

寒さの厳しい季節になりました。新しい年を気持ち良く迎えるためにも、体調を崩さぬように十分気をつけてお過ごしくださいね。



「おもい」について考えてみる

学生支援課教務担当課長 佐々木 薫

みなさんは、自分の中で大切にしている「言葉」を持っていますか？

座右の銘とは言えない…けど、何かあった時にフッと思い出すような言葉、そう言った方がよいのかもしれない。

僕にとって、それは「想（思）い」という言葉が当てはまります。ある時は、「想い」がモチベーションとなり自分の中に働きかけ、またある時は、他の人のことを気遣う「思い」となったりもする…不思議な言葉です。

その‘きっかけ’は、今から20年以上も前になりますが、就活で企業主催の講演で、ある映画監督の話しを聞いたことでした。

その時の話しを要約すると、「何かをしようと一生懸命な人の目がキラキラしているのは、一瞬一瞬を見逃すまいと目を見開いているから」、「夢を実現できる人は、いつも想いを周囲に語り、その想いを支えてくれる仲間を作り出しているから」というものでした。その中で、度々触れられる「想（思）い」の大切さ！それから、僕にとってのキーワードとなったのです。

この「想（思）い」への関わり方には、自分の「想い」を発信し、相手や周囲に伝えること（少し勇気が必要になりますが…）と人の「思い」を受止めること、この2つが存在します。ただ、“ややこしい”のは、「想（思）い」には形がなく、目で見たり、確かめたりすることが出来ないところです。

そして、見えないが故、確かめようとする程に、分からなくなったり、迷ったりするのでしょうか。例えば、自分の思い（想い）や意図を相手に上手く伝えられなかったり、相手の意図を上手く受止めることが出来なかった時などは、自分が間違っているのではないかと不安な気持ちになることもあるでしょう。その見えないものを形として現すことが出来るもの…それが「言葉であり行動」なのだと思います。

この先、みなさんは、多くの人と出会い、関わっていくことになるでしょう。それは、自分と周囲の人との思い（想い）や考えが、常に関わり合いリンクしていくことでもあります。そのような中で戸惑う事もあるはずですが、そんな時は、ちょっとだけ勇気を出して、自分の思いや考えを形にしてみてください。いつも上手くいく訳ではありませんが、沢山の出会いと経験の中から、本当に自分に必要なもの、自分だけのキーワードが見えてくると思うのです。

でも、少しだけ思い出して欲しいのは、見えないから、分からないからと言って、必要以上に不安にならないこと。そして、自分は、どんな「想（思）い」を持っているのか？を考えてみてください。あとは、一歩だけ勇気を出してみることです。





SNSを楽しむために

今、SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)は手軽で便利なコミュニケーションツールとして多くの人に利用されています。けれども利用が急速に広がる中で、不適切な発言・行動による被害、誘い出での犯罪行為、詐欺行為、カルト宗教からの勧誘など様々なトラブルが発生しています。こうしたトラブルは、利用者の知識不足や認識不足によって起こってしまうことも多いようです。JNSA(日本ネットワークセキュリティ協会)がまとめた、SNSに関わるトラブルを避けるための措置10項目を挙げておきますので、参考にしながら安全に楽しくSNSを活用してくださいね。

1. 常に公開・引用・記録されることを意識して利用する
2. 複雑なパスワードを利用し、セキュリティを高める設定を利用する
3. 公開範囲を設定し、不必要な露出を避ける
4. 知らない人とむやみに“友達”にならない、知っている人でも真正の確認をする
5. “友達”に迷惑をかけない設定を行う
6. “友達”から削除は慎重に、制限リストなどの利用も考慮する
7. 写真の位置情報やチェックインなど、技術的なリスクを理解し正しく利用する
8. むやみに“友達”のタグ付けや投稿を行わない
9. 対策ソフトを利用し、危険なサイトを利用するリスクを低減する
10. 企業などの組織においては、SNSガイドラインを策定し遵守する



お知らせ

年末年始 12月21日(土)～1月5日(日)は、年末年始休日のため閉室となります。

春休み期間 1月30日(木)～3月30日(日)は、開室時間が10～17時、相談スタッフは1名体制となります。

相談の仕方

学生相談室の開室時間は、月～金曜日の9時～17時です(但し、振替授業のある土曜日は開室します)。相談したい場合、事前にメールや電話で予約することができます。

相談の秘密は守りますので、どうぞお気軽に声をかけてください。

相談スタッフ

近田 佳江 (月～木 担当)
 安部 美紀 (月・火・木 担当)
 小林 佳子 (水・金 担当)
 金澤 多希子 (金 担当)

精神科医による心の健康相談

学生相談室では、大通公園メンタルクリニックの山田秀世医師(精神科医)による「心の健康相談」を月2回行なっています。精神医学的な立場からのアドバイスを受けてみたい方はどうぞご利用ください。

予約優先になっていますが、当日来室してみて空きがあれば相談面接できる場合もあります。

【今後の予定】 12月18日、1月15・29日 (金曜日は10～12時、水曜日は14～16時に実施。)

編集後記

今年度の授業もだいぶ残り少なくなってきました。最後の定期試験さえ終われば、その後は長い春休みです。あと一踏ん張りして、楽しい春休みを迎えましょう。(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: 011-891-3929

E-Mail: gakuseisoudan@hokusei.ac.jp