

# 出会いを活かせ！コミュニケーションスキル UP 講座

**日時** 2019年4月19日(金) 16:50~18:30  
**場所** 市ヶ谷キャンパス 外濠校舎 5階 523~526 短期会議室  
**概要**

1. 参加者数：11名
2. 講師：大塚真梨子氏（株式会社ダイレクトコミュニケーション）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 対人コミュニケーションに必要なスキルを学生に身につけてもらい、コミュニケーションに対する不安をなくしてもらう
4. 内容：



4月19日(金)、課外教養プログラム「出会いを活かせ！コミュニケーションスキルUP企画」を実施しました。4月は新入生にとって先輩や同級生など出会う人すべてが新しく、在学生にとっても後輩や授業で新しい友達と人間関係を築くのに大変重要な時期です。しかし、コミュニケーションへの不安を抱えたまま人と人間関係を円滑に築くことの妨げとなってしまいます。そこで、学生には発話と傾聴という2つの重要なコミュニケーションスキルについて学んでもらい、それらを実践するためのグループワークを通して、コミュニケーションに対する不安を解消してもらうきっかけづくりとして、本企画を実施しました。

当プログラムでは、講師として株式会社ダイレクトコミュニケーションから大塚真梨子氏をお招きしました。大塚氏は、精神保健福祉士の資格を持ち、対人コミュニケーションを専門分野とされているため、学生のコミュニケーションに対する不安をなくすことを目的とした当プログラムの講師に適していると考えました。大塚氏の講義では、チェックシートを用いて「万能タイプ」「発話タイプ」「傾聴タイプ」「苦手タイプ」の4つのタイプのなかで自分の話し方がどのようなタイプであるかを調べました。また、自分の会話タイプと相性のいいタイプや悪いタイプを紹介していただき、自分のコミュニケーションの得意、不得意を明確化することが出来ました。次に自分のコミュニケーションスキルを向上させるために、「発話編」「傾聴編」の2種類のペアワークを行いました。1つ目の「発話編」では、初対面の相手からの質問に対し、5Wを交えて返すこと、自分の感情を表現することで話を膨らませる方法を学びました。2つ目の「傾聴編」では相手の発言に対し、感情の部分を強調することや相手の言葉を言い換えたオウム返しを行うことで相手の気持ちを肯定するといったワークも実施しました。

最後に、特に集団での会話が苦手な人に向けてグループワークを行いました。相手に質問をしてはいけないという条件の下、5分間グループで会話をするというワークを行い、2種類のペアワークで学んだスキルを復習することが出来ました。今回のプログラム終了後には、参加者全員が笑顔で話しながら帰っていく様子や参加者同士

で交流をしている様子が多く見受けられ、参加者のコミュニケーションに対する不安が和らいだことを感じられました。

【報告・KYOPRO スタッフ】

向佐 真実（キャリアデザイン学部・キャリアデザイン学科2年）

プログラムの様子



## 3 キャンパスバスツアー

**日時** 2019年4月20日(土) 9:30~17:45

**場所** 市ヶ谷キャンパス・多摩キャンパス・小金井キャンパス

### 概要

1. 参加者数：11名
2. 協力：法政大学ブランディング推進チーム  
鈴木 智道 氏（本学社会学部教授）  
Libertyer（登録団体）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピアサポート」の実践
  - 大学についての知識を深めることによる愛校心の育成
  - 所属キャンパスを越えた学生間の交流
4. 内容：

4月20日(土)、課外教養プログラム「3 キャンパスバスツアー」を実施しました。

このプログラムは、参加者に法政大学について知ってもらい、今後の学生生活に期待を持ってもらうことや、学部・所属キャンパスを超えた学生間の交流を目的としました。普段多摩キャンパス内を循環する大学のバスを利用し、法政大学の3キャンパスを1日で巡るツアーは2017年度に初めて実施し、好評だったこともあり今年度で3回目の実施となりました。

当日は市ヶ谷キャンパスに集合し、本学キャリアセンター職員の森田愛弓氏より、法政大学憲章として掲げる「自由を生き抜く実践知」に関する講義を行っていただきました。参加者にとって、普段考える機会の少ない法政大学憲章について理解を深めるよい機会になったと思います。

その後、市ヶ谷のキャンパスツアーを行いました。今回のツアーでは、学生スタッフが用意した施設名の書かれたカードを参加者に配り、その施設に到着したらカードに記載されたQRコードを読み取り、施設に関するクイズに答えていただきました。各施設では、常駐する職員から施設の説明を聞くこともでき、参加者からは「学内にこんな場所があることを知らなかった」「施設の場所は知っていたが、こんなこともできるとは知らなかった」「今度ぜひ利用してみたい」等の声がありました。

続いて多摩キャンパスに移動し、円形芝生にて昼食をとりました。青空の下でレジャーシートを敷いて参加者全員でお弁当を食べることにより、スタッフと参加学生間の交流が活発に行われました。

その後、本学社会学部教授の鈴木智道先生監修の下、学生スタッフによる「多摩版法政学」の講義を実施し、多摩キャンパスの地理や歴史について学びました。その後は、バスや徒歩によりキャンパスツアーを行いました。参加者は、予め渡されたチェキで広大なキャンパスを撮りながら、学生スタッフによる説明に耳を傾けていました。広大で自然豊かであり、映画やドラマのロケ地にも使われる多摩キャンパスは他キャンパス所属の参加者にとって新鮮であったようです。



最後に小金井キャンパスに移動し、本学登録団体「Libertyer」サポートの下、科学実験を行いました。焼きそばに身近な食材や調味料を用い着色する実験で、参加者は交流しながら実験を楽しんでいました。

その後、小金井キャンパスにまつわるクイズを実施しました。チーム対抗により、参加者は大いに盛り上がりました。チームで協力して1つの答えを出すために、活発に議論する様子が印象的でした。

プログラム終了後、参加者から「3キャンパスをバスでまわるという貴重な体験ができた」「様々な企画が充実していてよかった。特に、他キャンパスの紹介がよかった」などの感想が寄せられました。

スタッフとしても長時間のプログラムが成功してよかったです。

【報告・KYOPRO スタッフ】中山 大輔（経営学部・市場経営学科2年）

### プログラムの様子



## 校歌を覚えよう

### 日時

2019年5月9日(木)、13日(月)、14日(火)、  
16日(木) 12:25~12:50

### 場所

市ヶ谷キャンパス 正門前広場・メディアラウンジ

### 概要

1. 参加者数：5/9(木) ニューオレンヂスイングオーケストラ(50)、マンドリンクラブ(10)、アカデミー合唱団(5)、応援団(70)計135名
2. 講師：ニューオレンヂスイングオーケストラ、マンドリンクラブ、アカデミー合唱団、応援団
3. 実施目的：  
■校歌を耳にする機会を作り、慣れ親しんでもらうとともに愛校心を涵養する。

### 4. 内容：

昨今、式典行事以外では耳にする機会が少ない校歌を様々なバリエーションで演奏し、法政大学校歌に慣れ親しんでもらう「校歌を覚えよう」を実施しました。今年度はニューオレンヂスイングオーケストラ、マンドリンクラブ、アカデミー合唱団、応援団の4団体出演して頂き、集まった多くの学生が、オリジナリティー溢れた演奏を楽しみました。



プログラムの様子



# 法政スポーツを応援しよう！東京六大学野球応援

**日時** 2019年5月18日（土）9:45～14:00

**場所** 明治神宮球場（神宮球場）

## 概要

1. 参加者数：150名
2. 協力：応援団、橙青会、Hi-C Orange、グローバル教育センター事務部国際交流課、グローバルラーニング課
3. 実施目的：
  - 「法政スポーツ」応援を通じた帰属意識の高揚
4. 内容：

5月18日（土）、神宮球場で学生センター・課外教養プログラム「東京六大学野球応援」を実施しました。

今回は「法政スポーツ」の応援を通じて、留学生などの交流を目的としており、約150名の学生が参加しました。多くの参加者により、応援席は大変な盛り上がりを見せました。

試合中は応援団の熱血応援を後押しするべく、法政スポーツ応援サークル「橙青会」が応援初心者の方をリードしてくれたり、留学生交流サークル「Hi-C Orange」をはじめとする日本人サポーターの学生が、留学生をサポートしてくれたりととても一体感のある雰囲気でした。

試合は2-0で勝利し、8回裏の法政の攻撃で先制点を取った時には「スクラム校歌」で応援席全体が一つになり、皆で肩を組んで校歌を熱唱しました。

課外教養プログラムでは、今後も「法政スポーツ」の応援プログラムを実施していきます。

## 【参加学生による報告】

5月18日、私は明治神宮野球場に法政大学対早稲田大学の試合を見に行った。そもそも野球というのはアニメではしか見たことがなくて、特に興味深かったわけではないため、ただ週末の暇つぶしをしようと思っていた。でも、野球場に入ったらすぐに何かを間違えたと感じた私がいた。応援の声は応援歌とともに私の心を叩きながら、雲一つ見つからない春の空を響いていた。歌詞とか応援のセリフは知らないけれど、リズムに合わせて拍手するだけで十分盛り上がる。あまり野球のルールに詳しくないが、野球の球が空で美しい線を描くたびに、まるで私自身も選手になって戦うように感じる。

早稲田も法政もみんな強いが、最後に激しい勝負で法政大学が勝ち取ってくれて良かったと思う。

日本語教育プログラム生 孔 浩



“As of this game, I have been to two baseball games in America, and two baseball games in Japan. I went to the baseball event last semester at Hosei, as well. Our team won both times, which makes me think that either I am very lucky, or our team is just that good. American baseball is so different from Japanese baseball, especially in the structure of cheering. In Japan, we were instructed by the cheerleaders and such to stand up and do specific cheers. In America, you spend most of the time sitting down, and from what I remember, my team (the Chicago Cubs) has maybe one actual cheer/song that we sing (Go Cubs Go!). I thought the Japanese way of doing it was very interesting! I really enjoyed how excited everyone got when we scored a point! All in all, it was a great game and I’m glad I got to take part in cheering our team on.”

