

海外研修・国際交流奨励制度

寄稿

井澤 峻(経営3) 東南アジア4カ国訪問

学生の海外での調査活動やボランティア、スポーツ交流などを補助する「海外研修・国際交流奨励制度」がある。学生部が審査し、渡航費用の一部(最大1人12万円)が大学から支給される。昨年度、同制度を利用して25日間、カンボジア・タイ・ベトナム・ラオスを巡り、途上国での交流、自身と途上国との関わりを追求した井澤峻さん(経営3)に寄稿してもらった。
※本年度の海外研修・国際交流奨励制度の募集は新型コロナウイルスの影響により中止。

笑顔や純粋無垢な瞳には引き込まれるものがあった。現地で見えた光景から、自分の中で小さな気づきがたくさんあった。カンボジアの国民性に底知れぬポテンシャルを感じ、彼らのために何かしたいと強く思った。

「知る」ことで世界が広がる

時がたち、専修大学に入学し、国際交流奨励生に選出され、頂いている「ために何でも積極的に行動した資金で東南アジア4カ国を回る旅に出た。高校在学中の経験を基に、自分と東南アジア各国にもっと深い関わりを作りたかった。以前の経験から、「知らない」この村には働き口がなく、子どもた

キッカケは高校2年生の時に訪れたカンボジアだった。渡航前はカンボジアや発展途上国に対してさまざまな偏見を持っていたが、実際に現地で見えた光景は、その偏見を一瞬で打ち砕くものだった。日本と同じく人々はスマートフォンを持ち、WiFiも飛んでいる。空港にはスターバックスもあった。もちろん都市部から離れた村は今もインフラが整備されていないが、そこに住む子どもたち



カンボジアの村で、子どもたちに英語を教える井澤さん=2019年9月

ちの教育も十分な状況ではなかった。日本人の私が村に来た時は驚かれたが、村長に積極的に話して親交を深めることで自然に自分の周りに人が集まってきた。子どもたちとサッカーをして遊んだり、英語を教えたりすると歓迎してもらえた。大人とはカンボジアの将来について夜通し語り合った。そしてその中から私が感じたのは、たとえ思われていない環境でも、自分たちが信じるものに向かって懸命に行動し続けることの大切さ。それが生きることの本質だと知ったのだ。

夏期休暇を有意義に過ごそう

学生部長 阿藤 正道



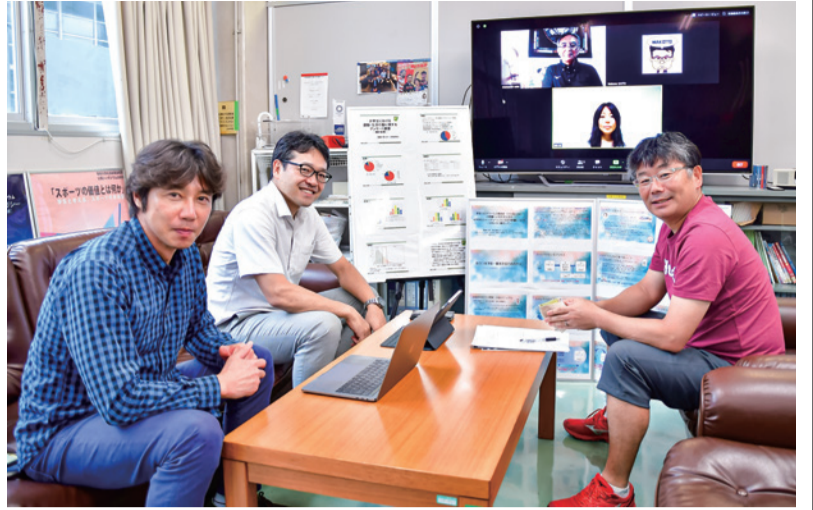
例年、この時期に『ニュース専修』のこのコーナーを通して、夏期休暇期間の過ごし方について学生部長としての呼びかけを行ってきた。今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響によって4月は休講措置が取られた。5月11日からはオンライン授業となった。夏期休暇期間も8月17日〜9月20日と例年よりも短くなっている。前期はオンライン授業となったため、夏期休暇期間に入っても休みに入ったという実感が湧きにくいかもしれない。しかし、慣れないオンライン授業や課題提出から解放される夏期休暇期間を有意義に過ごすしてほしい。

