第 62 号
(年４回発行)
編集発行
弘前学院大学
広報委員会
印刷所
㈲小野印刷所

疲労とストレス

学長　吉岡　利忠

仕事場で朝からすっきりした雰囲気で仕事をしている方を見かけると、こちらも清々しい気分になる。その一方で、むっつりと不機嫌そうな人、眠そうな人、明らかに疲れている人たち、それでもなんとかそのような状態から回復しようと頑張って仕事をしている人たちもいる。つくづく疲れがたまっているのだと思う。疲れをしらないで走り回る幼児たちは別だが、塾通いの小中高生、働いている人たち、さらにはお年寄りまで疲れている様子。さまざまなストレスを抱えているといってもよい。

首都圏の電車では、新聞、雑誌を見ている人たちやスマホを操作している人たちも多いが、寝ている人たちも少なくない。一億総疲労社会と言うのは言い過ぎか。夜遅くまで勉強やテレビ、寝不足、深酒、残業、パソコン作業、携帯電話で長電話・メールのやり取り、ファミコンなどなどの原因があると思うが翌日までその影響を引きずるのは体にとってマイナスだ。そのうえさまざまな人間関係の中で毎日を過ごし、さらに複雑な社会環境の下で働き続け、多種多様のストレスを受けている。本来〝ストレス〟とはストレス学説（ハンス・セリエ、１９３６年）から来ているが、さまざまな刺激・環境などが悪さをして体の中に作られる得体の知れないもの（一つにはアドレナリン）をストレスだと言う。昨今は一億総ストレス社会と言ってもいいかも知れない。

さて、疲れ、疲労を感じるということは健康である証拠であるとも言う。好きなことをしていると何時間でもでき、そして疲れを感じないことはよく経験するところ。嫌なことや押し付けられた仕事はすぐに疲れてしまう。楽しいことや嬉しいことでは少々の疲れは吹っ飛んでしまう。このように、疲れに関しては心身の状態、周囲の環境、これまでの経験、メンタル面などによってその度合いや経過がかなり異なってくる。一例をあげると、充実した仕事や好きなスポーツによる疲労は、一晩の眠りで完全になくなり爽やかな朝を迎えることができる。疲労を引き起こす原因はかなり複雑であり、血液検査、尿検査、唾液検査などによってわかるという疲労度検査は疲労の原因のほんの一端だけをみていることになる。

生理学的（病気以外）定義によると疲労の特徴とは、知的（精神的）作業や身体的（肉体的）作業によって生じ、それらの作業を中止すればもとの状態に戻ることである。すなわち、一晩の睡眠で治るのである。疲労を感じ、もとに戻らないことが続くと疲労の蓄積、すなわち慢性疲労。この蓄積がさらに重なっていくと過労、そして本邦にしかない嫌な専門用語である過労死（欧文名karoushi）の危険性が高くなってくる。疲労学会という学術団体もあるほど疲労に関してはあらゆる方面から研究が続いている。

一方、疲労を感じたときにはもうこれ以上体を酷使するなというからだへの防御機構の一つとしてとらえることもできる。これが重要である。疲労を学問的に分類すると、身体的・精神的疲労、中枢性・末梢性疲労、急性・慢性疲労、局所・全身疲労がある。疲労はなんとなく悪玉のように受け取りがちであるが防御機構としての善玉としてとらえた疲労もある。この善玉疲労によってさまざまな道具、機械、分析機器などが発明され改良され、毎日の生活がそれらの恩恵を受けることになる。健康維持増進の面からみても、ランニング・ウオーキングなどの持久性トレーニングやバーベルなどの器具を使った筋力トレーニング後の疲れ具合から次のトレーニング強度をどのようにしようかといったトレーニングメニューを考えることができ、健康体を維持し病気にならない体を作ることができる。