経営学部 3 年

WINTERS Michael Dean

プログラムの様子



# お酒とクスリの大事な話

## 日時・場所

(小金井) 5/22 (水) 16:50-18:30 西館 B1F・マルチメディアホール  
(多摩) 5/29 (水) 17:25-19:05 EGG DOME 5F・ホール  
(市ヶ谷) 5/30 (木) 17:00-18:40 富士見ゲート校舎 6階 G601

## 概要

### 1. 参加者数

(市ヶ谷) 154名 (多摩) 68名 (小金井) 71名 計 293名

### 2. 実施目的:

- 近年の急性アルコール中毒等による大学生の死亡事例を受け、飲酒事故を未然に防ぐ。

### 3. 内容:

講師は、市ヶ谷・小金井キャンパスについては、昨年に引き続き紙谷名枝子氏(特定非営利活動法人 ASK 予防教育講師)にお願いし、多摩キャンパスでは本学スポーツ健康学部教授鬼頭英明先生にアルコール、薬物の危険性に加え、今年はエナジードリンクや電子タバコなど、現在話題となっているテーマについてもご講演いただきました。



紙谷先生の講座では参加学生にお願いし、「飲み会に誘う役」と「飲み会を断る役」に分かれ、寸劇を演じてもらいました。その演技はリアリティがあり、どのように飲み会を断ったらよいか、みんなで意見を出し合う場面もありました。

飲酒による死亡事故の生々しい話も紹介され、学生が提出したアンケートには「納会が年2、3回ありますが未成年飲酒は絶対ないです。3年が数名飲み物を管理したりお店選びの際にソフトドリンクが飲み放題に含まれているかを確認します。団体、サークルでは3、4年がそういう所に気配りをする事が大事だと思います。」「アルコールの怖さが改めてわかった。もともとあまり飲み会などを開かないサークルだが気を付けないといけないと思いました。」など、本講座で過度な飲酒の危険性に関する感想が多数寄せられました。

学生生活を送っていく中で、新入生歓迎会や合宿等、サークルの集まりなど、お酒を飲む機会は多数あります。そもそも未成年飲酒は法律上禁止されていますが、体質的にお酒が飲めない人に強要すると思わぬ事故に繋がります。本プログラムで学んだことを活かし、飲酒事故を未然に防いでいただきたいと思います。

プログラムの様子



# 今日からはじめる自己紹介 ～「はじめまして！」はみんなどうしている？～

**日時** 2019年5月28日(火) 17:25～19:05

**場所** 多摩キャンパス EGG DOME 研修室1・2

## 概要

1. 参加者数：15名
2. 講師：鈴木美伸氏（法政大学兼任講師）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 自己表現に役立つような、情報を整理し効果的に伝える説明の手法を学ぶ

## 4. 内容：

2019年5月28日(火)に課外教養プログラム「今日からはじめる伝える自己紹介～『はじめまして！』はみんなどうしている？～」を実施いたしました。自己紹介で相手に好印象を持たれるためには自分の情報を効率的に相手に伝える必要があります。このことはアイデアや学説などを効率的に相手に伝えるプレゼンテーションに通ずるものとも言え、どちらも大学に在学している間は要求される場が多く存在します。しかし、具体的に情報を効果的に伝える方法を学び、それを訓練する場は少ないため、そのような場を提供するために当プログラムを企画いたしました。

当プログラムでは、講師として法政大学兼任講師の鈴木美伸氏をお招きしました。企業の人事採用コンサルティングの経験から、学内のことのみならずその後の就職活動も見据えた講義をしていただきました。その経験から話に説得力を持たせる実践的な方法や初対面の人との対話法、多人数の前で話しても緊張しない方法についてお話していただきました。

具体的には、PREP法という結論から先に話すことで相手に素早く情報を伝え、納得してもらうという情報を効率的に伝えられるような話し方を教えていただきました。それ以外にも多人数の前で緊張せずに話をするためのテクニックとして、アイコンタクトを聞いている人たち一人ひとりにすることで1対1の対話を複数回繰り返すような感覚で話すことができるという方法や、お互いに話しやすくなるテクニックとして聞いている側も相手の話を聞いているという姿勢としてうなずきやあいづちなどのリアクションで示すことを教えていただきました。これらの方法を実践する場として参加者に4～5名からなる複数のグループに分かれてもらい、自分に関する情報をキーワードとして6項目紙に書き、それを見せながら話すという時間を設けました。どのグループでも教えていただいた内容を実践しており、初対面であったにも関わらず終始賑やかにコミュニケーションを参加者同士で取っていました。

今回のプログラムを通して、初めての出会いの場であったとしても学んだテクニックを使って積極的に相手とのコミュニケーションを図り、交流の輪を広げることに繋がっていただければと思います。



【報告・KYOPRO スタッフ】平江智彦（社会学部社会学科3年）

プログラムの様子



# 今日からできる！ すぐやる人になるための意識と行動の改善トレーニング

## 日時

(1) 講義

2019年5月31日(金) 16:50~18:30

(2) フィードバック

2019年6月14日(金) 16:50~18:30

## 場所

市ヶ谷キャンパス 外濠校舎5階 523~526会議室

## 概要

1. 参加者数：(1) 14名 (2) 8名
2. 講師：塚本 亮 氏 (ジューエルアカデミア株式会社)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピアサポート」の実践
  - すぐ行動できる人になり、実現できることが増える喜びを肌で感じてもらう
4. 内 容：



2019年5月31日(金)と、6月14日(金)の2日にわたり、市ヶ谷キャンパスにて課外教養プログラム「今日からできる！すぐやる人になるための意識と行動の改善トレーニング」を実施しました。講師には、株式会社ジューエルアカデミアの塚本亮氏をお招きし、塚本氏の著書である『「すぐやる人」と「やれない人」の習慣』をベースに講義をしていただきました。

本プログラムは、課外教養プログラムの中では珍しく、二部構成で実施しました。これは、講義のみでは終わらず、実践期間+フィードバックの機会を設けることにより、参加者によりその効果を感じてもらおうという狙いによるものです。

第1回は講義形式で、すぐ行動するためのマインドセットの方法や、行動する際のポイントについて、塚本氏の実体験と具体例を混ぜながら教えていただきました。講義では、タスクは細分化することで手がつけやすくなることや、夜寝る前に鞆の中身を一度空にすることで、次の日のスケジュールを確認しながら必要な荷物を整理することができるため、翌日余裕をもって行動できるといったことなど、すぐに実践できるものを多く教えていただきました。

その後、参加者には冊子が配られました。白紙を午前・午後・夜・予備の4つに区切り、そこに翌日のタスクを書いて行動を可視化する「タスコンノート」と、その日にあった出来事を振り返り、より良い結果を出すために次の日にする行動を考えて記入する「リフレクションノート」の2冊です。参加者はこの2冊のノートを活用しながら、講義で学んだことを活かしつつ2週間生活しました。

第2回では、グループワークにて2週間の感想を共有した後、全体で発表をし、塚本氏から参加者それぞれに対してフィードバックをいただきました。参加者からは、「ただやるだけではなく、振り返りがあって良かった」、

「計画を立てられるようになった」などの声があり、2週間の実践期間の効果を実感している人も多く、非常に有意義な時間になったのではないかと思います。

本プログラムで学んだ「すぐやる人」になると自分のできることが増えていくという経験から、参加者の学生生活がより充実したものになれば幸いです。

【報告・KYOPRO スタッフ】工藤 菜緒（キャリアデザイン学部・キャリアデザイン学科3年）

### プログラムの様子



# 多目的室利用講習会

**日時** 2019年6月13日(木) 15:10~16:10 17:00~18:00  
2018年6月14日(金) 15:10~16:10 17:00~18:00

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎地下1階多目的室1

## 概要

1. 参加者数：25団体 43名
2. 講師：舞台技術研究会
3. 実施目的：
  - 多目的室を使用する際に最低限必要なマナーと機器の使用方法を学ぶ。
4. 内容：
 

多目的室利用の基本的なマナー、および専門的な音響・照明設備の概要と扱い方・明かり出しと音出し等比較的操作が簡単な機材の操作方法を習得する。各機材の適正な使用法だけでなく、多様な表現方法も学ぶ。

多目的室を練習のみや照明、音響機材を使用しないで利用している団体にはマナーのみの講習を受けてもらう。



## プログラムの様子



# 能楽鑑賞教室－日本文化を学ぼうシリーズ－

日時

事前学習 2018年6月19日(水) 17:30~18:00  
 作品鑑賞 2018年6月26日(水) 14:00~16:15

場所

事前学習：市ヶ谷キャンパス 外濠校舎5階 和室

概要

作品鑑賞：国立能楽堂

1. 参加者数：14名

2. 講師：羽田 朱里さん他（能楽研究会）

3. 実施目的：

■日本の伝統芸能の1つである歌舞伎の鑑賞を通じて日本文化を体験する。

4. 内容：

6月26日(水)、学生センターの課外教養プログラム「－日本文化を学ぼうシリーズ－能楽鑑賞教室」を実施しました。本企画では、能楽を観に行くだけでなく、本学の登録団体である能楽研究会が講師となった事前学習を経たうえで能楽を観に行きました。

事前学習会では、能と狂言の違い、能の基礎知識、道具の紹介、当日の演目の見どころなどを、実演を交えながら能楽研究会が解説し、鑑賞前に理解を深めました。

鑑賞教室当日は、参加者から「事前学習会のおかげで能に関する理解を深め、鑑賞を楽しむことができた」との声があり、事前学習会の重要性を認識しました。

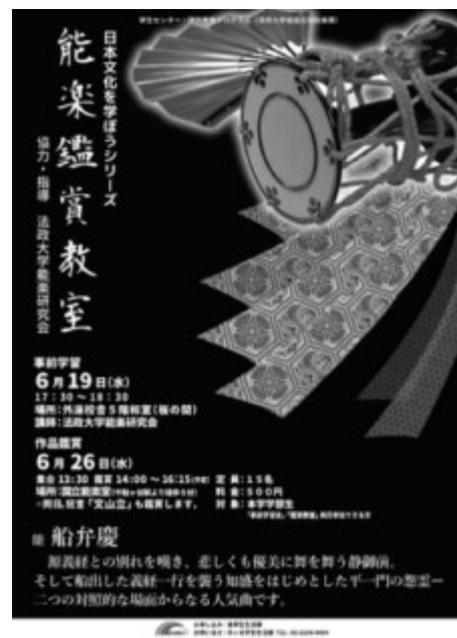
国立能楽堂での鑑賞前には、参加者を交えての実演や楽しい鑑賞ポイントをレクチャーしてくださいました。当日鑑賞に参加されていた高校生が舞台上上がって能の舞や台詞の実演する姿を笑いながら観ることで、リラックスして鑑賞できました。

