

(八代郡泉村 椎原 緒方家)

主事からのおメッセージ

絶望と青春

教務主事 氷室 昭三先生

みなさんは文学評論家龜井勝一郎（1907-1966）を知っていますか。心にしみる名言をたくさん残しています。たとえば、「すべての欠点は長所に必ずひついている」「模倣とは眞似ではなく自己放棄である」「断言とは一つの自己犠牲である（恋愛において）」「愛とはその永遠性を断言した美しき瞬間である」「青春で最も大切なのは友情と恋愛である」「結婚は恋愛の臺場である」「ユーモアとはその根本に奉仕の精神がある」などがありますが、どこまで聞いたことがあります。

彼は若者に問います。「解決しがたい問題の、解決しがたい所以が、骨身に徹してわかり、自己の非力さと空しさが痛感されたとき、人は絶望します。」そして、動物や子供は絶望することはできないと述べた後、「人間に成りかかっている人間だけが絶望でき、絶望こそが人間として生まれ変わるためにのみならず、さらには絶望しない青春はどうかにごまかしがあると思わればならない」とさえいっています。

つまり、絶望は人生に必ずつきまとうもので、絶望しないような人間はある意味でたよりない人だということです。小さな自己に満足し、なんらの努力もこどもしない人に、絶望までの自己からりえないといふことができます。これまでに絶望を経験されたみなさんには、絶望までの自己から新たに生まれ変わっているのです。

学生時代

寮務主事 井上 仁志先生

私の学生時代は、東京だったでの寮生活でした。有明高専と同じように寮には、いろいろな規則があり大変でした。門限19時30分で食事も風呂も1年生は19時30分だったので、食事をするが風呂に入るか二者択一の日が週に何度もありました。門限に遅れる=連帯責任で1年生全員正座で2時間ほど説教（有明高専では談話？）がありました。当時の寮の先生は、「君たちは、先輩に叩かれる（殴られる）と思うがそれは、君たちのことを思つてのことだ、それは、先輩の愛のムチなんだ」と言わっていました。掃除は、毎日半袖短パンで雑巾がけ、部屋の掃除の後で、塵が見つかたら即説教です。部屋は、8人部屋で1人指導寮生がついています。点呼は、5分前整列完了で、列は、ものさしで1センチの狂いもないように測つて並び、太鼓の音を合図に点呼をとりますが、1から20までなら3秒以内にこらないと、手方もや説教です。消灯は、23時で太鼓が3回なるまでに電気を消さないと説教です。寮から学校まで1年生は駆け足で、先輩を追い抜いたらすぐ接拶、歩いているところを見つかります。今では、懐かしい思い出ですが当時は結構悩みました。1人で悩んでも解決するのが難しいこともあります。今は、学生相談室もあるので、1人で悩んでいて解決の糸口が見つからないような人がいたら学生相談室に相談してみたらどうでしょうか。私の時代には、なかつたなあ。



学生相談室スタッフ

カウンセラー 光富 有美（臨床心理士）



言葉にするって大切です。すぐには解決しなくて、話すだけで何か変わりはじめるともしません。皆さん思っていることや感じていること、どんなことでも話して来てくださいね。

カウンセラー 井上 和美（臨床心理士）



学生生活どうですか？ チヤレンジした分だけ、楽しいこともあります。色んな気持ちを一人で抱え込まないで大丈夫ですよ。ぜひ私達にも聞かせてくださいね。

電子情報工学科 嘉藤 直子



この顔を見かけたら声をかけてくださいね。皆の話を聴くのが大好きです。皆のお助けマン（ウーマン？）になります。思っています。

一般教育科 西山 治利



1人で悩んでいませんか？ 1人で悩まず話しに来てみてください。解決の糸口が見つけられるかも！

一般教育科 谷口 光男



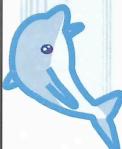
「すべての人間は、生まれつき、知ることを欲する。（アリストテレス）」「なぜ？ どうして？」と思ったときは、ここに来て下さい。いつよに答を見つけてましょう。