ストレスは疲労を起こす大きな要因である。漢字で表現すると、ひずみ、ゆがみと読む「歪」になる。不と正から成り立つ漢字である。体の中に「不正」が生じており歪ができている。その歪みを取り去ることや歪みを引き起こすものを取り去ることがストレス解消法になる。ストレスの原因は、暑さ、寒さ、外傷、熱などの物理的要因、飢え、感染、酒、タバコなどの化学的要因、細菌、ウイルスなどの生物学的要因、仕事上の問題、不安、怒り、焦燥など心理的・社会的要因などである。これらの要因に耐える能力をつける、強くなるあるいは適応するなどであるが、これらは適応能力をもつことがストレス解消になる。最近、ストレスが原因でさまざまな病気、特に精神的疾患を患う人たちが多く、やはり自身がどの程度のストレスを受けているかを把握するというテストがある。ストレスチェックであり、その施行が法則化された。自分自身で自身のからだの状況を把握し適切に対処するという能動的姿勢は絶対に必要なことである。

中高大接続研修会開催

1月22日(金)礼拝堂において、法人本部、聖愛中学高校、大学から教職員60人が参加し、「中高大接続研修会」が開催された。講師に、リクルートの進学総研所長の小林浩氏をお招きし、「高大接続改革の狙いと方向性～制度改革でどう変わるのか～」のテーマで講演が行われた。

本多庸一とキリスト教(34)

学校法人弘前学院
理事長・学院長　阿保　邦弘

宣教の先駆け

明治四十四年（一九一一年）本多は六十二才になった。一月二十一日東京の本郷中央会堂創立二十周年記念会に招かれた本多は、新渡戸稲造とともに演説を行った。本多は、日露戦争後、露骨に高まりつつあった国粋主義、国家主義の狭隘高慢な風潮をいましめ、このようなことでは先進諸国からも後進国からも畏敬と信頼を獲得することはできないと説くのであった。しかし、本多の憂慮にもかかわらず、韓国併合が強行されたのは去年の夏であった。半年前、いわゆる大逆事件においてとらえられた幸徳秋水ら十一人が、国家権力の手によって処刑されたのがこの年の一月であった。天父の下に世界各国民が兄弟となり、道徳を確立し、救世主を信じて天国をこの祖国に実現すべきと説く憂国の「国士」本多は、この天皇制絶対主義・日本帝国主義の発展過程をどのように見ていたであろうか。

三月二十四日から日本メソジスト教会第四回東部年会が青山学院で開かれ、四月五日から西部年会が広島で開かれた。四月中、関西九州方面にあって長崎、京都などで語った本多は、五月上旬には名古屋で伝道した後、仙台に赴き東北学院創立二十五周年式典に参会し、その後福島、白川、西那須野、佐久間、宇都宮で教えを説いた。六月上旬から七月二十日頃までは東北・北海道を巡回し、盛岡、青森、函館、岩内、小樽、札幌、旭川、弘前、秋田、山形、米沢その他を歴訪した。この間小樽では、当時商工会議所に勤務していた子息二郎の家に滞在し、初孫の太郎を愛撫した。八月には朝鮮から訪れた牧師一行を本多は歓迎し、下旬には長野、松本方面に伝道した。

かつて本多自身が創立した弘前教会は、この年メソジスト派に属してから三十五周年に当たっていた。（番外編一参照）八月三十一日からもようされた弘前伝道三十五周年記念会のために故郷に帰った本多は、辛酸をなめた開拓伝道時代の労苦を語り、ことに菊池九郎の協力を多とし、その後の教会の発展を喜び、今後の努力を説いた。その盟友菊池は明治四十一年中央政界を退き、その当時は弘前市長になっていた。東北有数の大教会となった弘前教会に監督として帰郷した本多の胸中は、満足と感動に満ちていたに違いない。彼の影響感化の大きさは当時までに牧師伝道者六十有余名が、この教会から輩出していたことひとつをもってしても察することができるであろう。さらに、メソジスト教会の信条や組織・制度を詳細に記した「美以美教会条例」はすでに一八八一（明治一四）年に翻訳され出版されているが、それによれば、信徒を教職の補助者として勧士・定住伝道者などに登用していく道が備えられており、当時の開拓的伝道を必要とする弘前地域の状況から考えると、その制度が有効に働いたことが知られる。弘前教会から多くの伝道者を輩出したひとつの理由は、こうした教会制度そのものにもよっていたと云えるであろう。