「船弁慶」は、長時間の演目でしたが、クライマックスの義経と平家の怨霊の戦いのシーンが素晴らしく、参加者全員感動していました。

課外教養プログラムでは、今後も日本文化についての知識を身に付け、体験を通して学ぶことのできるプログラムを実施していきます。

## 【参加学生による感想】

- ・日本にいながらこういった日本文化に触れることがあまりなかったので、とてもいい機会でした。
- ・事前学習があることで、能にあまり触れたことがなかった人でもわかりやすくなったのではと思います。配布資料もよかったです。



プログラムの様子



# オレンジホール利用講習会

**日時** 2019年6月21日(金) 15:10~16:10 17:00~18:00

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎地下1階多目的室2

## 概要

1. 参加者数：25団体 33名
2. 講師：舞台技術研究会
3. 実施目的：
  - 学生がオレンジホールを使用するうえで必要最低限のマナーと機器の使用方法を学ぶ。
4. 内容：
 

オレンジホール利用の基本的なマナー、および専門的な照明設備の概要と扱い方・明かり出し等比較的操作が簡単な機材の操作方法を習得する。各機材の適正な使用法だけでなく、多様な表現方法も学ぶ。



オレンジホールを練習のみで利用している団体にはマナーのみの講習を受けてもらう。

## プログラムの様子



# 歌舞伎鑑賞教室－日本文化を学ぼうシリーズ－

**日時** 2019年6月22日(土) 14:30～16:30

**場所** 国立劇場

**概要**

1. 参加者数：26名
2. 参加費：500円
3. 実施目的：
  - 日本の伝統芸能の1つである歌舞伎の鑑賞を通じて日本文化を体験する。
4. 内容：
 

6月22日(土)、学生センターの課外教養プログラム「歌舞伎鑑賞教室－日本文化を学ぼうシリーズ」を実施しました。本プログラムは、鑑賞を通じた日本文化に関する教養教育を目的として実施しました。

プログラムでは、国立劇場で歌舞伎を鑑賞しました。今回の演目「神霊矢口渡」は、南北朝時代の動乱を描いた迫力の名作です。参加者のなかには、前から気になっていた演目であったという学生もいました。

冒頭40分は、「解説 歌舞伎のみかた」として、松羽目の背景や黒御簾音楽、舞踊の表現方法の説明を交え、イラストパネルも用いて、「神霊矢口渡」の見どころを分かりやすくご紹介いただきました。解説をしてくださった中村虎之介さんによる説明は面白く、参加者は終始笑顔で聞いていました。途中、実演を交えた説明の場面では、それまで笑顔であった参加者が、真剣な表情で舞台を見つめていました。

その後、参加者は実際に「神霊矢口渡」を鑑賞しました。花道に近い席での鑑賞で、参加者の喜ぶ姿が印象的でした。冒頭の解説のおかげで、初めて歌舞伎を鑑賞する学生でも楽しく観ることができました。

本プログラムは、参加者募集早々に定員に達し、留学生の参加も多数見受けられました。参加者からは「初めて歌舞伎観劇だったが、前半の解説のおかげで分かりやすかった。また、舞台装置や役者の方を目の前で見る事が出来、すごく勉強になった。」「人形振りという表現方法を初めて見たが、とても精巧ですごいと思った。」などの声があり、学生にとって貴重な経験となったようです。

課外教養プログラムでは、今後も日本文化についての知識を身に付け、体験を通して学ぶことのできるプログラムを実施していきます。



お申し込み：各学生生活課 TEL: 03-3264-9475

プログラムの様子



# 消費者トラブルから身を守る方法教えます！

日時 2019年6月25日（火）16:50～18:30

場所 大内山校舎 Y802 教室

## 概要

1. 参加者数：約120名
2. 講師：千代田区消費生活センター  
相談員の重久幸子氏・奥平浩子氏
3. 実施目的：  
■若者が巻き込まれやすい架空請求、キャッチセールス、マルチ商法について、勧誘の手口を学び、トラブルから身を守る。

## 4. 内容：

6月25日（水）、大内山校舎 Y802 教室で学生センター・課外教養プログラム「消費者トラブルから身を守る方法教えます！」を実施しました。

講師は、千代田区消費生活センター 相談員の重久幸子氏・奥平浩子氏に講演いただきました。消費生活センターを身近に感じてくださると、クリアファイルとフリクションペンを学生へ配布していただきました。

当日は、学生団体を中心に呼びかけ約120名が参加しました

講座では、「飯田橋四コマ劇場」読みやすい資料をサブテキストにしながら学生にわかりやすく講演していただきました。

大学生に多い消費者相談として「就職塾の有料受講契約」「投資用 USB メモリの購入」「架空請求メール・ワンクリック請求」「サクラサイト商法」「チケット購入」「合宿の旅行予約」などについて、DVDなども見ながら具体的に紹介されました。

また、本学でもトラブル事例として相談が寄せられている、「マルチまがい商法」としての投資用 DVD セールスに関する手口や、就活中の学生の不安心理につけ込む形でしつこく勧誘してくる就活塾の事例について詳しく学びました。

消費者金融の借金と信用情報機関についての説明や金融商品との向き合い方は、学生には大変勉強になったようです

本プログラムで学んだことを心に留め、今後の大学生活においてトラブルに巻き込まれないよう注意していただくとともに、何か困ったことがあれば公的機関である消費生活センター、もしくは学生センターに相談してください。

### （参加学生からの感想）

- ・消費者トラブルは身近なところにあると知ることができた。特に SNS、インターネットの使い方には十分に注意して、被害者はもとより加害者にならないようにしたい。
- ・「自分はだまされない」と根拠の無い自身を持っている人ほどこうした手口には引っ掛かりやすいと思うので、今日のセミナーで正しい知識を身につけられて良かったです。



- ・事例ででてきたUSBメモリーの話は父からのメールで見たことがあるものでした。思っているより身近な問題なので、注意して物事を見たり聞いたりしていきたいです。
- ・話を聞いていると、だまされるなんてあり得ないと思ったが、実際に勧誘されたら、断れない状況になってしまうかもしれないので、気をつけようと思いました。友達や家族にも今日学んだことを伝えたいと思います

プログラムの様子



# ストレッチング講習会

**日時** 2019年6月26日(水) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス 富士見坂校舎 6階富士見坂体育館

**概要**

1. 参加者数：49名
2. 講師：位高 駿夫 氏（法政大学市ヶ谷リベラルアーツセンター兼任講師）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピアサポート」の実践
  - 運動系サークルのために、練習のやり過ぎによる障害を防止するためのストレッチングの基礎知識と実践的なコツを実技を踏まえながら学ぶ。
4. 内容：

6月26日(水)市ヶ谷キャンパス富士見坂体育館において学生センター・課外教養プログラム「ストレッチング講習会」を実施しました。本講習会はストレッチに関する基礎知識と実践的なコツを身に着ける事により、重大な怪我・事故を未然に防ぐことを目的として企画され運動生理学を専門にされている兼任講師の位高駿夫先生に講師をお願いし、スポーツ系サークルを中心に個人参加を合わせて49名の参加がありました。

前半はパワーポイントによる講義でストレッチングについて理論的に学びました。ポイントとしては◆どのような運動をしたときにどこの筋肉を使うのか意識する。◆呼吸を止めずにリラックスして行う。◆痛すぎず気持ちよすぎない程度で行う。◆長期的に継続する。◆どこの筋肉、腱を伸ばしたいのか、目的に合った方法のストレッチをする。の5つでした。

後半は、1人で出来るセルフストレッチ、ペアで行うパートナーストレッチの実習を行いました。「痛い4割、気持ちいい6割でやると効果的」という先生のアドバイスを聞きながらそれぞれのペアが相手の反応を確認し、加減に配慮しながら真剣に取り組んでいました。参加者はそれぞれ自分の競技の動きを改めて考え、有意義なストレッチングについて学ぶ事が出来たのではないかと思います。

参加者からは思ったより自分の身体が固かったがストレッチをして気持ち良かった。怪我防止の為にサークルの中で共有したいという話がありました。今回の講座で得た知識をぜひ今後の活動において役立ててもらいたいと思います。



プログラムの様子



# ディベートで学ぶ日米開戦

**日時** 2019年6月26日(水) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階523~526短期会議室

## 概要

1. 参加者数：11名
2. 講師：高橋和宏氏（法政大学法学部国際政治学科教授）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 歴史の知識量に関わらず、講義型とは異なる形式で歴史を学びたい参加者に、ディベート形式で歴史的な出来事の背景を学んでもらう

## 4. 内容：

6月26日(水)、課外教養プログラム「ディベートで学ぶ日米開戦」を実施しました。

このプログラムは暗記のイメージが強い歴史となかなか知る事が出来ない歴史的事実の背景を、ディベートを通して学ぶもので、講師には本学法学部国際政治学科の教授である、高橋和宏先生をお招きしました。

当プログラムは高校までの歴史は受験を見据えた暗記中心の授業が多く、出来事は知っていてもその背景を考える機会は少ないという事から歴史的事実の背景について参加者同士で考えて頂き、歴史の奥深さや面白さを体験してもらうという事を狙いとしてしました。

そこで、太平洋戦争の開戦を決定した御前会議を題材に参加者が陸軍や外務省の立場になりきって模擬体験し、開戦するか否かを参加者同士で決定してもらう当プログラムを立ち上げました。御前会議を題材とした理由は太平洋戦争を知っているものの、なぜ日本が戦争に突き進んでしまったのか、その背景を知っている学生は少ないと考えたからです。

当プログラムでははじめに御前会議が開かれるまでの背景について講師より簡単に講義していただきました。今回参加者は日中戦争のさなかアメリカが日本への態度を硬化させたことをうけ、日本がどのような策をとるか考えるというテーマで陸軍役と外務省役に分かれ、日米の経済力差や地図の載った資料をもとに話し合い、意見を固め、御前会議の会場を模した中央のテーブルに移動し陸軍役と外務省役でディベートを行いました。

次に1回目に行ったディベートを踏まえ、講師が新しい設定を提示し、再び各グループで話し合い意見を固め、ディベートを行うというサイクルを2回繰り返し、最後に天皇役である講師が、双方の意見を元に最終判断を下しました。

ディベートの結果、史実と大きく異なり日本はアメリカの要求の大部分を受け入れ、平和的解決を目指す事となりました。その後講師よりなぜ日本が戦争に突き進んでしまったのか史実とその背景を解説して頂いた事で、参加者は史実とディベートの結果との相違点から外交の難しさや当時の歴史的背景についてよ



