就業体験型インターンシップ

社会知り将来を考える

本学キャリアデザインセンターは、就業体験型インターンシップを提供している。これは夏期休暇、春期休暇期間中に、企業や官公庁などで1週間～3カ月間、就業体験を行うプログラム。

近年の就職活動では、インターンシップに高い注目が集まっているが、キャリアデザインセンターでは、インターンシップを就職にだけ生かすのではなく、体験を通じて社会を知り、今後の学生生活の目的意識を高めることを主眼にしている。

参加者は学年を問わず、事前・事後の研修を義務付けている。内容は▽企業・行政機関▽NPO▽外国人留学生▽農業▽道の駅▽海外▽中長期――とさまざま。キャリアデザインセンターでは随時相談に応じるので、自分にあった受け入れ先を見つけてほしい。春期の説明会は11月中旬に開催の予定。詳細はポータルサイトでお知らせする。

キャリアデザインセンター

体験記　藤浦　ゆずさん（商3）

できることを見極める

昨年度の春期インターンシップに参加した藤浦ゆずさん（商3）から話を聞いた。

本格的な就職活動を始める前に、自分ができることは何か見極めたいと思ったのがインターンシップ参加のきっかけです。2年次の冬、春期インターンシップ申し込み締め切り当日にキャリアデザインセンターに駆け込み、エントリーシートを書き上げました。

受け入れ先は一般社団法人ミス日本協会。2～3月の約20日間、就業体験しました。

SNSに関する業務を担当し、ミス日本が出席するイベントに同行、記事と写真をアップしました。本職のカメラマンに交じって、少しでもいい写真を撮ろうと必死に場所を確保しシャッターボタンを押しました。

一介の大学生では会うことができない役職の方とお会いし、たくさんのスタッフが仕事する様子を見るだけでも勉強になりました。一つのイベントでこんなに大勢の人が動くんだと驚いたことも。

仕事上で注意されたこともありますが、そこから「自分が求められているものは何か」を考えて行動するようになりました。

周囲では、3年次の夏にワンデーインターンシップに参加する人が多いですが、早い時期に長期の就業体験することをお勧めします。キャリアデザインセンターで相談することも、自分の道を見つける一助になります。

私はずっとキラキラした世界を支える仕事に憧れていました。実際に華やかな舞台の裏方を体験したことで、大きなステージを支えるには自分に強みがないといけないと知りました。インターンシップ終了後は、そのための勉強に励んでいます。

SKV SIV　石巻で合同合宿

防災、地域貢献を行う学生ボランティアグループであるSKV（専修神田ボランティア）とSIV（専修生田ボランティア）は、宮城県石巻市で8月7日から9日まで合同合宿を行った。参加メンバー38人は、地元の小学生とゲームで遊び、東日本大震災の復興を支援する石巻焼きそばの作り方を習得した。

初日は、復興まちづくり情報交流館や旧大川小学校、南浜・門脇地区など津波被害のあった石巻市内をバスで巡り、防災の重要性を再認識した。

2日目は地元小学生を対象に石巻専修大学で専大まつり（ミニ運動会）を開催。小学生に楽しみながら防災を学んでもらおうと、クイズやゲームを行った。

最終日は、地元の製麺会社の島金商店で石巻焼きそばの作り方を教わった。石巻焼きそばは、せいろで2度蒸し、味付けはソースではなくだしを使うなど独特な作り方の人気ソウルフード。ここで教わった石巻焼きそばを神田と生田両キャンパスでの鳳祭で振る舞う。

震災後、SKVとSIVのメンバー有志は毎年石巻でボランティア活動を行ってきた。3年前からは合同合宿を開催し、被災地支援を続けている。SKV副代表の加藤晃司さん（法3）は「震災から8年たつが、石巻の復興をみんなで協力支援していきたいという思いを強くした」と語っている。

旧大川小の裏山に登って校舎を見る

石巻焼きそばの作り方を学ぶ

アイスホッケー部を応援

躍動する姿紹介

専修大学アイスホッケー部の活動を伝える企画展が、9月17日から10月4日まで神田キャンパス近くの喫茶Kanda Coffeeで開催され、多くの客が目を留めていた。