その後かれは九月末まで北陸をまわり、福井、金沢、富山、魚津、高岡、直江津から長野を経て帰京した。十月十九日から十五日間東京の本郷中央会堂において、メソジスト教会第二総会が開かれた。本多監督は詳細を究めた教勢の報告を行った。会期中、二十二日の日曜礼拝説教では「信仰生活の三要」と題して　一、己を棄て　二、十字架を負い　三、我に従え　の三点を説いた。総会後の事務が終わるとかれは十一月下旬山梨伝道に出かけ、甲府、日下部、市川、猿橋、勝沼を訪れている。

（以下次号）

2015年度
弘前学院大学学位記授与式

文学部	第42回
社会福祉学部	第14回
看護学部	第８回
大学院社会福祉学研究科修士課程	第12回
大学院文学部研究科修士課程	第10回

◇**日時**：2016年３月19日(土)　午前10時～
◇**場所**：弘前学院大学体育館

卒業礼拝

◇**日時**：2016年３月18日(金)　午前10時～
◇**場所**：礼拝堂
＊礼拝終了後、体育館において学位記授与式のリハーサルを行う。

研究紹介㉛

教育工学で教えましょう

文学部　英語・英米文学科　准教授
エドワード・フォーサイス

From the beginning of my teaching career, I have always been interested in using technology in education. Computers and mobile devices enable teachers to make learning more engaging and personal for the students. My own instruction and research focus on the use of educational technology because students themselves are digital natives who are closely tied to their smartphones. It is important for us, as teachers, to tailor our teaching methods to suit the students' needs and learning styles. To do so, we should incorporate technology into our lessons and classrooms. There are numerous research papers which support the use of educational technology and provide tips for how to successfully employ it. The students will enjoy this change because they are very adept users of technology. To understand our students, an American university, Beloit College, provides a list of traits that university students have. This list is below and teachers should consider these traits when they plan their lessons for the coming school year.

- The Internet, Google, and cellphones have always existed for them.
- Music and video have always been available on the Internet.
- They interact with friends and loved ones using texting, Facebook or social networks.
- Email has become the new "formal" communication, while texts and tweets remain used for casual communication.
- Amazon makes them think of the online store before the river.
- They are rarely without their cellphones and they use them for everything: camera, email, texting, using the Internet, dictionaries, checking the weather and as a clock. (Beloit College, 2015)

私は教員になった時から教育工学に興味があります。教員は、パソコンやスマートフォン（スマホ）を使い、授業をクラスの特性に合わせて魅力的に行うことができます。弘前学院大学の学生はスマホを使いこなすディジタルネイティブです。そうであるならば、私たちの教え方に教育工学手法をとり入れることは効果的だと考えます。今日多くの研究が教育工学は必要だと裏付けています。学生は情報機器に親しんでいることから、教員の新しい教え方に関心を寄せるでしょう。アメリカのベロイト大学では現在の大学生の特質についてのリストを作成しています。このリストは来年度に向けた本学の授業準備にあたっても参考になると考えます。

- インターネット、Google や携帯電話は、彼ら（大学生）が生まれた時から身近にあった。
- 音楽やビデオは、常にインターネット上で利用されてきた。
- 彼らは、携帯メールや Facebook、ソーシャルネットワークを使って友達や恋人と交流している。LINE やツイーターは気軽なコミュニケーションに使い、パソコンのメールは新しい「フォーマルな」通信として使ってきている。
- アマゾンと言えば川ではなくインターネット上の店である。
- 彼らは携帯電話なしではいられない。彼らはカメラやメール、インターネットだけでなく、辞書、天気予報、時刻を調べることにまで携帯電話を使っている。