り深く知る事が出来たのではないのでしょうか。また、参加者全員が積極的に発言をする等活発な議論をする姿が見受けられました。アンケートでも好意的な意見を頂き、満足度の高いプログラムを実施する事が出来ました。

【報告・KYOPRO スタッフ】中山大輔（経営学部市場経営学科 2年）

プログラムの様子



# あなたの脳をパワーアップ！脳とノートの超活用法

**日時** 2019年7月2日(火) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階短期会議室527~528

## 概要

1. 参加者数：6名
2. 講師：中公竹義氏
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピアサポート」の実践
  - メモをまとめて効率的に活用する方法を学ぶ。その知識を活かして、授業やアルバイト等で役立ててもらう。

## 4. 内容：

7月2日(火)、市ヶ谷キャンパスにて課外教養プログラム「脳とノートの超活用法」を実施しました。



このプログラムは『100円ノート「超」メモ術』の著者である中公竹義氏を講師に迎え、1冊のノートにさまざまなメモをまとめて効率的に活用する方法を学び、その知識を授業でのノートテイキングなど今後メモをとることが要求される場面で活かしてもらう事を目的とした企画でした。

プログラムの冒頭では中公氏が「超」メモ術の開発を始めたきっかけをお話ししていただき、本プログラムで学ぶ「超」メモ術とはリンク機能や検索機能などコンピュータと同等の機能をメモ帳に持たせる方法であるということに参加者に知っていただきました。講義の主意を理解することで、「超」メモ術を実践する際に自分なりのアレンジなどを加えて、より活用できるようになったかと思えます。

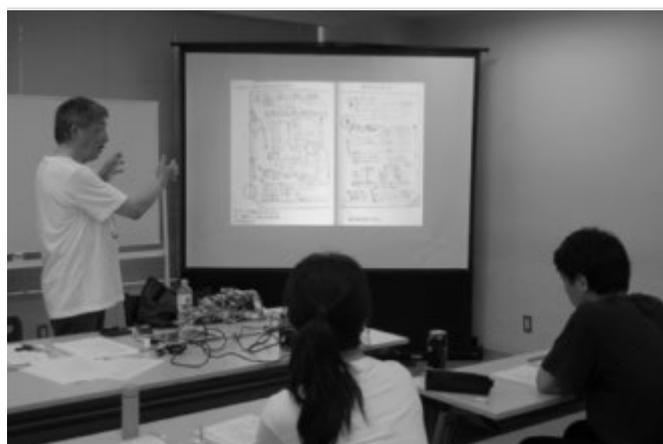
メモの取り方の工夫を教えていただく場面では、実際に中公氏が使われているメモ帳を参加者一人一人が手にとり、その使い方や便利さを体験しました。

また、中公氏から教えていただいた方法は特別なノートやメモ帳を使用する必要はなく、どこにでも売っているものに簡単な工夫を施すだけで活用できるようになるものなので、学生も実践しやすく、さらには継続もしやすい内容となっていました。講義終了後には複数の参加者が残って中公氏に質問をしている姿が見られました。

学生にとってメモやノートの活用法は、授業やアルバイト先、さらには社会人になってからも大きな力になるスキルです。このプログラムで学んだ内容を生かして、学生の今後の生活がより充実しアイデアで溢れたものになれば幸いです。

【報告・KYOPRO スタッフ】志村綾音（デザイン工学部都市環境デザイン工学科3年）

プログラムの様子



## 茶道体験－日本文化を学ぼうシリーズ－

**日時** 2019年7月5日(金) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス 外濠校舎5階 和室

### 概要

1. 参加者数：14名
2. 協力：法政大学茶道研究会
3. 実施目的：
  - 学生サークルによる「ピアサポート」の実践
  - 日本文化の体験

### 4. 内容：

7月5日(金)、学生センター・課外教養プログラム「－日本文化を学ぼうシリーズ－茶道体験」を実施しました。本企画は、体験を通じた日本文化に関する教養教育を目的として実施しました。



プログラムは、本学の登録団体である茶道研究会協力のもと行われました。まずは、茶席での作法と一連の流れを習いました。夏らしいお菓子やお道具などに、参加者は「美しい！」と感動している様子でした。また、「お菓子はどのように食べるのですか？」「お茶を味わうポイントはありますか？」といった参加者の様々な質問に、茶道研究会が丁寧に答えてくれました。

続いて、参加者が自分でたてたお茶と、茶道研究会がたてたお茶の味の違いを実感してもらいました。参加者のほとんどが初めての体験で、「気泡を潰すようにたてるのがポイントです」という茶道研究会のアドバイスをもとに、丁寧にお茶をたてる参加者の姿が印象的でした。

当日は、留学生の参加も多数見受けられました。お茶のたて方だけでなく、お椀の持ち方や鑑賞のポイントを教わっている様子もあり、日本人と交流するいい機会となったのではないのでしょうか。

課外教養プログラムでは、今後も日本文化についての知識を身に付け、体験を通して学ぶことのできるプログラムを実施していきます。

### 【参加学生による感想】

美味しいお茶やお菓子が頂けて、とても素敵な体験でした。茶道研究会の皆さんに丁寧に対応していただけて、感謝の気持ちでいっぱいです。流派によるお茶の点て方の違いなど、興味深いお話も聴けてよかったです。(参加者アンケートより)

お茶会が開かれた場所はとても素敵で、畳が印象的でした。お茶は美味しく、日本の伝統的なお菓子はとてもかわいらしかったです。(留学生・参加者アンケートより)

今年の茶道体験は、普段茶道に触れることが少ない参加者の方々に、茶道とはどういうものなのか、茶道の面白さを中心に主催させて頂きました。お茶会では茶道の礼儀作法、お茶点て体験では参加者の皆様にお茶を点ててもらいました。とても熱心にお話を聞いてもらいまた楽しんでいただいたという声を耳にすることができ、大変嬉しく思います。我々部員も改めて茶道について考える良い体験となりました。このような機会を設けて頂いた学生センターの方々を始め、参加して下さいました皆様に心から感謝申し上げます。来年以降も多くの方々のご参加をお待ちしております。(茶道研究会 3年 吉川 祐樹)

### プログラムの様子



# コーヒーから見つめ直す世界史

**日時** 2019年7月10日(水) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階523~526短期会議室

**概要**

1. 参加者数：13名
2. 講師：臼井隆一郎氏（東京大学名誉教授）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピアサポート」の実践
  - 身近なものの歴史をきっかけに歴史に対する理解を能動的に深められるようにする

**4. 内容：**

7月10日(水)、市ヶ谷キャンパスにて課外教養プログラム「コーヒーから見つめ直す世界史」を実施しました。

このプログラムは東京大学の名誉教授で『コーヒーが廻り世界史が廻る』の著者である臼井隆一郎氏を講師に迎え、コーヒーが普及した要因やコーヒー生産者や消費者の視点から世界史についてご教授いただくことで、世界史や我々にとって身近な存在であるコーヒーを見つめ直すことを目的とした企画でした。

プログラムでは、初めにコーヒーについてのイメージマップを4人一組のグループで作ってもらい、そのあとに臼井氏の講演を通してコーヒーと世界史について新たな視点から学び直したところで、最後にもう一度コーヒーについての印象に変化があったかどうかをグループで話し合うアクティビティを行いました。本講演の重点は今まであったコーヒーや世界史に対するイメージを再認識し、新しい知識や切り込み方でそれらを学ぶということであったので、参加者同士の意見交換やそれを受けても臼井氏の講演を聞くというコミュニケーションを取り入れたことで、その趣旨が達成されやすくなったかと思えます。

臼井氏はドイツ文化や文学についても造詣が深く、コーヒーについて興味を持たれるきっかけとなったアウシュビッツ収容所におけるコーヒーの利用のされ方などについても語っていただき、より深い内容となっていました。講義終了後には臼井氏に質問をしたり、参加者同士で談笑をしている姿が見られました。

学生にとって世界史もコーヒーも、一方は受験や大学で扱う学問、一方は眠気覚ましや嗜好品という身近なものでありながらそれに対して深く考えることのなかったものです。しかし両者が、私たちが普段持つイメージ以上に人々に寄り添い私たちの現代の生活に深くかかわっていることをこのプログラムを通して参加者に学んでもらうことができました。このプログラムで学んだ内容を生かして、今後の生活で身近に感じているものに注意深く目を向け、考えてみる習慣がつくとよいでしょう。



【報告・KYOPRO スタッフ】松隈ゆり（文学部・英文学科2年）

プログラムの様子



# 大学って何をすればいいの？ ～大学のトリセツ～

**日時** 2019年10月7日(月) 17:25～19:05

**場所** 多摩キャンパス EGG DOME 研修室1・2

## 概要

1. 参加者数：7名
2. 講師：田中研之輔氏(法政大学キャリアデザイン学部)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 大学においてどのような姿勢や意識で授業や活動に取り組めば良いかを学び、今後の学びをより有意義なものにする

## 4. 内容：

2019年10月7日(月)に課外教養プログラム「大学って何をすればいいの？～大学のトリセツ～」を実施いたしました。このプログラムは参加学生が大学では何ができるのか、学生自身の人生を豊かにするためにどのような姿勢や意識で大学での授業や活動に取り組めば良いのかを学び、今後の大学生活でそれぞれの学部での学びをより有意義にするきっかけを作ることを目的としたものです。



当プログラムでは、講師としてキャリアデザイン学部教授の田中研之輔氏をお招きしました。田中氏の書籍である『大学のトリセツ』『プロティアン』を参考図書として、今後の大学生や社会人に求められる能力についてお話ししていただきました。「プロティアン」とは技術革新等で劇的に変わる世の中に応じて柔軟にキャリアを変え、生き生きと働き続ける人のことを指します。そこで、現在の自分の状態を把握するため、15個の項目からなる「キャリア診断」を行いました。参加者全員が、項目のチェック数4～11個程度という結果になり、今後本を意欲的に読むことや、国内や海外の社会変化に敏感になることの重要性を教わりました。

プログラムの個人ワークでは、キャリア資本である、文化資本や社会関係資本について深く掘り下げました。まず現在自分が持っている文化資本や社会関係資本を紙に書き起こし、10年後には具体的にどのような資本を増やしていくか考えました。また、一対一になり現在と未来の自分自身のキャリア資産について話し合うことで、キャリア形成における視野が広がり、新しい刺激にもなりました。集団ワークでは4人グループをつくり、全員が共通している文化資本や社会関係資本を見つけ、自分たちのキャリア資本を活かした事業を考えました。各グループでは活発な意見交換が行なわれており、終始賑やかにコミュニケーションを参加者同士で取っていました。グループで話し合った後、深掘りするために他のグループの人に考えた事業をプレゼンテーションしました。現在自分が持っている資産を把握し、その資産を将来どのように活かすかを考えることで、今後の目標を見つけるためのヒントを得ることができました。

