

これからの時期は、室内外の寒暖差や日照時間の短さ、運動不足、学期末の多忙さなどから、心身の不調が生じやすくなります。睡眠や食事、入浴、軽い運動など、まずは基本的なことを大切にしてお過ごしくださいね。

* * * * * * * * * * * * * * * * *

多様性と共通性

社会福祉学部社会福祉学科教授

アクセシビリティ支援室長

永井順子

講義で歴史的なことを話す際、つい「昔は～」と始めてしまって、「昔っていつなんだ」と自分でツッコミを入れてしまうことが多々あります。「近年の～」も一体いつを指すのかが難しい言葉です。そのため、講義ではなるべく「〇〇年代」などと明確にして話すようにしているのですが、これも例えば「1980年代は～」という表現は、その時代を生きていたか生まれる前か等によって、「小学生の頃だ」「昭和だ」等、意味合いが異なって聞こえるものでしょう。

同様に、「普通」という言葉も「一体何が普通なんだ」というツッコミ対象となるワードです。私は精神保健福祉士の養成を担当しているのですが、実習に行った学生が、精神障害のある人に実際に会って、「普通の人でした。普通って言うのもなんなんですよけど…」とためらいがちに表現するのを聞くと、「だよね。」となります。また、「いい意味で普通」と表現する学生もいます。

日本における精神保健福祉領域のソーシャルワーカーの草分けである谷中輝雄さんは、精神障害のある人の「当たり前の生活」の実現をソーシャルワークの理念として位置づけました。1970年代後半のことです。「当たり前の生活」とは、精神障害のある人が閉鎖的な病院に入院することがそれこそ「普通」だった時代に、地域で「いい意味で普通の生活」をできるようにしようと谷中さんらが掲げた言葉です。さらに、谷中さんは「ごく当たり前の生活」とも言っています。これは「その人それぞれのいい意味で普通の生活」のことであり、「普通とは人それぞれ」であることを含んだ表現です。この表現には、それぞれの人が共に「いい意味で普通」に地域で暮らすという、多様性と共通性の共存を感じます。

多数の人がいる社会では、多様でありかつ共にということは「いい意味で普通」のはずが難しい。だからこそ、ソーシャルワークが大切にしてきた理念なのです。

最後に、私は今年度から、アクセシビリティ支援室の室長をしています。北星学園大学のアクセシビリティ支援室は、多様な学生が大学で共に学ぶことを応援する部署です。多くの学生の皆さんに知っていただけると幸いです。

雪をあらわす言葉

今年も雪の季節がやってきました。雪が降ると雪かきが大変だったり道路が歩きにくかったり、嫌なことが多いと思う人もいるかもしれませんが、でも、雪を表現する日本語には情趣ある言葉が色々あります。そんな言葉を思い浮かべながら雪景色を眺め、風情を味わってみてはいかがでしょう？心が落ち着くひと時になるかもしれません。

風花(かざはな)：晴天に、花びらが舞うようにちらつく雪。

飛雪(ひせつ)：風に吹き飛ばされながら降る雪。

里雪(さとゆき)：平地に降る雪。

友待つ雪(ともまつゆき)：次の雪が降るまで消え残っている雪。

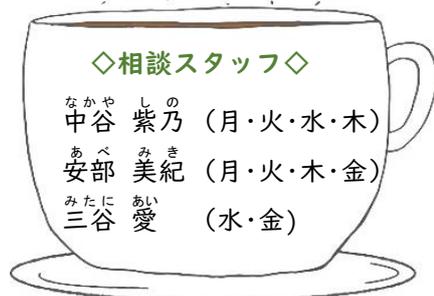
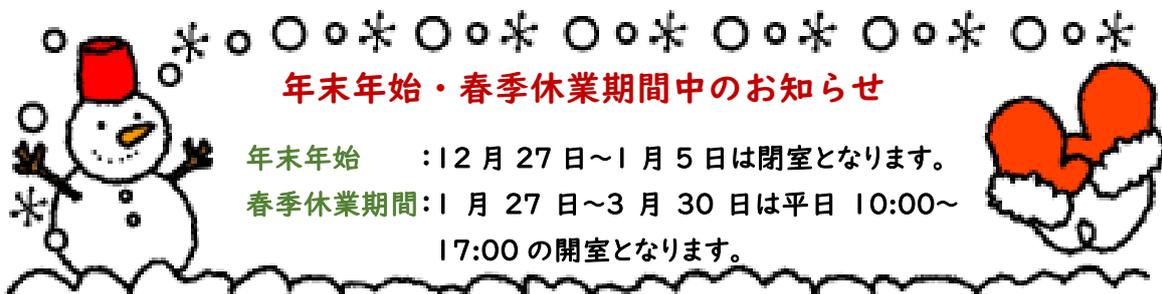
暮雪(ぼせつ)：夕方に降る雪。また、夕暮れに見る雪景色。

雪暗れ/雪暮れ(ゆきぐれ)：雪模様で空が暗いこと。

雪垂(ゆきしずり)：木の枝などに積もった雪が落ちること。

名残りの雪(なごりのゆき)：春が来ても消え残っている雪。

参考文献：「知りたいこと図鑑」 みっけ著



相談には心の専門家である臨床心理士が応じます。

予約はメールまたは電話で受け付けています。メールで予約する場合は、学籍番号と氏名、希望する曜日や時間帯をいくつか明記してください。初回の相談時間は50分です。

ちょっとしたことでもお気軽にご相談ください。



精神科医による心の健康相談

学生相談室では、精神科医師による相談日を月2回設けています。気になる症状がある、医療機関の受診を迷っている、などについて精神科医師に無料で相談することができます。予約は電話またはメールで、学生相談室へお申し込みください。

実施日

12/4、12/18、1/15、
1/29
時間は 10:00～12:00

《編集後記》

今年を振り返ってみて、全然映画館に行っていなかったことに気づきました。他にもできなかったことはありますが、今観たい映画一本は必ず年内に映画館に観に行こうと決心しました。皆さんも、今年のうちに行っておこうと思うことはありませんか？(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
相談室直通Tel: 011-891-3929
E-mail: gakuseisoudan@hokusei.ac.jp