談話室

セルフヘルプグループの支援活動

社会福祉学部　教授　葛西　久志

私のライフワークのひとつに、セルフヘルプグループの支援活動がある。30数年前、精神科病院に勤務する傍ら、退院した患者さんから余暇の過ごし方がよくわからないと相談を受けたことをきっかけに支援活動が始まった。

セルフヘルプグループとは、同じ課題をもつ境遇のマイノリティの人々による自助グループ活動であり、自分の問題を自分たちで解決する自助、互助、共助などの助け合いとされている。また、エンパワメントと権利擁護活動を目的としている。

今年度、本学の大学祭では、弘前市を拠点とする津軽地域精神障がい者社会復帰支援連絡会（通称：つがるねっと）の当事者メンバーと支援者そして、本学の学生によるコラボで、地域づくりについて語ろうをテーマに意見交換した。

プログラムは、話題提供（先行事例）として、倉敷市で取り組まれているインクルージョン推進事業ぷれジョブのＤＶＤを鑑賞後、10年後の弘前市に必要なものは何か、そのために自分たちができることは何か、やりたいことは何かなど学生の司会進行のもとグループワークを行った。意見交換後、「人同士が支え合う優しい街をつくる」「弘前の観光を盛り上げ魅力をアップする」「一人ひとりが夢や希望をもって前に進んでいく」など様々な視点から前向きな意見が出た。

さて、今回初めて、大学祭でのセルフヘルプグループの方々とその支援者、学生とのコラボによる地域づくりについて話し合った。当初、緊張感があり、互いに遠慮しながら意見交換していた。しかし、グループワークが進むにつれ、徐々に笑い声が聞こえるなど、和んだ雰囲気となり、まさにインクルーシブな場を感じたひと時であった。

今回、参加者は地域づくりに何が必要であり、何を互いに求めているのかなどを知る良い機会になったようである。今後、こうした場が継続され、広がることで真のインクルーシブな社会が構築され、地域づくりが醸成していくものと確信した。

文化庁「被災地における方言の活性化支援事業」

『発信！方言の魅力』の企画として

文学部　日本語・日本文学科　教授　今村かほる

平成23年3月11日に発生した東日本大震災から間もなく5年を、迎えようとしている。弘前学院大学では、文化庁の「被災地の方言の中には、消滅するおそれが増したり、生じたりしているものがあるのではないかと予想されることから、被災地の方言の実態に関する調査研究」に関する調査研究事業を平成24年に受託した。その後、平成25年度からは、これまでの調査研究の成果を踏まえた方言の保存・継承のための教室の開催といった被災地における方言の再興につながる地域の取組として、「被災地における方言の活性化支援事業」が開始され、今年度まで連続して受託し、今村を研究代表として、今村ゼミの学生（3年生）や卒業生、東奥義塾高校の坂本幸博先生、東京大学大学院院生大槻知世さんと共に取り組んでいる。

２０１５（平成27）年度は、大きく分けて３つの事業を実施した。

①津軽地区の小学校・中学校・高校の先生方と協力して、国語の授業として「方言と共通語」の研究授業。

方言を含む地域を理解し、地域の文化を愛する人を育てることに着手した。自分自身のことば・文化を大切にできなければ、他地域のことば・他の文化を尊重することなどできるわけがない。そのために、かつて方言矯正や方言撲滅、標準語化など、方言の価値を見出せなくなるような教育が行われてきた東北地域にあって、方言の正しい位置づけ・価値の見出しのために大学として取り組むことは重要である。今後、日本語全体の豊かさを考えたときにも、方言の多様性がそれを支えていることを正しく理解し、誇りを持って方言の担い手となるための学校教育におけるプログラムの開発や、広い視点から郷土の文化としての方言の価値を共有できる社会教育的組織やイベントが機能していくことが望まれる。

②2年前の立ち上げから参加してきた「南部弁の日」の第三回目を、八戸市ポータルミュージアム「はっち」において開催。

第一部は、地域の方言を学び語り部を目指す人々の語りや小学生の方言劇を行った。南部弁の北限・下北の紙芝居、三戸・五戸・八戸、そして南限の釜石まで各地の南部弁の語りと、津軽弁を聞き比べや、伝統的な八戸方言話者へのインタビューなど、盛りだくさんの集いとなった。今年は、方言と共通語がどのようなものとして意識・活用されているのかを知るための実験として、津軽弁と南部弁で聞き比べる方言ニュースなど、新たな企画