プログラムの終盤では田中先生から、大学の講義を受ける上で大切なことを教わりました。それは、面白味に欠けると感じる講義があるとするならば、自分が教師だったらこのように講義を進めるだろうと考え、常に当事者意識を持ちながら講義を受けるということでした。この当事者意識は、将来社会に出たときに環境の変化に対応するための柔軟な考え方を必要とする大学生にとって重要な要素となります。私たち大学生が与えられた4年間は、自分の将来について考え試行錯誤できる貴重な時間です。目標とする自分に近づくためにも、このプログラムを通して大学生生活や講義の受け方を見つめ直す機会を得ることができたら幸いです。

【報告・KYOPRO スタッフ】 八木久実(現代福祉学部臨床心理学科2年)

プログラムの様子



# 生け花体験教室—日本文化を学ぼうシリーズ—

**日時** 2019年10月16日(水) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス 外濠校舎5階523~526

## 概要

1. 参加者数：12名
2. 協力：一般社団法人龍生華道会
3. 実施目的：
  - いけばなを通して日本の伝統文化に対する理解と関心
  - いけばなを体験する事で古くから受け継がれてきた日本人の精神について学んでもらう
  - 単なる非日常体験として終わらせず、ここで学んだ事が実生活にどのように活かせるのかを考える機会を創出する。

## 4. 内容：

10月16日(水)、学生センター・課外教養プログラム「生け花体験教室-日本文化を学ぼうシリーズ-」を実施しました。本企画

は、体験を通じた日本文化に関する教養教育を目的として実施しました。

プログラムは、一般社団法人龍生華道会協力のもと行われました。まずは、講師である龍生派家元吉村華洲氏より、生け花の歴史、現代と近代の生け花の違いや生け方の方法をレクチャーして頂きました。また、家元は建築事務所で勤務された後、生け花の世界に入ったという異色の経歴の持ち主でした。どのようなキャリアデザインを歩んできたのか？というお話も頂きました。学生は興味津々に聞き入っていました。

続いて、参加者は実際に最初に学んだ生け花の方法を踏まえて、実際に自由に花を生ける体験を行いました。参加者のほとんどが生け花初心者の方、悪戦苦闘しながら真剣に花を生けている姿が印象的でした。

その後、自分が生けた花を家元から講評を頂きました。自身で作成した生け花を家元が講評をしながら手直しを加えていく事で見違えるほど、生け花が美しくなっていく事に参加者は驚いている様子でした。

当日は留学生の参加も多く見られました。最初は生け方や鉢の使い方に戸惑っている様子でしたが龍生華道会スタッフや家元のフォローで最終的には自分の生け花に感動し、写真を沢山撮る姿が印象的でした。

課外教養プログラムでは、今後も日本文化についての知識を身に付け、体験を通して学ぶことのできるプログラムを実施していきます。

### 【参加学生による感想】

対面して自分が体験するとなった時に、とても難しさを感じました。特に葉のバランスに手こずりました。しかし、作っていてとても楽しかったです。(参加者アンケートより)



生け花には沢山のルールがある事を知り、生け花に関連したスタイルやルールより興味を持ちました。この伝統から沢山の感銘と学びを得ました。

プログラムの様子



# 歌詞から学ぶ言葉のチカラ ～広げよう！日本語の世界～

**日時** 2019年10月21日(月) 15:35～17:15

**場所** 多摩キャンパス EGG DOME 研修室1・2

## 概要

1. 参加者数：10名
2. 講師：中村一夫氏(国土館大学文学部教授)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 歌詞から言葉の表現技法を学んで日本への学び興味関心を抱いてもらう
4. 内容：

2019年10月21日、課外教養プログラム「歌詞から学ぶ言葉のチカラ ～広げよう！日本語の世界～」を実施いたしました。



日ごろ何気なく聴いている歌には、様々な日本語表現が用いられています。歌詞は比喻や反復・倒置法など日常会話では用いない巧みな言葉選びがなされており、歌詞によって曲の世界観が形作られたり、聴き手の心を動かしたりすることも多々あります。また曲が作成された時代に即した言葉が用いられることや、社会的背景や文化が歌詞に反映されていることもあります。このように、様々な側面をもつ歌詞を用いることで、多様な視点から言葉の奥深さを学べると考えました。本プログラムでは、身近な歌詞を通じて日本語を身近に感じてもらい、言葉への学びに興味を持ってもらおうと企画いたしました。

また今回、歌詞を題材にしたプログラムを企画したきっかけは、KYOPRO 学生スタッフ主体で法政大学多摩キャンパスの学生を対象に「学びのニーズアンケート」をしたことでした。アンケート結果をもとに、より法大生の需要に合わせた学びを提供しようという新たな試みを行いました。

プログラム当日の具体的な内容としては、万葉集や現代の曲に通じてみられる当て字文化や役割語によって曲やアーティストの世界観構成がされていることを学びました。また古今和歌集の歌からは当時のジェンダー観がよく表れており、歌詞から社会的・文化的背景が読み取れることがわかりました。

講師には国土館大学文学部教授の中村一夫先生をお招きしました。平安時代からの日本語研究を専門としながら、ご自身ではアイドル歌詞や JPOP 歌詞の分析をなさっていることから、学生の学びの興味に沿った講義をしていただきました。講義中は私たちが良く知っている JPOP やアイドルの曲を実際に聴いたり、自分で選んだ歌詞の分析をしたりすることで、楽しみながら学ぶことができました。双方向型の講義で、学生が意見する場面も多かったため、参加者の皆さんの理解も深まったのではないかと思います。参加者が熱心にメモを取る姿勢と、講義後いくつも質問が挙がったことが印象的でした。

今回のプログラムで、参加者の皆さんには日本語表現がもたらすチカラを知り、言葉への学びから人や社会への興味関心を高めていただければ嬉しいです。

【報告・KYOPRO スタッフ】小松美和(社会学部社会学科3年)

プログラムの様子



# 危険ドラッグの恐ろしさ ～薬物乱用防止セミナー～

- 日時**
- ・市ヶ谷：2019年10月23日（水）16:50～18:30
  - ・多摩：2019年10月29日（火）17:25～19:05
  - ・小金井：2019年10月25日（金）17:00～18:40

- 場所**
- ・市ヶ谷：外濠校舎3階 S307 教室
  - ・多摩：EGG DOME 5階 多目的ホール
  - ・小金井：東館2階 E202 教室

**概要**

1. 参加者数：260名  
(市ヶ谷：132名、多摩：59名、小金井：69名)
2. 講師：鬼頭英明氏（法政大学スポーツ健康学部教授）
3. 実施目的：薬物の知識と心身に与える影響を正しく理解し、誘惑を断る意志確立と正しい規範育成を支援する。

**4. 内容：**

3キャンパス（市ヶ谷：10/23、多摩：10/29、小金井：

10/25）にて、課外教養プログラム「危険ドラッグの恐ろしさ ～薬物乱用防止セミナー～」を行いました。

本プログラムは、2012年度より3キャンパスで実施しているプログラムです。今年度も保健教育学を専門とする本学スポーツ健康学部の鬼頭先生をお招きし、大学生の薬物への意識や実態、健康への影響、薬物依存のきっかけなど様々な角度から薬物の危険性をお話しいただきました。

学生アンケート（アンケートは記された文面のまま記載）

- ・私自身、東南アジアに行くことも多く、いつも治安のことを特に心配していましたが、薬物も手に入りやすかったりと、より気をつけなくてはならないと感じました。また来年から社会人として多くの人と関わるようになるからこそ、仕事のことだけでなく、薬物を含め当たり前のことにも気を付ける必要があると感じました。
- ・薬物についての認識が欠如していたり一度の過ちで海外で重い刑罰を課された人が多くいるという事実には驚いた。薬物の恐ろしさを甘く考えている人が多いのだと思った。断る勇気が大切だと感じた。
- ・日本でも大学生が大麻を使用していたり、家で栽培していたりということがあったりということが大麻の恐ろしさを知らず興味本位で手を出してしまうことに繋がっているような気がしました。大麻だけでなく、お酒やたばこも自分の身を滅ぼしてしまう可能性はもちろんあるし、とても身近だからこそ、中毒にならないよう気を付けたり周りの友達が中毒になりかけていたらしっかりと止められるような勇気を持とう！と改めて思いました。
- ・先輩や自分より立場上の人から誘われると中々断れなかったり、合法ハーブなど見えない薬物が蔓延していたりするため、社会全体としての制度のさらなる見直しが必要であると思う。



プログラムの様子



## スマホのデータ、盗まれていませんか？法大生のためのネットリテラシー診断

**日時** 2019年10月24日（木）17:00～18:40

**場所** 小金井キャンパス西館2階 W212教室

### 概要

- 参加者数：11名
- 講師：藤平武巳氏  
(一般社団法人日本スマートフォンセキュリティ協会)
- 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - スマホセキュリティの現状を学び、身近に潜む危険についての知識と対策を身につける。
  - 情報が流出した際のリスクを理解するとともに、情報を発信する立場となった場合の心構えを学ぶ。
- 内容：
 

10月24日（木）、一般社団法人日本スマートフォンセキュリティ協会の藤平武巳氏をお招きし、課外教養プログラム「スマホのデータ、盗まれていませんか？法大生のためのネットリテラシー診断」を実施しました。



当プログラムは私たちの身近にあるスマートフォンのセキュリティの現状を学ぶとともに、自身の持つ個人情報の重要性を認識してもらうことを目的としました。

内容としては、前半はスマートフォンを持つことの持つことの知られざるリスクについて学び、自分のSNS発信等で加害者になってしまう可能性を知りました。後半は、実際に現代社会で起きている問題を知り、自身がスマートフォンを使う時のルールを参加者で話し合いました。講義中は藤平氏のスマートフォンに関する専門的な知識を、ユーモアを交えてわかりやすく説明していただき、終始良い雰囲気で行うことができました。

参加者からは「スマートフォン社会の裏側を知ることができた」「スマートフォンには私たちにも関わる身近な危険が潜んでいることを学べた」などの声があり、今回のプログラムを通してスマートフォンを使用する上で気をつけるべきことを学び、「自分の情報は自分で守る」という、社会で生きていくための思考を鍛えられたと思います。