一般教育科 徳田 仁（室長）



「すべての人が、自然なことです。悩むのではなく、生きている証拠。どうしゃ降りがります。ふさいだ気分のときも、晴れ上がるときも、いつでも大歓迎です。」

相談室の新しい顔



学力アップの秘訣！？

カウンセラー 光富 有美先生



みなさん、こんにちは。カウンセラーの光富です。

今日はちょっとだけ生活に役立つ心理学を紹介したいと思います。

みなさんは、「テストで良い点とりたい！」「夏までに痩せたい！」など思うことはありませんか？ 実は、こうした目標を達成しやすくする方法があります。それは・・・「今度のテストで自分は良い点をとるために違いない」と予言する、これだけです。ただ、この予言を実現するには、ちょっとしたコツがあります。まず、「自分はできる！」と信じること、そして、予言を周囲に宣言したり、紙に書いたりと目に見える形にすることです。

人は、根拠のない予言であっても、「自分はできる！」と信じることで、予言を実現させたために一生懸命、努力をします。特に、目標を目に見える形にすると、より効果的です。たとえば、「テストで良い点をとる！」と予言したら、勉強せずにTVを見ようとするたびに「テストで良い点！」と書いた紙を見て思いつまとまり、外では周囲にアピールした手前、勉強を頑張る姿を見せるようになります。・・・普段から自然と予言の実現に向かつて行動します。その結果、予言を実現してしまうのです。このように「自分で自分の未来を予言して、自分でそれを達成してしまう」ことを心理学では「自己成就予言」といいます。

こんなテクニックを知ることで、今よりも少し楽しい生活を送れるかもしれません。そんな生活を送るために手伝いができると思います。よろしくお願ひします！

皆さん、こんにちは。今年度から相談員になりました一般教育科の西山です。



相談員の西山です

有明高専に着任して18年目（途中2年間、教員間交流として熊本高専八代キャンパスに転勤していました）になります。

着任当時は、あまり学生さんとの年も離れておらず、しかも髪も黒かつたためか、結構学生たちが教員室を訪ねて来てくれていました。ほとんどが数学に関する質問が多かったのですが、中には他教科の質問や雑談だけという人もいました。その頃、学生さんたちでお茶を飲みながら、話が大きにならぶと思っていました。

今回、相談員になつたわけですが、皆さんの悩みを解決できるかどうかはわかりません。ただ、皆さんのお悩みを聞くことはできます！ 1人で悩まず、話しに来てみてください。他愛ない話でも結構です。一緒に、お茶を飲みながら話をしませんか！ 待っています。

あなたはデートDVを知っていますか？

デートDVとは

DVはダメスティック・バイオレンスの略で、主に夫婦間での家庭内暴力を意味しています。デートDVとは、交際相手から受けける暴力のことです。身体的暴力だけでなく、相手の嫌がる言葉や人格の否定による精神的暴力、相手の行動の制限を強制する社会的暴力などを含みます。

どんな場合がデートDV？

具体的な例をいくつか挙げます。

身体的暴力：腹を立てて相手を殴る、蹴る、物を投げたり、肩をつかんだりする。

精神的暴力：汚い言葉を使い相手を怒鳴る、傷つける。「バカ」「お前はダメだ」など。

行動の制限：相手がどこへ行くか、誰と話すか、何を着るか等について指図する。相手の携帯電話のメールをチェックしたり、友達のメールアドレスを消させる。

経済的暴力：相手にいつも奢らせたり、相手から金を借りて返さない。

何故デートDVは起ころの？

デートDVが起ころる背景として、主に、①男女共に「男は強くて弱音をはない、女は優しく、が弱く控えめ」「女はおとなしくついていく」という固定観念、②理由が正当であれば、暴力を振るつてもよいという暴力を肯定する傾向、③交際相手を信頼し尊重するよりも、嫉妬や思い込みから相手の行動を束縛することが愛情の表現だとの思い違ひ、が上げられます。