これまで夏休みにゼミナールやサークルの合宿、海外渡航などさまざまなことが行われてきたが、今年は従来と同様の活動はほとんど実施困難であろう。コロナ禍の影響は今後もかなり長期にわたって残るものと思われ、先の見通しを立てることも困難である。今後は徐々に自粛の緩和や活動の再開が進む中で感染防止に配慮した新しい生活スタイルが求められるであろう。感染症拡大防止を意識した節度ある行動をとることを心掛けつつ、夏期休暇中だからこそできることにチャレンジしていただきたい。

お酒を飲む機会も増える時期であるが、飲酒マナーを守って未成年飲酒の防止、飲酒事故防止に努めていただきたい。いつの日か対面授業が再開されることを願いつつ、教室で皆さんと再会することを願っている。

なお、前期のガイダンス期間中に実施を予定していた定期健康診断は夏期休暇期間中に感染症予防対策を講じながら実施することになったので、この場をお借りしてお知らせする。日程等はポータルで確認してほしい。

考察を重ねるスポーツ研究所のメンバー(左から富川教授、齋藤教授、平田教授、佐藤教授、角田講師もオンラインで参加)



スポーツ研究所 運動・生活行動に関するアンケート

リラックス方法を公開

1年次生のストレス調査

専修大学スポーツ研究所(佐竹弘靖所長)が5月、スポーツリテラシーの授業を履修する1年次生2077人を対象に、運動・生活行動に関するアンケートを実施した。その結果、新入生の27%が抑うつになりうる、または抑うつ傾向があることが分かった。スポーツ研では結果と合わせてストレス(東邦大式SRQ-D)を追加した。富川理充商学部教授が中心となり認識して、うまくストレス

齋藤実文学部教授は「1年次生はまだまだキヤンパスで授業を受けたことがなく、平時とは異なる環境に置かれていて、心理的な部分でも客観的なデータを残そうと考えた」と意図を語る。診断に使われたSRQ-Dは軽症うつ病発見の手がかりの一つとして行われる簡易テスト。結果も表示されるので、学生自身が現在の精神状態を把握できる。まずは自分

の状況に気付くことが重要。診断結果を見ることで、気分転換を図るなど対応することもできる」と平田大輔文学部教授。調査結果を受け、ストレスの予防・解消法についてまとめた。臨床心理学を専門とする角田眞紀子経済学部講師、ヨガインストラクターの露木めぐみさんが協力。日常生活の中で無理なく心と体を整えるための呼吸、睡眠、食事などを通じたリラックス方法を紹介している。角田講師は「体を動かすだけでなく、考え方を

変えるだけでもストレスは減少する。紹介した方法のほか、誰かに相談したり、状況から逃げたり距離を置いたりしてもいい」と語る。スポーツ研のホームページ(https://suissport.jp/)に掲載。今後は、露木さんによる「自宅でもできるストレス低減法(ヨガやマインドfulness)」の動画を公開する計画もある。

外国語のススメ 外国語教育研究室

- 85 -

矢野 貴之 経済学部教授

失敗は苦い経験で、誰しも嫌なものです。しかし、ピンチはチャンスであり、「失敗は成功のもと」ともいいます。このことは、語学についても然りではないでしょうか。

筆者の専門は経済学ですが、英語を読む・書く・聞く・話す能力は、経済学の研究者にとって不可欠なものとなっています。かく言う筆者も、十分ではないものの、米国留学を経て今では英語が少しは使えるようにはなりました。

とはいえ、ここに至るまでには数々の英語に関する恥と失敗を重ねてきました。会話の中で自分が使った表現が正しくなくて大勢の方の前で恥ずかしい思いをしたこともありますし、国際学会で文法が崩壊した英語で研究報告をして自分が何語を話しているのかす

失敗のススメ

きたわけではないのです。英語など外国語を現在使っている教員も、その多くは失敗を重ね、努力して身につけたものと思います。語学を学び始めた時の状態は学生の皆さんと基本的変わらないのです。筆者の語学学習プロセスを振り返ると、失敗の数だけ上達したように感じます。皆さんも学んだ表現などを使って、大いに失敗しましょう!(国際経済論)

短縮版。全文はCALL教室ホームページで。

留学中の筆者(ボストン大学経済学部棟の前にて)