【報告・KYOPRO スタッフ】長岡隼巳（理工学部・応用情報工学科1年）  
 鎗田明玖（理工学部創生科学科3年）

プログラムの様子



# 今さら聞けない天皇の話 ～象徴ってなあに？～

**日時** 2019年11月12日(火) 17:25~19:05

**場所** 多摩キャンパス EGG DOME 研修室1・2

## 概要

1. 参加者数：11名
2. 講師：河西秀哉氏(名古屋大学大学院人文学研究科准教授)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 日本古来の伝統的な制度について理解を深め、自身の住む国日本について見つめなおすきっかけとする。

## 4. 内容：

2019年11月12日(火)に課外教養プログラム「今さら聞けない天皇の話～象徴ってなあに？～」を実施いたしました。本プログラムは、徳仁天皇が即位し元号が令和に代わる本年であるからこそ、日本独自の地位である「天皇」と、同じく独自の制度である象徴天皇制、また天皇陛下の仕事や日常などについて学び、わたしたちの住む国日本を見つめ直すきっかけとなることを目的として開催されました。本プログラムでは講師として名古屋大学大学院准教授である河西秀哉先生をお招きしました。河西先生は象徴天皇制の変容過程を研究なさっており、戦前の天皇制との関係性や昭仁上皇・美智子上皇后の思想と行動に着目しつつ分析をされています。今回は特に天皇に関して十分な知識の少ない学生を対象に、皇室の日常に触れつつ現在の象徴天皇制について講義を行っていただきました。

プログラム当日は天皇陛下が普段こなされているお仕事の話と、現在の象徴天皇制が形成された経緯の話の二本を軸に講義が行われました。いわゆる「ご公務」と括られている天皇陛下の業務の中でも、「国事行為」「公的行為」「私的行為」の3種類に大別されており、近日催された「即位礼正殿の儀」「祝賀御列の儀」「大嘗祭」などの時事ニュースがいずれに該当するか、また天皇陛下が個人で進めておられる研究に関することを掘り下げて教えていただきました。また、象徴天皇制の成立については、昭仁上皇・美智子上皇后が天皇・皇后に即位した直後から始まった皇室の報道のされ方、象徴としてのあり方を模索されてきた天皇と国民を題材とし現在の象徴天皇制がいかにして形成されてきたのか、これからどのようにしていくのか、という話をさせていただきました。先生は講義の途中で何度かクイズ形式で天皇に関するお題をあげてくださり、言葉の意味についてグループで考えるシンプルな問題から過去の新聞記事に載っている写真の様子について考えるなど、様々なクイズを出題して下さったことで、各グループでは活発な議論がなされ、意外性を帯びた回答が出揃うこともありました。

今回のプログラムを通じて、学生にとって日本がどのような国であるか、また日本の伝統的な制度の在り方について興味を持ち、自身で考えるきっかけになっていただければ幸いです。

【報告・KYOPRO スタッフ】嶺岸樹(経済学部経済学科2年)



プログラムの様子



# 法政たばこセミナー～受動喫煙の恐ろしさ～

## 日時・場所

(小金井) 11/19 (火) 17:00-18:40 西館 B1F・マルチメディアホール  
 (多摩) 11/21 (木) 17:25-19:05 EGG DOME 5F 多目的ホール  
 (市ヶ谷) 11/28 (木) 16:50-18:30 富士見ゲート校舎 6 階 Y606

## 概要

### 1. 参加者数

(市ヶ谷) 132 名 (多摩) 68 名 (小金井) 71 名 計 293 名

### 2. 実施目的:

- 学生の喫煙マナー・モラルの向上。
- 受動喫煙防止対策の一環として

### 3. 内容:

講師には、日本禁煙学会理事・東京薬科大学生命科学部教授の高橋勇二氏をお呼びし、3 キャンパスでたばこに関する講演を行って頂きました。

講演ではたばこの歴史やなぜ依存してしまうのかという事や近年、流行している電子タバコと受動喫煙の危険性について講演をして頂きました。特に、電子タバコについてはパッケージの表記には紙巻きたばこより有害物質は軽減されていると記載されているが、実際には「有害性」は紙巻きたばこと何ら変わりはないというお話がありました。学生にとってこの事実はかなり驚きであったようでアンケートには「電子タバコの有害性について知らなかった。購入する事を考えようと思う」というアンケート回答もありました。

また、来年度よりたばこに関する法律や条例が大きく変わるという事から、条例や法律によって喫煙が出来る場所と出来ない場所や罰則等について説明して頂きました。アンケート集計によると、約 56%の学生が法律と条例が変わる事を知らなかったという結果になった為、今回の講演で学生のたばこに関する法律、条例の知識が身についたのではないのでしょうか。

たばこの法律と条例が大きく変わり、学生にも喫煙に対する意識の向上が求められています。今回の講演で学んだ事を各構成員にも共有して頂き、喫煙者而非喫煙者が気持ちよく生活していける世の中を実現していただきたいと思います。



プログラムの様子



# 神々の国のガイドブック ～古の日本を探検しよう～

**日時** 2019年11月19日(火) 15:35～17:15

**場所** 多摩キャンパス EGG DOME 研修室1・2

## 概要

1. 参加者数：12名
2. 講師：坂本勝氏(法政大学文学部教授)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 神道の話を通じて古き良き日本について興味を持ってもらう

## 4. 内容：

2019年11月19日(火)に、課外教養プログラム「神々の国のガイドブック ～古の日本を探検しよう～」を実施いたしました。本プログラムは、日本の神々や日本古来の伝統的な宗教、神社の歴史とは何かなど、神道について知ることで、神様のみならずその神が信仰されていた地域の風土、さらに海外の一神教とは異なった日本独自の宗教観を通して古き良き日本人の“ものの見方”を学び、自身の見識を広めることを目的に開催されました。

本プログラムでは講師として法政大学文学部教授の坂本勝先生をお招きしました。先生の専門は上代文学であり、著書でライトユーザー向けに古事記の解説本を出版している他、青春出版社の「図説」シリーズで万葉集・古事記・日本書紀・風土記をテーマとして取り上げた読本の監修をなさっておられることから、有名な神々の解説と出雲の地の神話について講義を行っていただきました。

プログラム当日は、初めに参加者の皆さんにワークとして学生スタッフが用意した日本の神々に関するクイズに答えていただき、その後先生のお話を拝聴するといった流れとなりました。講義本番では、先生が学生スタッフの用意したクイズ、並びに解説をさらに深堀りしてくださったことに始まりました。イザナギとイザナミにまつわる日本誕生のストーリーから、大国主命により日本という国が形作られていくお話まで、60分前後という短い時間の中簡潔に語っていただきました。どこかお硬いイメージのある日本神話を独特の言い回しで学生向けにマイルドに紡ぐ先生の語り口が印象的であり、参加者の皆様も深く聞き入っていました。今回のプログラムを通じ、参加者の皆様が日本という国について理解を深めようというきっかけになれば幸いです。



報告：多摩 KYOPRO 学生スタッフ・嶺岸樹（経済学部経済学科2年）

プログラムの様子



## 将来のニーズを捉える力～未来を見据える術はここにある～

**日時** 2019年11月22日(金) 17:00～18:40

**場所** 小金井キャンパス西館2階 W212教室

### 概要

1. 参加者数：11名
2. 講師：平石郁生 先生  
(法政大学イノベーション・マネジメント研究科)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 自分の将来について考えることの重要性を参加者に知ってもらう。
4. 内容：
 

11月22日(金)、法政大学大学院 イノベーション・マネジメント研究科 兼任講師の平石郁生先生をお招きし、課外教養プログラム「将来のニーズを捉える力～未来を見据える術はここにある～」を実施しました。



本企画は、理系の学生の中でも変化しつつある世界の動きに興味のある人をターゲットにしました。科学技術の向上により激動する世界に振り回されるのではなく、自らその環境の中で人々が求める新しく最適なものを見つけ出す力を学生に身に付けてもらうこと、あるいは近い将来について考える重要性を実感してもらうことを目的としました。

内容としては、講義を受けたのちに、「大学で今学んでいること、そしてこれから学ぶことがどのように活かされるのか」という題材についてディスカッションを行いました。

講義では日本の企業と世界の企業の違いといった抽象的でマクロな話から、実際に今世界で利用されているサービスの例を学ぶといった具体的でミクロな話まで様々な話を平石先生の体験も織り交ぜながら聴くことができました。また、ディスカッションでは学生同士でそれぞれがどんな研究をしているのかを確かめ合い、その研究がどのようにして未来に活かすことができるのかと自分なりの言葉で表現し、話し合うという形で積極的な意見交換が行われていました。

参加者からは「これほど現在の日本に対して危機感を実感したのは初めて」「将来について見直すことができた」「授業を受けている意義を考える機会が得られてよかった」などの意見があり、参加者それぞれに何かしらの問題提起をすることができた有意義なプログラムであったと思います。

【報告・KYOPRO スタッフ】秋山浩一朗（生命科学部生命機能学科1年）

鎗田明玖（理工学部創生科学科3年）

吉原徳章（生命科学部生命機能3年）

松村圭太（生命科学部環境応用化学科2年）

鈴木彩未 (理工学部応用情報工学科1年)

守田竜梧 (理工学部応用情報工学科1年)

プログラムの様子



## 博報堂スピーチライター直伝！伝わらないをなくす！話し方の極意

**日時** 2019年11月27日(水) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階短期会議室523~526

### 概要

1. 参加者数：12名
2. 講師：ひきたよしあき氏（株式会社博報堂スピーチライター）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 学生が自分の考えを自分自身の言葉で正しく伝えることが出来るようになる

### 4. 内容：

2019年11月27日(水)、(株)博報堂でスピーチライターをされているひきたよしあき氏をお招きし、課外教養プログラム「博報堂スピーチライター直伝！ “伝わらない” をなくす話し方の極意」を実施しました。



自分の意見を正しく伝える能力は学生にとって必要ですが、それを学ぶ機会が少なく、話すことや伝えることに苦手意識を抱いたまま、克服することができない学生が多くいるようです。そのため、本プログラムでは学生が自分の考えを自分自身の言葉で正しく伝えることが出来るようになることを目的としました。

