事はその1回で終わった。馬券販売など目立部署の高校生はアルバイトを止めたが、私は、高校からの連絡もなく、変わってもらう人もいなく、そのまま続け、皆勤賞のボーナスまでいただいて終了した。でも、あの不安感はいやだった。仕事を選ぶ時、ちょっと考えよう、と思った。

そんなこんなアルバイト経験が、その後の苦労多き？人生を乗り越える力となり、食いしん坊の私となった、ような気がする。



部屋の片付け

皆さんの部屋は片付いていますか？床や机の上に物が置きっ放し、散らかりっ放しになっていませんか？部屋を片付けておくことには、物を探す手間が省ける、作業しやすい、掃除が楽になる、友達を呼びやすい、気分がすっきりするなど色々なメリットがあります。新年を迎えるのを機に、部屋を片付けてより居心地の良い環境を作ってみてはどうでしょうか。

片付けでは、「いらぬ物を捨てる」「物の定位置を決める」という2点が基本となります。まずは“捨てる物はないか”という目で改めて部屋の中の物をチェックしてみてください。そして捨てる決めたらすぐにゴミ袋に入れましょう。どうしても捨てるかどうか決められない物については一時保管用の箱に入れ、一定期間使わなかったら捨てるというやり方もあります。そして、とっておく物については定位置を決めます。よく使う物ほど、戻しやすさを考えて決めましょう。あえて引き出しや戸棚の中に仕舞わず、トレイや籠に乗せるだけにしたり、フックに掛けるようにしてもいいかもしれません。ただし、せつかく定位置を決めても、とりあえずその辺に置いてしまうことが重なればまた散らかってしまいます。日頃から、使った物をその辺に置いてしまう前に“あそこに置こう”と意識して、ちょっと面倒でもすぐに戻すように心がけてみて下さいね。

相談室の開室時間

月	火	水	木	金
近田	近田	近田	近田	小林
白坂	安部	小林	安部	白坂

月曜日～金曜日 9:00～17:00

相談スタッフは2名体制

- ◆直接来室するか、電話またはメールで予約して下さい。

心の健康相談

学生相談室では、本学の上野武治教授（精神科医）による「心の健康相談」を行なっています。精神医学的な立場からアドバイスを受けたい方はどうぞご利用下さい。当日来室して相談することも可能ですが、予約優先になっています。詳細はスタッフに問い合わせしてみてください。

《今後の実施日》

12月8日・22日、1月19日・26日

冬・春休み期間に関するお知らせ

- ・12月25日（木）～1月5日（月）の期間は、年末年始のため閉室となります。
- ・1月27日（火）～3月までは春休み期間中ですので、相談スタッフは1名体制、開室時間は10:00～17:00に変更されます。

編集後記

2008年が間もなく終わります。みなさんにとってはどのような1年だったでしょうか？光陰矢のごとという言葉がありますが、新しい1年も始まってしまえばあっという間に過ぎてしまうものですね。何かと忙しいこの時期ですけれども、今年を振り返りつつ、来年をどう過ごすか思い描くひと時を持つのもいいかもしれませんね。（安）

〒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

直通TEL & FAX 011-891-3929