デートDVを防ぐには？

- ① 男女感の性差に関する間違った固定観念を払拭する。
- ② 相手を尊重し、信頼する対等な男女の関係を学ぶ。
- ③ コミュニケーション能力を身につけて、相互の円滑なコミュニケーションを図る。

我慢しないで相談を！

1人で悩んでいませんか？ 自分が我慢すれば良いと思つていましたか？ 上に記した具体的な例の一つでも思い当たることがありましたら、気軽に相談室を訪ねてください。

ハラスメント講演会を実施しました

平成24年3月14日(水)の午後2時より、視聴覚室でハラスメントに関する講演会を開催しました。本校のハラスメント防止研修の一環として、「教育現場におけるハラスマント問題」の演題で、広島大学ハラスメント相談室長の横山美栄子先生にお話して頂きました。

先生は先ず、セクシュアル・ハラスメント、パワー・ハラスメント、アカデミック・ハラスメントになり得る言動の具体例から話の口火を切り、続いて、その対策の最近の動向、ハラスメント行為で加害者になった事例での処分報道へと話を展開しました。更に、ハラスメントが起ころる背景、高専のハラスメント問題の背景についても言及しました。質疑応答の時間では、フロアから「ハラスメントの相談を受けた場合、支援が必要か否かの見極めのポイントは?」「パワーハラをしている人のへの対応は?」等の質問がなされ、それぞれの質問に講演者から適切な応答がありました。

本校教職員65名が参加した今回の講演会は、学生・教職員のハラスメント防止対策として、教職員の意識改革に有意義だったと確信しています。

(相談室 徳田 仁)

『心の掃除』の上手い人 下手な人』 恥ずかしいことですが、私は部屋の片付けが苦手です。普段からこの苦手なことを何とかしたい気持ちから「片付け」「掃除」などのタイトルを目にするとき、つい手に取ってしまうことがあります。

一読のススメ



そんなわけで、まずこのタイトルに興味を持ち、普段はとばしてしまう前書きを読んでみました。「心のありようは、部屋の整理整頓、片付けぐあいでわかる」の一文に衝撃を受けて、気楽に読むことができました。

「うまいくけばよし、失敗しても悪くはない」「つらいときは、自分をほめてほめつくな」「きちんと準備する人に、幸運が舞い降りる」など、前向きに生きるためにちょっとしたヒントが盛りだくさん。忙しい毎日を過ごしている皆さんでも、目次を見て興味のある項目から読み進めても十分楽しめます。

「心の掃除」とは、毎日をすっきりした気持ちで過ごすための処世訓に思えます。自信のなさ、心のとまどい、無気力、不安、ストレス、コントレックス等から自己を解放し、「もっとすっきり前向きに生きたい人」には一読に値する本です。

(保健室 分山禪美)

●ハラスメント相談室

現代社会にはセクハラ、パワハラ、アカハラ等のハラスメント行為が満ちあふれていると言われています。皆さんがそのようなハラスメント行為に遭遇したときに、利用してもらいたい窓口がハラスメント相談室です。ハラスメント相談室はすべての学生と教職員に開かれた窓口です。他人の言動が「きつい」「つらい」と感じらるとき、少しでもそれを和らげるお手伝いをし、その対応を考えます。みんなで問題にあればきっと解決の方向が見えてくるはずです。ハラスメント相談室は皆さんそのための窓口なのです。

一般教育科 鮎島 朋子

〔図書館東側3F〕

毎日は誰かとの関わり合い。だから、傷つけたり、傷ついたり、傷つけられたり。その気は全然なくとも、誰かを苦しめているかも。そんな「かも」が起こらないように、まずは、毎日何かに感謝しよう!小さな良いこと見つけてみよう!