同店でアルバイトをするアイスホッケー部員の石橋広大さん（法4）が企画した。関東大学秋季リーグ戦に備えて行われた夏合宿や交流試合の写真を中心に、メンバー27人の紹介や部の歴史をパネルで展示。店頭には試合や練習で使われるユニホームやシューズも。躍動する部員たちの活動を紹介した。

北海道苫小牧市出身の石橋さんは、アイスホッケー部でフォワードを務め、チームのスケジュール管理やマネジメントを行う主務も担当。法学部での授業がある神田キャンパス、寮のある生田キャンパス、練習場がある東京都東大和市・東大和スケートセンターの3地点を行き来する毎日だ。

専大アイスホッケー部は関東大学リーグの1部Bグループ。9月28日から始まった秋季リーグ戦で2勝2敗（10月6日現在）。Kanda Coffee企画展を見て試合の応援に駆け付けた卒業生や客もいる。

石橋さんは「今季こそAグループに昇格したい。自分にとっても最後の年。全力で頑張ります」と意欲を語っていた。

企画展は引き続き、Kanda Coffee H／M店（東京都千代田区神田神保町2の10の3）で開催中。10月31日まで。☎03・5213・4337

企画展を行った石橋さん。店頭にはユニホームやシューズも展示された

PBLプログラム

11、12月に報告会

キャリアデザインセンターが実施する「キャリアデザインPBLプログラム」の1年間の取り組みを報告する会が11、12月に開催される。

PBL（Project Based Learning＝課題解決型学習）は学生が主体的に社会的課題に挑戦するプログラム。地域活性化や企業の事業活動に取り組んできた成果や、学生が自ら考え出した起業アイデアを報告する。

【課題解決型インターンシップ】民家園通り商店会夏祭りでパレードする学生たち＝7月20日

【課題解決型インターンシップ成果発表会】
▽11月30日（土）12時50分～　▽生田キャンパス211教室

【専大ベンチャービジネスコンテスト・プレゼン大会】
▽12月7日（土）12時30分～　▽生田キャンパス202教室

【専修リーダーシップ開発プログラム・最終報告会】
▽12月19日（木）16時45分～　▽生田キャンパス201教室

※観覧希望者は開催5日前までにメール（career@acc.senshu-u.ac.jp）でお申し込みください。（場所は予定）
【キャリアデザインPBLプログラム】https://www.senshu-u.ac.jp/career/careerdesign/pbl-program/

緑地帯

先延ばし

先延ばしで失敗した経験はあるだろうか？

先延ばし（procrastination）とは、それによって事態の悪化が予期されているにも関わらず、課題への取り組みを意図的に繰り延べることである。

興味深いことに、人間は失敗から学べるはずの動物なのだが、こと先延ばしに関しては、何度痛い目にあっても、また同じことを繰り返してしまう人も多い。皆さん方の中にも、レポート作成や試験勉強の先延ばしで、何度も同じような失敗をしてきた人もいるかもしれない。

後悔することが分かっていながら、なぜ人間は先延ばしをやめられないのか。

実は、先延ばしという非合理な遅延行動は、世界中の学者の関心を引き付け、これまで数多くの研究論文が発表されている。例えば学生を対象にした複数の研究によると、先延ばし癖のある学生の成績は、そうでない学生と比べるとやはり低い傾向にあるようだ。

自分のやりたいこと、やるべきことができないのは、この先延ばしが原因だ。しかもレポート作成であれば締め切りが厳格に設けられているので（その完成度はともかく）、なんとか仕上げることもできるのだが、不幸にも、自分の人生で本当に大事なことは明確な締め切りがないことが多い。それ故、いつかいつかと思いながらも先延ばし、結局、やらなかったことを一生後悔し続ける人も少なからずいる。親孝行などはその典型かもしれない。

先延ばし達人なんてなんの自慢にもならない。やるべきことがあったら今すぐ取りかかろう。

（学生部委員・山田耕嗣）