③青森県内で活動している方言の語り・読み聞かせ・劇などで活躍しておられる人々の「かたるびゃかだるべし青森県の方言の会」を立ち上げた。青森県（特に津軽）の方言は、「方言の横綱」と称されるほど方言色の豊かな方言が、現在でも生活の中に息づき活用されている。そうした環境の中で、伝統的に方言の語りが行われてきた他、高木恭造・一戸謙三に代表される方言詩や、方言を使った演劇・紙芝居など、方言にまつわる活動が盛んにおこなわれている。しかし、残念ながらそうした活動の連携は組織化に至っておらず、横のつながりが弱いため、お互いの情報交換をしたいという希望が寄せられた。そのため、主に県内で活動する方言劇や方言の読み聞かせ・紙芝居・語りなどの活動をしている団体間のネットワークを作るお手伝いをすることにした。奄美・沖縄以外には全国的にも珍しい取り組みのため、新聞・テレビでも取り上げられ、モデルケースとして注目されている。

かたるびゃかだるべし青森県の方言の会

方言の力と大学の学問の力を合わせ、被災地方言と地域を力づけ・勇気づけるとともに、地域を理解し、地域の力となる人材を育てることの一助となることを望んでいる。

小学生の方言劇　貧乏神なんて怖くない

平成27年度のリカレント教育の概要

看護学部　教授　千葉　正司

平成27年度は、看護師からの要望の多い研修内容を選択し、本学教員の特色を生かして、「リカレント教育の原点を見つめて」のテーマで開催しました。研修会は本学６号館を会場に10月３日（土）、10月24日（土）、11月14日（土）の３回、いずれも13時～16時15分に実施しました。

第１回の研修会では、三上聖治教授は「看護実践の統計学 －文献記載の統計方法を理解するために－」を講演され、統計学の用語と統計方法、論理的な考察について説明されました（東奥日報・陸奥新報に写真掲載）。その後、情報処理室で、渡部菜穂子助教と高橋義孝助手は「アンケート調査における集計・分析の基礎演習」を実演し、ＰＣ上で基本的な分析方法を指導しました（写真１）。

第２回研修会では、葛西智賀子准教授は「心臓デバイス治療における終末期に関する問題と意思決定への支援」を講演され、延命治療の倫理指針・緩和治療基準について説明されました。また、千葉は「心臓の解剖学についての再考」を講演し、心臓の正常構造と先天性疾患について、線描図と写真を混じえて説明しました。宇田宗弘講師は「心臓の機能の再確認」を講演し、心筋細胞の興奮と伝播、心電図、心臓の収縮と弛緩の仕組みについて解説しました。

第３回研修会では、阿部テル子教授は「質的研究を理解する」を講演され、質的研究の概念・特徴・進め方を説明されました。また、工藤千賀子准教授は「臨床の場で起こっている〝何か〟の正体を突き止める質的研究」を講演し、初期の看護学生のコミュニケーション記録を分析する過程を例に、質的研究の方法を具体的に解説しました（写真２）。齊藤史恵助教は「ＫＪ法の進め方」を講演され、自由記述等のデータを整理・分類・統合する方法について、事例を用いて説明されました。

受講者は延べ70名で、すべて医療機関の看護師であり、弘前市を中心に三沢市、青森市、黒石市、藤崎町から参加していました。

本研修会のアンケート調査では、７演題すべてが有意義という回答を得て、好評を博しました。

地域貢献・地域連携の一環として開始した本学の「リカレント教育」は11回目を迎えましたが、今後とも、スタッフ一同、新たな気持ちで鋭意、努力して参ります。

「第８回ヒロガク福祉創造フォーラム」での発表を通して

社会福祉学部　３年　對馬かおり

平成27年11月８日「第８回ヒロガク福祉創造フォーラム」が行われました。こちらには学内の教員、学生に加えて市民や福祉に携わる関係者の方など、多くの方々がお集まりになります。そこで皆さんと意見交換をしたり、新しい知恵を生み出すきっかけ作りが出来るので、初めて参加したのですがとても魅力のある場だと感じました。