学生課 奥苑 登志子

〔学生課1F〕

学校（職場）は楽しいことばかりではありません。でも、みんなの思いやりで楽しく過ごせたらいいですね。そのためのお手伝いができるたらと思います。

総務課 池田 純久

〔管理棟1F〕

悩んでいませんか。微笑みを忘れていませんか。ハラスメント相談室は、あなたのためにあります。

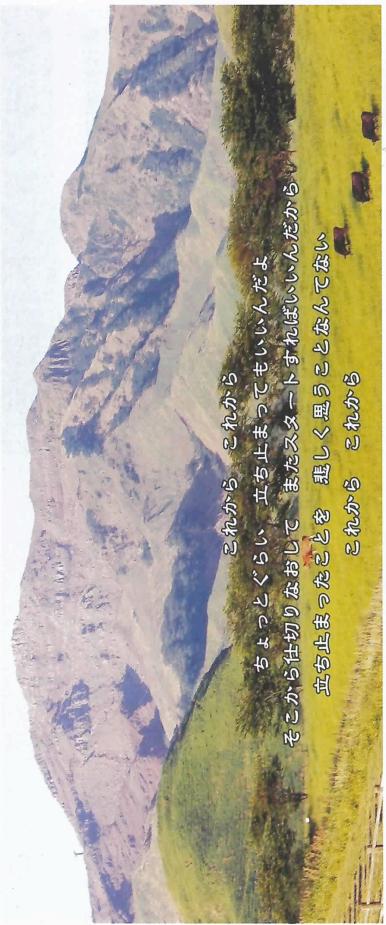


一般教育科 中島 洋典（室長）

〔図書館東側2F〕

皆さん、楽しい学校生活を送っていますか。あなたの周りのいろんな言動が、楽しいはずの学校生活を苦しめてしまっていません。そのような時、問題解決のお手伝いをするのが我々相談室です。学校生活のより良い環境を求めて、思い切って一步踏み出してみませんか。





保健室便り

日焼けは、やけどと同じです

赤くなつて、ヒリヒリと痛い日焼け。日焼けは「やけど」と同じ状態です。ですから、日焼けをしたときも「やけど」と同様、よく冷やすことが手当のポイントです。冷たいタオルを当てたり、冷水シャワーをかけたりして、ほりがおさまるまで冷やしときましょう。腫みがひどいときや水ぶくれができたらときは、水ぶくれはつぶさず早めに皮膚科を受診しましょう。また、日焼けの後は、身体が脱水状態になつていることもありますので、水分をよくとるようにしましょう。



相談室の場所は・・・

- 学生相談室 修己館1階保健室の左隣り ☎ 0944-53-8657
- カウンセリング室 修己館1階保健室右隣り ☎ 0944-53-8625
- 谷口教員室 一般教育科北棟2階 ☎ 0944-53-8662
- 西山教員室 一般教育科北棟2階 ☎ 0944-53-8675
- 嘉藤教員室 電子情報工学科棟2階 ☎ 0944-53-8718
- 徳田教員室 一般教育科北棟3階 ☎ 0944-53-8639



気絶に防ねて
ください!!



編集後記

相談室の運営に携わつて5年が経過した。面談した学生も多く進学・就職・進路変更で本校を県立つた。進路変更後、関東の大学で学んでいたK君が相談室を訪ねてきました。将来、先生になる夢を熱く語ってくれました。大学に進学したTさんに、「大学内で偶然面会した」書籍やファイルを一杯詰め込んだバッグを抱えて、「研究で毎日四苦八苦です」と言つた。言葉の内容とは反対に、その顔は微笑み、目は輝いていました。元気な様子に安堵しました。

その後、西山先生と徳田先生(臨床心理士)が新たに相談室に入りました。3月まで相談室を支えて頂いた坪根先生と番川先生に感謝申上げます。また、「微笑み」が発行のために、学生への励ましメッセージを執筆された教職員の皆様に感謝申上げます。(室長)