プログラムでは、対人関係に強くなるコツ、自分を知る・伝えるコツ、正確に伝えるコツ、行動力をつけるコツの4つのテーマについてお話いただきました。

対人関係に強くなるコツでは、穏やかな仕草や明るい言葉をかけるようにすることで関係を明るくできるということを、ワークも取り入れながらご教示いただきました。

自分を知る・伝えるコツでは、人が一番興味のあるのはその人の過去であることと、「エピソードノート」という、年ごとにページを作り、その年に自分に何が起きたかと社会では何が起きていたかを書き出すことで自分の記憶を鮮明にすることで、自分を知り、人に伝えることができるとご教示いただきました。

正確に伝えるコツでは、今いる状況や写真に写っているものを実況中継することで文章化する能力が身につく、正確に伝えることが出来るようになることをご教示いただきました。

行動力をつけるコツでは、「マンガラート」という、達成したい目標とそのための行動を記した9マス表の表を作ることで、目標達成のために行うべきことが明確になり、行動力を上げることが出来るということをご教示いただきました。

講義中は、多くの参加者が積極的にメモをとったり、積極的にワークに参加したりしているのが印象的でした。参加者からは「話し方のほか、今まで抱いていた疑問点を解決できてよかった」「今回学んだことを普段の生活でも実践してみたいと思った」などの声があり、充実したプログラムとなりました。

プログラムの様子



# パスポートのいらないブルガリア

**日時** 2019年12月1日(日) 13:00~16:00

**場所** 駐日ブルガリア大使館

## 概要

1. 参加者数：12名
2. 講師：牧野隆幸氏（一般社団法人日本南東欧経済交流協会 事務局長）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 普段あまり馴染みのない東欧地域について造詣を深める、新たな学びに出逢うきっかけづくり

## 4. 内容：

2019年12月1日、駐日ブルガリア大使館にて法政大学課外教養プログラム『パスポートのいらないブルガリア』を実施致しました。

本企画の講師である牧野隆幸氏が事務局長を務める、一般社団法人日本南東欧経済交流協会と、駐日ブルガリア大使館、法政大学の共同のもと実現致しました。

当プログラムは、普段あまり馴染みのない東欧地域について造詣を深める、新たな学びに出逢うきっかけづくりを目的としました。2019年度はブルガリアと日本交流開始110周年、外交関係樹立80周年、外交関係再開60周年の3つの周年に当たります。

プログラムの冒頭では大使館のエントランスにある3つの周年を記念する旗の説明と、駐日大使のご挨拶がありました。その後講師によるブルガリアの基礎知識についてのレクチャーがクイズを交えながら行われました。レクチャー終了後、実際に民族衣装を参加者が試着をし、記念撮影をするなど楽しむ様子が伺えました。試着後には秘書による参加者への質疑応答を行った後に、ティータイムを催しました。ティータイムにはブルガリアの伝統的な軽食とお茶を提供し、参加者がブルガリアの美味しさに舌鼓を打ちました。

プログラム終了後、参加者からは「魅力はヨーグルトだけじゃないことを初めて知った。ブルガリアに行きたくなった。」「最高です!」。とブルガリアに親しみを持ち、中には秘書に自ら質問をするなど積極的な姿が見られました。又、大使館職員も本国の文化を楽しんでいただき嬉しいと喜ばれました。講師もこれを機により多くの若者が東欧地域に関心を持ち、現地へ足を運び様々なことを体験してほしいと述べられました。

今回のプログラムで、実際に大使館で体験したことがこれからの時代を生き抜く実践知として参加者の力になりましたら幸いです。



【報告・KYOPRO スタッフ】横溝満里奈（経営学部経営戦略学科3年）

プログラムの様子



# 逆算で賢くお金を使う！ライフプランを立てよう

**日時** 2019年12月2日(月) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階短期会議室523~526

## 概要

1. 参加者数：12名
2. 講師：植木美香子氏(大樹生命保険株式会社)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 出費が増える年末に向けて、自らの収支を見直し、自分に適したお金の使い方を考える

## 4. 内容：

2019年12月2日、法政大学市ヶ谷キャンパスにて、大樹生命保険株式会社の植木美香子さんをお招きし、「逆算で賢くお金を使う！ライフプランを立てよう」を実施しました。今回の企画は、出費が増える年末に向けて、自らの収支を見直し、自分に適したお金の使い方を考えることによって、出費を減らす目的で実施されました。

プログラムでは、各々が、自分の月ごとの収入から、固定費や変動費、基本生活費などを算出し、どこにどのような割合で出費をしているのを見直しました。また、それらと月々のイベント表をもとにキャッシュフロー表の作成も行いました。普段、何気なくお金を使ってしまいがちですが、今回のように、自らの支出を可視化させることによって、思っていた以上に無駄な出費が多いことに気付いたという参加者の方もいました。

個人的には、ラテマネー(必要がないのに、してしまう出費のことを総称してこのように呼ぶようです)の単語が初耳で、勉強になりました。他にも大学生の事情に合わせて、ライフプランを立てる際に留意することをたくさん教えていただきました。

今回のプログラムで学んだことは、大学生活のみならず、将来のライフプランニングにおいても大いに役立つ内容だったと思います。私も今回のプログラムで教わった、キャッシュフロー表とライフイベント表をもとに、日ごろの出費を見直し、今後のマネープランニングに役立てたいと考えました。

【報告・KYOPRO スタッフ】中嶋祐介(人間環境学部人間環境学科 2年)



プログラムの様子



# 健康みなおし週間

**日時** 2019年12月2日(月)～6日(金)  
12:00～15:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス 外濠校舎1階 メディアラウンジ

## 概要

- 参加者数：1105名
- 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 健康面での学生生活支援
- 内容：

12月2日(月)～6日(金)の5日間、市ヶ谷キャンパスにて12月2日(月)～6日(金)の5日間、市ヶ谷キャンパスにてGI(法政大学生協学生委員会)協力のもと、学生センター・課外教養プログラム「健康みなおし週間」を実施しました。

本プログラムは、「法大生に現在の自身の健康状態を見直し、これからの生活に役立てていく機会を提供したい」という思いから実施しました。「アルコールパッチテスト」「握力測定」「肌水分測定」「やに検査」「日本毛髪科学協会による頭皮チェック」「栄養士による食生活相談」「歩き方講座」「学生相談室によるストレスチェック」「心理学研究会による心理テスト」等、全12個のブースを設け、5日間で計1105名の方々に体験していただきました。

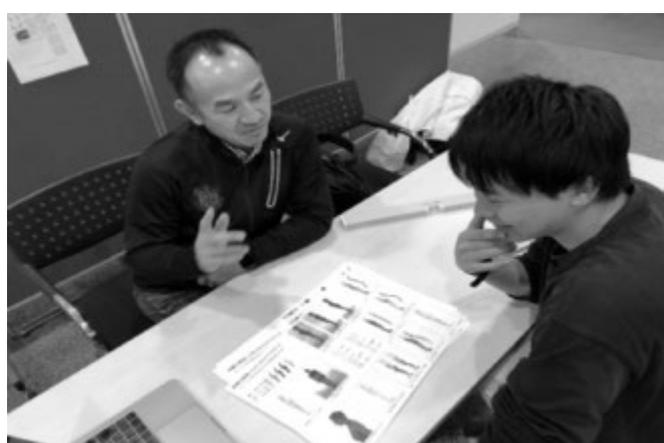
どのブースも、普段は体験できないような内容で人気でしたが、特に手軽に体験ができる「アルコールパッチテスト」や「握力測定」、「肌水分測定」には多くの人が集まりました。また、「心理学研究会による心理テスト」は複数人で診断を受け、結果を友達と一緒に聞く参加者の楽しそうな姿が印象的でした。朝比奈先生の「歩き方講座」では、実際に参加者の立ち姿を撮影することで、骨盤の歪みを診断していただきました。姿勢という普段では気づきにくい視点から健康を見直すことができ、参加者にとっても有意義な体験であったと思います。スタッフとして1週間ブースを担当してみて、友達と一緒に複数人でブースを回る参加者が多く、楽しみながら自身の健康を振り返ることができているという印象を受けました。

参加者間だけではなく、スタッフ間、スタッフと参加者の間での交流もありました。学部や団体の垣根を超えて新しい交流関係を築くことができたと思います。「健康みなおし週間」では、健康への意識づけという学生の学びにつながった一方で、学生の交流も行うことができたという点で、非常に有意義なプログラムになりました。

【報告・KYOPRO スタッフ】向佐 真実（キャリアデザイン学部・キャリアデザイン学科2年）



プログラムの様子



# 箱根駅伝・全日本大学サッカー選手権壮行会

**日時** 2019年12月3日(火) 12:30~13:20

**場所** 小金井キャンパス 中庭

## 概要

1. 参加者数：約 120 名
2. 協力：体育会陸上競技部、体育会サッカー部
3. 実施目的：
  - 体育会陸上競技部員とサッカー部員にエールを送ると共に、学生の愛校心を養う

## 4. 内容：

12月3日(火)、小金井キャンパス中庭で第96回箱根駅伝(東京箱根間往復大学駅伝競走)に出場する陸上競技部と第68回全日本大学サッカー選手権に出場するサッカー部を応援する課外教養プログラム「箱根駅伝・全日本大学サッカー選手権壮行会」を開催しました。



当日は、昨年に引き続き、キャンパスがある小金井市の西岡真一郎市長と、市のイメージキャラクターの「こきんちゃん」も応援に駆けつけ、会を盛り上げてくれました。

西岡市長は陸上競技部とサッカー部の選手たちに激励の言葉をかけてくださいました。

陸上競技部の坪田智夫駅伝監督からは決意表明で、「今回は総合6位を上回る4位を目標に頑張ります」と力強い意気込みをいただきました。

また駅伝チームの竹腰マネージャー(社会学部4年)から紹介された青木涼真選手(生命科学部4年)は、「大学駅伝では抜かれたことがないので、このまま抜かれることはなく伝説を作りたい」と力強く意気込みを語ってくれました。

サッカー部も長山一也監督と森俊貴選手(情報科学部4年、来季よりJ2栃木SCに加入)が小金井キャンパスに在籍しているサッカー部員である、村松正規選手(情報科学部3年)、鳥居俊選手(理工学部3年)、國本佳以選手(理工学部2年)、後藤啓介選手(理工学部2年)を紹介し、選手権への意気込みを熱く語りました。