そこで私はこの度、社会福祉実習での体験談を発表する機会を頂きました。発表の内容としては、経験から感じた自身の後悔と失敗、自己覚知についてお話したいと考えていました。

経験したことの一つに、後日入院予定の患者様に実際に電話をかけて情報収集を行いました。電話対応ではその際表情やしぐさが分からないので、きちんと情報を聞き出すことが出来るか不安でした。この時に電話で担当した方は「パーキンソン病」という難病を抱えている方でした。パーキンソン病の特徴として挙げられるのは、主に手足が震えたり（振戦）、動きが遅くなる（無動）、筋肉が硬くなる（固縮）、バランスが悪くなる（姿勢反射障害）といった症状がみられます。これらによって顔の表情の乏しさ、小声、屈曲姿勢が起こる病気です。これらの症状が起こると事前に調べて分かっていたのですが、実際に電話をした時は、その方に合わせた対応が十分に出来ませんでした。またその時に後悔したことが、相手の方が話したことに対して何度も聞き返してしまった事です。相手が話す言葉と言葉に間が空いてしまった時に「もしもし?」と繰り返して尋ねてしまったり「～ということですか?」と何度も聞いてしまいました。その

ような行動を取ってしまった理由の一つに「沈黙」や「間」を恐れていたということが分かったのです。私はこの恐れから逃れようとして、不必要に聞き返すことで「沈黙」や「間」を埋めようとしてしまったように思えます。しかしこのままの自分で終わるのではなく、今回の経験から感じた後悔や自己覚知した事を財産として、次のステップアップに繋げていきたいと思います。

今回の発表で「頑張ったこと」ではなく「後悔したこと」というのを意識して話せた事はとても良かったのではないかと思いました。それは自身と向き合うきっかけとなったからです。それだけでなく聴き手側にも「自分はどうだろうか…。」という自分自身と向き合うきっかけ作りになったのであれば更に嬉しく感じます。

スクール・サポート事業について

近年、主に教職志望の学生を対象としたスクール・サポート事業が全国的規模で広がりをみせるなか、本学も系列校である聖愛中学校とのタイアップのもと、２０１５年７月から事業を開始した（２０１５年度は試行実施）。その名もSEIAI STUDY SUPPORT（通称：SSS）。教職志望学生の実地学習としての意味合いはもちろんのこと、学業に苦手意識を感じている聖愛生の学習を支援しようというのが本事業の目的であるが、その試みはまだ緒についたばかりであり、さらなる発展を目指して今後一層の取り組みが期待されるところである。以下は、参加学生が寄せてくれた感想文である。（文学部　須川公央）

■スクール・サポーターを通して学んだこと

文学部　英語・英米文学科　３年　佐藤　茉衣

昨年、私は弘前学院聖愛中学校でスクール・サポーターとして、放課後学習に取り組む中学生たちに寄り添い、手助けをするなどの活動を行いました。生徒たちの学習を支援するための活動でしたが、彼らと接する中で気付かされるもの、得られるものは非常に多く、私自身も大きく成長することができたと感じています。

活動を通して強く印象に残っていることは、生徒とのコミュニケーションです。私は、初対面の中学生とどのように接したら良いのかと密かに不安を抱いていました。実際、初めての活動では自分から声掛けをしてもうまく会話を続けることができず、生徒に黙々と自主勉強をさせてしまいました。このままではいけないと思い、活動後、なぜやりとりが続かないのか、自分が生徒だったらどうして貰いたいかを考え、改善に努めました。反省を通し、ただ一方的に質問するだけではいけない、もっと生徒ひとりひとりの学習進度や取り組み方に注目する必要があると気付きました。その後の活動では、反省点を活かし、生徒との会話を楽しみながら一緒に勉強をすることができました。

