

全学生必修の共通科目「女性みらい」を開講しました

多彩な実践プログラムと女性に関連する問題の研究を通じて、さまざまな年代の女性のみらい作りを応援する「女性みらい研究センター」。今年は活動の幅をさらに広げ、金城学院大学全学生必修の共通教育科目「女性みらい」を開講しました。どんなプログラムで、どんなことが学べるのか、宗方比佐子先生に聞きました。

人間科学部 多元心理学科 教授
女性みらい研究センター センター長 宗方 比佐子



「女性みらい」の授業風景。

ライフステージごとの、女性の心身の健康について学び、理解を深める

「女性みらい」の講義は全8回。多くの女性が直面すると予想されるライフステージごと（青年期・妊娠・出産期・育児期・中年期・老年期）の「心理的危機」と「身体的課題」について学び、理解を深めていきます。心と身体は密接につながっています。心の疲れは身体の不調につながり、身体の不調は心にも影響を及ぼし、生活の質も低下します。「女性みらい」を開講したのも、ライフステージごとの心と身体の健康を学ぶことで、本学のすべての学生が、生涯にわたって心身ともに健康に過ごしてほしいという願いが込められているのです。

「講義を受けるのは、全学部、全学科の1年生。たとえば青年期の心身の健康ならまさに今の自分たちの問題ですが、妊娠・出産とか、中年期や老年期となるとまだ先の話でピンとこないかもしれません。でも、いずれその時期を迎えた時に、あの時学んだのはこのことね、と気づき、周囲に相談するなりして早めに対処してくれればいいな、と。今はそのための種蒔きをしているところです」(宗方先生)

第一線で活躍する専門家が映像で講義

授業では、毎回、前半で各テーマに応じた専門家の講義を映像教材で視聴。後半で授業担当教員の指導のもとグループ討論をしたり、ミニレポートの作成を行います。第3回の講義『妊娠・出産期の心身の健康』の映像に出演する講師は、大学病院でがん・生殖医療専門心理士として活躍する伊藤由夏先生。第7回『ストレス低減法』は、現役の医師でヨーガスタジオも主宰する齊藤素子先生。各分野の第一線で活躍する専門家

の話が聞けるのも、「女性みらい」の魅力のひとつでしょう。

また、第2回『青年期の心身の健康』では、本学多元心理学科の定松美幸先生が、うつ病、摂食障害、パニック障害など主要な心の病気について解説した上で、青年期に心身を健康に保つコツを伝えています。宗方先生によれば、大学で学部学科を問わず全学生に心の病気をここまでしっかり教える授業はほとんどないとのこと。実際に講義を受けた学生たちも、「心の病気は誰でもかかりうる病気で、しかも数が増えていること。もし、かかっても1人で抱え込まないことが大事だということを知り、ためになりました」と話します。「母親はいま更年期障害なのかも。だったら受けとめてあげようと思った」。これは「中年期の心身の健康」の講義を受けた学生の感想。「女性みらい」は、自身の健康意識を高めるだけでなく、他者への理解や気づきももたらしてくれるようです。

映像教材は国際情報学科の学生が制作

授業で使う映像は全て国際情報学科 後藤昌人ゼミの学生が制作。宗方先生から依頼を受けて半年間、夏休みも返上して取り組みました。取材、撮影、編集、ナレーション、すべてを学生が担当。修正を繰り返してようやく完成させました。「この授業を1年生の時に受けることで、きっと充実した4年間を過ごせるはず。先生方のメッセージを大切に受け止めてほしい」。後輩たちに、こんなエールを送ってくれました。



講義をする先生の顔が見えるようにしたのも、後藤ゼミの発案。



「今後も改良を重ね、もっといい教材にしていきたい」と、映像教材を制作した後藤ゼミ生(3年生)。



豊かで美しい自然を感じながら お散歩を楽しんでいます

幼稚園の子どもたちは、お散歩が大好きです。秋になると気持ちのよい気候となり、沢山の落ち葉や木の実に触れること



ができることから、お散歩の機会が増えます。10月に入り子どもたちの生活も落ち着いてきた頃、年少児の学年別あつまりの時間に、満3歳児クラスの子と一緒に散歩に出かけました。いつもは年長さんに手を繋いでもらって一緒に移動することが多い年少さんは、少し戸惑いながらもお兄ちゃん・お姉ちゃんとして頼られることに喜びを感じていました。