その後の応援団によるデモンストレーションと、全員で肩を組んでの校歌斉唱では会場が一体となり選手たちにエールを送りました。

サッカー部が出場する全日本大学サッカー選手権大会は12月11日(水)から12月22日(日)にかけて熱い戦いが繰り広げられます。

陸上競技部が出場する箱根駅伝は2020年1月2日(木)、3日(金)で行われ、選手たちの活躍が期待されます。

プログラムの様子



## 三曲体験教室－日本文化を学ぼうシリーズ－

**日時** 2019年12月6日(金) 17:30～19:00

**場所** 市ヶ谷キャンパス 外濠校舎5階 和室

### 概要

1. 参加者数：13名
2. 協力：法政大学三曲会
3. 実施目的：
  - 学生サークルによる「ピアサポート」の実践
  - 日本文化の体験
4. 内容：

12月6日(金)、学生センター・課外教養プログラム「－日本文化を学ぼうシリーズ－三曲体験教室」を実施しました。

本企画は、三曲（三味線・箏・尺八）鑑賞と、体験を通じた伝統芸能に関する教養教育を目的として実施しました。



プログラムでは、本学の登録団体である三曲会が講師となり、三曲の歴史や楽器について学びました。また、学んだうえで実際に三曲会の皆さんによる演奏を聴きました。曲目は「八千代獅子」で、初めて聴く三曲の演奏に、参加学生は感動している様子でした。

その後は、三味線、箏、尺八の3グループに分かれて、楽器の演奏を体験しました。三曲会の皆さんが参加学生について体験のサポートにあたり、お互いに楽しそうに楽器を演奏していました。なかでも尺八は初心者には難しいようで、音を鳴らそうと熱心に取り組んでいる様子が印象的でした。一番人気が高かった箏では、多くの参加学生がきれいな「さくらさくら」を演奏できたようです。

当日は、留学生の参加も多数見受けられました。参加学生からは、「演奏の体験も楽しかったが、三曲会の楽器に関する説明や演奏もとても面白かった」「もっと演奏したい」など、多くの感想をいただきました。なかには、プログラム終了後も三曲会の学生と話している参加学生もあり、本プログラムは学生同士の交流の場ともなりました。

課外教養プログラムでは、今後も日本文化についての知識を身に付け、体験を通して学ぶことのできるプログラムを実施していきます。

プログラムの様子



## “読まない”読書～本文を読むだけじゃない読書のヒミツ～

**日時** 2019年12月10日(火) 17:00～18:40

**場所** 小金井キャンパス南館4階ゼミ室3

### 概要

1. 参加者数：14名
2. 講師：橋本英人氏（編集工学研究所 主任研究員）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 読書を通じた、思考力を培う方法を学生に理解し身につけてもらう。また、日頃から読書をすることの重要性を知ってもらう。
4. 内容：
 

12月10日(火)、編集工学研究所の橋本英人氏をお招きし、課外教養プログラム「“読まない”読書～本文を読むだけじゃない読書のヒミツ～」を実施しました。



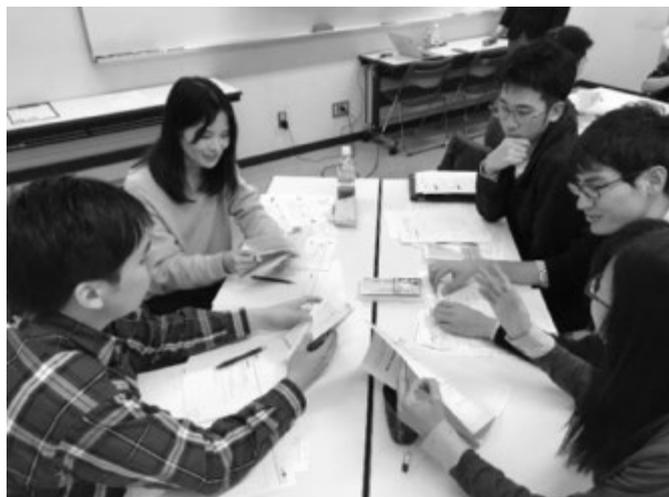
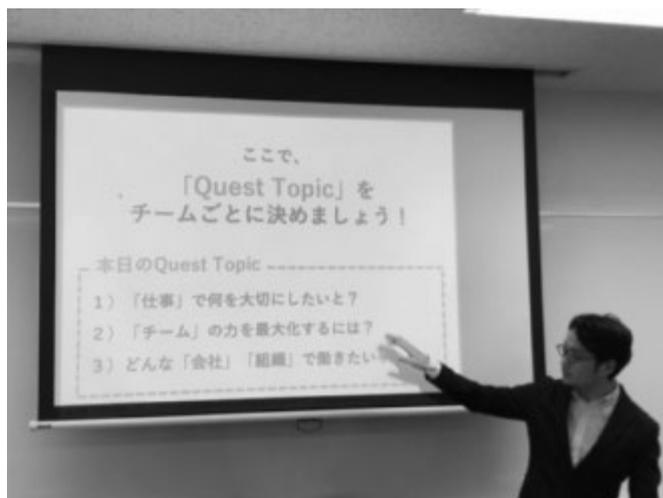
当プログラムは読書を「物事を思考するためのツール」として捉えてもらうことを目的としました。

内容としては、参加者の最近の読んだ本を紹介しあうアイスブレイクから始まり、まずは本を読む前にどのようなことに注意すべきかを学びました。グループごとに大きなテーマを決め、そのテーマを話し合うツールとして、講師の橋本氏が持参した5種類の新書を用いました。本を読む前に、表紙、はしがき、帯び、目次など様々なところに目を通すだけでも筆者の立場や意見、論述構成を見て取れるということを実感し、驚いていました。その後、本の内容に目を通しながらも、グループごとのテーマはこの本ではどのように論じられているのだろうかという点に着目し、自身のテーマへの考えを持ちながら“読書”を行いました。

参加者からは「読書について見直す機会になった」「本を読むことが少なくなっていたが、また読もうと思う」などの声があり、今回のプログラムを通して読書を「思考をするためのツール」として捉えてもらい、学生の読書への認識を良い方向へと向かわせることができました。

【報告・KYOPRO スタッフ】長岡隼巳（理工学部・応用情報工学科1年）  
 鎗田明玖（理工学部・創生科学科3年）  
 吉原徳章（生命科学部・生命機能科学科3年）

プログラムの様子



## 言葉は使わない！身近な生活から見つける伝え方の文化の違い

**日時** 2019年12月10日(火) 16:50~18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階短期会議室523~526

### 概要

1. 参加者数：8名
2. 講師：大嶋良明氏（法政大学国際文化学部 教授）
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - 普段の生活では気付くことのないような日本と外国の違いを学ぶことで、学生に文化の違いに目を向けてもらう

### 4. 内容：

12月10日(火)、市ヶ谷キャンパスにて「言葉は使わない！身近な生活から見つける伝え方の文化の違い」を実施しました。このプログラムは、普段の生活では気付くことのないような日本と外国の違いを学ぶことで、学生に文化の違いに目を向けてもらうことを目的としました。



講師には法政大学国際文化学部教授の大嶋良明氏をお招きし、主に「ピクトグラム」や「ジェスチャー」を取り上げていただきました。内容としては、ピクトグラムは同じ物事を表すにしても国により大きな差があるということで、紹介していただいた中には今までに見たことのないものが多くありました。また、馴染みのあるジェスチャーに対する思わぬ捉え方には多くの参加者が驚いた様子を見せる場面がありました。これらは言葉の壁を乗り越えるために使われることも多いですが、文化が違うことで伝わり方に色々な問題があるということでした。

プログラムの最後には、学んだピクトグラムの知識を生かして参加者自身がオリジナルのピクトグラムを作成するワークを行いました。本から着想を得つつも、それぞれが遊び心はあるものや、今までにないようなピクトグラムを完成させました。他の人が作ったものを見て質問をし合うなど、参加者同士の交流が活発でした。

今回のプログラムを通して、同じ物事に対する受け止め方は文化によって様々だということ学びました。この学びは国際ニュースを見る際や海外に行った際の発見にも繋がると思います。このプログラムを機に参加者の皆さんの文化の違いに対する関心が高まり、さらに視野を広げていただければ幸いです。

【報告・KYOPRO スタッフ】大島理央（法学部法律学科 1年）

プログラムの様子



## 心のプロに学ぶストレスとの上手い向き合い方～ ‘Stless ‘になる新常識

**日時** 2019年12月16日(月) 16:50～18:30

**場所** 市ヶ谷キャンパス外濠校舎5階短期会議室 523～526

### 概要

1. 参加者数：12名
2. 講師：栗田七重氏(学生相談室心理カウンセラー)
3. 実施目的：
  - 学生がプログラムを企画・運営することによる「ピア・サポート」の実践
  - ストレスの正体や向き合い方、さらには心理学的にすすめるストレス解消方法について学ぶことで、市ヶ谷学生相談室について学生に知ってもらう
4. 内容：
 

12月16日(月)、市ヶ谷キャンパスにて課外教養プログラム「心のプロに学ぶストレスとの上手い向き合い方～ ‘Stless ‘になる新常識」を実施しました。



このプログラムは、市ヶ谷学生相談室の心理カウンセラーである栗田七重氏を講師に迎え、ストレスの正体や向き合い方、さらには心理学的にすすめるストレス解消方法について学ぶことで、市ヶ谷学生相談室について学生に知ってもらうことを目的とした企画でした。

プログラムでは、初めにストレスについての事前知識のチェックを行った後、栗田氏による、ストレスの新常識についての講義が行われました。そのあとに4人1組のグループになって「ストレスの解消方法」や「過去に好きだったこと」について共有をした後、栗田氏によるストレスの解消方法についての解説が行われました。最後に、栗田氏による、ストレスに一番効果的とされる「睡眠」の新常識についての講義も行われました。本講演の重点はストレスとの向き合い方について新しい常識とともに学ぶということであったので、参加者同士の意見交換やそれを受けても栗田氏の講演を聞くというコミュニケーションを取り入れたことで、その趣旨が達成されやすくなったかと思えます。

栗田氏は、アメリカで研究されている最新の心理学に精通されており、講義内でも多くの事例に触れられていたことからより深い内容となっていました。講義終了後には参加者と談笑される場面も見受けられ、質問にも積極的に対応されていました。

学生にとってストレスと向き合う場面は多く、それを乗り越える方法は日々求められていると感じています。今回のプログラムを通して、心のプロである心理カウンセラーが直伝するストレス対処法を多くの方が学ぶ機会になりました。今後、日常のいろんな場面でリフレッシュする必要があると思いますが、そのときは趣味の時間よりも睡眠に時間を割きたいと思いました。

【報告・KYOPRO スタッフ】安藤菜生人(文学部地理学科 4年)

プログラムの様子