以上のことから、私は、学習指導にあたり生徒とのコミュニケーションがいかに重要であるかを改めて学びました。また、懸命に勉強している生徒たちの姿は、私自身の学習への活力となりました。数回ではありましたが、スクールサポーターとしての活動は、私にとって非常に貴重な時間となりました。

■スクール・サポートを振り返って

社会福祉学部　２年　中村紳太郎

８月24日から弘前学院聖愛中学校のスクール・サポーターに参加しました。スクール・サポーターとして中学生の学習支援をしていく中で、「教える事の大変さ」について時間をかけて考え直し、教育実習へ向け自分自身がサポーターを通じて思った事や感じた事を大切にしていきたいと思いました。

自分自身が「教える立場」になった時に、普段出席する講義を始め、これまで受けてきた数多くの授業で私達に多くのことを教えてくださる教員の方々の思いや苦労といったものを考えなければならないのだと実感し、また、限られた時間内で自分自身に大切なものは何かを見出せるようにすべきだとも気付きました。

私がスクール・サポーターとして活動したある日、受験対策の問題の依頼があり、私は数人の子供達の答案を採点し、その子供達に対して助言したものの、何かが足りないと感じ今一度改めなければならないと思い、さらに自分自身の中で不充分な状態で臨んでは子供達を困らせてしまうので、先生や両親・友人に相談し、本や講義ノートを振り返る等をして考えられるように努めたいと感じました。

今回、スクール・サポーターに参加して自分自身は「教える」「助言」この２つを改めて考えたいと思いました。なぜなら、ちょっとした「言い方」で相手の怒りを買う事に私は危機感を覚えているので常日頃から心がけ、自分自身が成すべき課題は何かを見出せるように頑張りたいです。

文芸誌編集部の活動

弘前学院大学文芸編集部長
文学部　日本語・日本文学科　３年　門下　裕太

私たち文芸誌編集部では月に一度、部員が書いた小説や詩等の文芸作品を部誌としてまとめ、校内で配布するという活動をしております。特に決められた活動日や制限等は無く、部員各々が自由に作品を作り掲載していることが特徴です。

部員たちは入部以前から小説や詩を作った経験のある人から、全く作ったことのない人もいます。これを書いている私も、入部するまでは小説を書いたことなどあまりありませんでした。入るきっかけになったのは、本を読むことが好きだったことや実際に小説を書く事に興味があったからです。

月一で出す部誌「モノクロ」では、特別これといったテーマを決めて作品を出すということはしておりません。また部員ではなくとも文芸作品の原稿を持ってきて貰えれば、同じく部誌の中に掲載することもできます。他にも、不定期ではありますが特別号と称してその時のテーマに沿った作品を作り、通常出している部誌とはまた別に出しております。具体例として「昔話」というテーマで、ある昔話のパロディや改変などを文芸作品として作る、ということもありました。

自分の考えた話を誰かに読んでもらいたい。何か自分の想像したことを作品として出したい。そういった創作意欲は、まず何よりも完成させることが一番となってきます。文芸誌編集部ではそんな、何かを完成させるということに重きを置いています。

最後になりますが学内で配付しているこの文芸誌編集部の作品を読む機会がありましたら、些細なことでも構いませんので感想を一言でも添えてくださればと思います。その時は部員一同の感謝を込めて、再び作品を作る励みになります。

第４回 就活祭（就職活動報告会）を振り返って

文学部　英語・英米文学科　３年　丸岡　桃子

私は、昨年12月下旬に、本学で行われた就職活動報告会に参加した。会場には、４年生12名のブースがそれぞれ設けられ、私たち３年生はそこを回って先輩方の就職活動について聞いたり、質問したりした。学生同士だったので質問もしやすく、和気あいあいとした雰囲気の中で様々な業種の先輩方の声を聞くことができた。

私は、自分の就職活動に対して、不安ばかりを感じていた。何から始めたらいいのか、どんなことができるのか、まだまだわからないことだらけだったからである。しかし、そういった不安を、今回の報告会を通して少し解消することができたと感じている。