自然の恵みにあふれた大学構内は 絶好のお散歩コース

今回のお散歩コースは、薬学部の薬草植物園まで。園を出発し、最初に子どもたちの目に入ってきたものは、地面に落ちている沢山のどんぐり。その魅力的な木の実を拾わずにはられない子どもたち。「小さいどんぐり、大きいどんぐり、色々などんぐりがあるね」そんな発見をしながら進んでいきます。次は大学校舎W8号館に続く階段です。「あ、クモ発見！」「これ何かな～。ミミズ??!」自然豊かな大学構内では様々な小さな生き物にも出会うことができます。下り坂をずんずん歩いていくと、目的地の薬草植物園に到着です。「おおきーい！これ何？」温室に興味を示す子どもたち。その隣にあるヘチマのトンネルを「なんだろ、なんだろ」と心を躍らせながら通り抜けていきます。「これ



幼稚園にもあったよ。ザクロ一緒だね」自分の気づきを誇らしげに教えてくれる子どもたち。様々な植物は子どもたちの好奇心を刺激してくれました。

最後は園前にある池を通ってお散歩は終了です。この池には魚やカエル、カメなどが住んでいて、運が良くと白鷺に会えることもあります。このように自然豊かな大学が近くにあり、安全にお散歩に出かけられる環境があることは、幼稚園にとってとても恵まれた環境といえます。大学と幼稚園が関わり合い、連携が取れることに感謝します。



健やかな心と体を育むお散歩

「は一楽しかった、お腹すいたー！」園に帰って来た子どもたちの表情は生き生きとしています。沢山歩いたので、しっかりお腹も空きます。よく遊び、よく食べることは心身の成長に大切なことです。けれども、散歩の途中で疲れてしまう子、大人を抜かして先に進んでいってしまう子、道の端を歩かず真ん中まで出てきてしまう子を見ると、歩く機会が減ってきているように感じます。特に子どもたちは歩くことで体力がついたり、危険を伴う外出でのルールを知る機会となるので、積極的に歩いて欲しいと願います。私たち保育者も、お散歩で得られる心豊かな時間を大切にしていきたいと思っています。

大人も子どもも気持ちのよい時季には、神様から与えられている豊かで美しい自然を感じながら、いっぱいお散歩を楽しみたいと思いました。



本校の小栗治子さんが 「第70回全国植樹祭」高校生司会者に

2019年6月2日(日)、愛知県森林公園で「第70回全国植樹祭」が行われました。令和になって最初の植樹祭で、式典には天皇皇后両陛下も御臨席され、お手植えとお手撒きを行いました。



この記念すべき式典の進行役を務めたのが本校3年生の小栗治子さん。3人の高校生司会者のひとりとして、見事にその大役を果たしました。

自分たちを信じて臨んだ本番。 無事終了ときは達成感に包まれました

「全国植樹祭への参加が決まったのは、昨年の12月。突然の知らせにびっくりしました」と小栗さん。「特に今年の植樹祭は両陛下が揃っての初のご公務。しかも節目の70回目ということで、身が引き締まると同時に、とても光栄に思いました」と言います。



小栗さんは金城中学の1年生から放送部に所属。ボイストレーニングや校内放送を行うかわら各種放送コンテストにも参加して日頃の活動の成果を競ってきました。そんな努力が実り、小栗さんは高校1年生で“放送部の甲子園”とも呼ばれる「NHK杯全国高校放送コンテスト」のアナウンス部門で全国大会に出場。昨年も、全国大会出場は逃したものの、愛知県大会での入選を果たしています。植樹祭の高校生司会者に抜擢されたのも、そんな小栗さんの実績が評価されたに違いありません。

「式典は、プロローグ、天皇皇后両陛下によるお手植えとお手撒き、エピローグと約2時間に及び、私たち3名の高校生司会者はその全ての工程で進行役を務めなければなりません。参加が決まってから本番までの半年間は練習に明け暮れ



アナウンス席に並ぶ高校生司会者。お揃いの有松・鳴海絞りのターバンがよく似合います。

ました。使い慣れない言葉のアクセントやイントネーションにも気をつけて」(小栗さん)

そして迎えた本番。積み重ねた練習とチームワークで、不安を自信に変えた3人は、堂々と、しかも高校生らしい爽やかなアナウンスで式典を盛り上げました。「素晴らしかった」「優しい声に癒された」など、見事な司会ぶりに周りの式典参加者からも賞賛の声があがりました。

「植樹祭での司会は私にとってかけがえのない体験。一緒に司会した仲間とは、いつしかお互いを思いやる心が生まれ、友情が育れました。それは一生の宝物です」(小栗さん)



分厚い台本。表紙には総合司会を務めたNHKの浅野正紀アナ、放送部顧問の市田貴子先生、共に司会を務めた山田華凜さん(菊里高等学校)、安田彩乃さん(南山高等学校女子部)のメッセージが。

将来は「声」を生かした仕事に就きたい

現在、小栗さんが力を注いでいるのは番組の制作。テーマは「生徒会」。そこには「頑張ってる活動している生徒会の役員に密着し、その仕事ぶりや活動の裏側をみんなに紹介したい」という思いがあります。「高校卒業後は金城学院大学の国際情報学部に進み、情報メディアをいろんな角度から学びたいと思っています。アナウンス技術も磨きたいし、ラジオ番組も作ってみたい」と、やりたいこと、学びたいことがどんどん溢れ出てくる小栗さん。将来の夢は、アナウンサー、朗読家、ナレーター、司会者など、自分の声を生かせる仕事に就くこと。夢に向かってまっすぐに歩む小栗さんにエールを送りましょう。



少年少女国連大使、佐藤由果さんが この夏、スイスとスウェーデンで研修



佐藤由果さんは本校の2年生。日本青年会議所(JCI)が全国の中学生・高校生を対象に募った「少年少女国連大使」に選ばれ、夏休みを利用してスイスとスウェーデンを訪問。全国から集まった33名の仲間たちと、国連の掲げる世界平和とSDGs(持続可能な開発目標)についての研修に参加してきました。

マララさんの活動に共感して、大使に応募

佐藤さんが「少年少女国連大使」に応募しようと思ったきっかけは、マララ・ユスフザイさんの著書を読み、「すべての子どもに教育を受ける権利の実現を」という訴えに共感を覚えたこと。いろいろ調べているうちに「少年少女国連大使」に辿りつきました。応募に必要なものは作文とプレゼンテーションの映像(1分間)。佐藤さんは、マララさんの活動にふれながら、子どもが平等に教育を受けることの大切さについて自分の思いを綴り、見事大使のひとりに選ばれました。「少年少女国連大使」は、次世代の民間外交を担う人材の育成を目的にJCIが主催するプロジェクトで、9年目となる2019年は、全国から選ばれた33名の大使が、7月27日から8月5日にかけてスイスとスウェーデンでの研修を受けてきました。

SDGsのために自分ができること

ジュネーブでは国連欧州本部やWHO、UNHCRなど、国連の専門機関を訪問。最終日には国連本部でプレゼンテーションを行いました。「スイスの学生と日本人がひとつのチームになり、SDGs4番目の目標「質の高い教育をみんなに」をテーマに



スピーチをしました。夜遅くまで議論し、ひとつのプレゼンを作りあげる

プレゼンテーションを行った仲間たちと。

のは大変でしたが、達成感も大きかった」と話します。

次に訪れたスウェーデンのマルメは、世界で最もSDGsに先進的に取り組んでいる都市。街を歩きかうバスの燃料は生ごみを原料としたバイオガス。スマホのアプリで利用可能な電動キックスクーターやシェアサイクルも、街の至るところに置いてあります。「日本ではゴミは不要なものとして扱われますが、マルメでは資源であり、利用価値のあるもの。日本との違いを痛感した」と佐藤さん。徹底した省エネと環境配慮で持続可能なまちづくりを推進しているマルメでの体験は、「SDGsのために自分は何ができるのか」を改めて考える機会にもなりました。



どこでも乗り捨て可能な電動キックスクーター。



バイオガスで走るバスにはスウェーデン認定エコラベル(グッド環境チョイス)のマーク。乗り心地は快適でした。



SDGsをひとりでも多くの人に知ってほしい

少年少女大使には、帰国後も自分の住むまちや地域でSDGsの大切さを伝えていくミッションがあります。「SDGsは2030年までに達成しなくてはいけない目標。それはひとりでは絶対できません。まずは2030年になる頃に社会人となる同世代の子たちにSDGsを広めたい」と佐藤さん。10月には本校の全生徒対象に研修で学んだことを伝えました。具体的な行動目標は、マイボトルやエコバッグを持ち歩くことでプラごみを減らすこと。海外での実体験を通して多くを学んだ佐藤さんの今後の活躍が楽しみです。

▶帰国後は愛知県知事やカナダ領事館などを表敬訪問(写真は地元のみやま市での表敬訪問)。

▼欧州国連本部前で。