私は、就職で成功するには決まったやり方や対策があると考えていたが、やり方はその人によって違うことが分かった。例えば、どんな企業を受けるか決めるのも、最初から目指す業種や職種があってそこから決める人や、説明会などで話を聞いて、そこで興味を持った企業に決める人などさまざまであった。大事なのは、自分のペースを乱さず、ひとつひとつに向き合うことだという。就職活動では、自分がどんな人物か、どんなことをしたいのかなど、深くじっくりと考えなければいけないことに何度もぶつかる。自分が伝えたいことを自分の言葉で根拠を持って伝えられるようになることが、今の私ができるようにならなければいけないことだと、先輩方の話を聞いて感じた。

どの先輩も、大変だったが、就職活動は自分にとって本当に大切な経験だったと話していた。その姿がとても生き生きしていて、私もそう思えるような就職活動をしたいと強く感じた。先輩と私は、たったの１年しか違わないけれど、たったの１年でここまで変わることができる。来年は、私も今とは大きく変わっていたい。そのために、これからもひとつひとつのことに真剣に向き合っていきたいと思う。

2016(平成28)年

文学部・社会福祉学部 合同学内就職セミナー

◆日時：平成28年3月2日(水)　12：50～16：00
◆場所：弘前学院大学　体育館

ソウル神学大学との親善演奏会を終えて

客員教授　笹森　建英

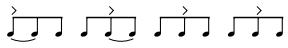
１月21日(木)午前10時20分より、本学礼拝堂において国際交流委員会主催のソウル神学大学との親善演奏会が開催されました。教会音楽科の崔 碩祚(チエ　ソクチョウ)教授をお招きし、歌曲を演奏していただきました。

プログラムはシューベルトの《冬の旅》から始まりました。雪の積もった暗い道を、人生に絶望した青年が、あてどもなく彷徨う心を歌ったミュラーの詩を、さらに悲痛な音調で表現した曲集です。

「Gute Naghtおやすみなさい」貴女の眠りを妨げず、しのび足で私は静かに去ります。貴女が目覚めてから、「Gute Naght」と私が書き残したのを見て、私がどんなに愛したのかを知ることでしょう。歩調のリズムによる、淡々とした伴奏にのせて、美しく物語るように歌います。

芸術は悲嘆も絶望も、憎悪ですら美しく表現します。会の司会をした学長秘書の伊藤さんは、「ミュラーはドイツのロマン派の詩人、若く33歳で1827年に亡くなったのですが、シューベルトは彼よりも若く、32歳で1828年に亡くなっています」などと、それぞれの曲の解説をして、理解を深めてくれました。

拍(ビート)が三分割され、三拍子が多いのが韓国音楽の特徴です。騎馬民族文化に一般的であるといわれています。崔教授は、韓国民謡を二曲と、韓国のキリスト教歌曲を披露してくれました。四拍の拍節リズムでも次のように一拍が三分割されます。



このリズムは杖鼓チャングに特有で、それをピアノ伴奏に置き替えた曲を私が伴奏しました。伸びやかな声で、情感いっぱいに歌われるので、基本のリズムをキープするのが、思いのほか大変でした。それでも、演奏を充分に楽しみました。聴衆も滅多に聴けない韓国の生の音楽に満足した事でしょう。オペラのアリア、カンツオーネ、聖歌はドラマティツクに歌われました。《荒城の月》では、低音域で、このように粛然と歌ったのを伴奏したのは初めてであり、異文化の歌手ならではの感性を感じました。国際交流はこうした楽しみをもってすすめ、学問も芸術も相互に刺激しあって究めていくべきでしょう。津軽わらべ歌に、日本では無いといわれる三拍子が何故あるのかも、いつか誰かが解明してくれるでしょう。バリトン歌手でもある崔 碩祚教授は前日に来弘し、一回だけのリハーサルで、聴衆に大きな感動を与えました。歌詞が解ればもっと深く鑑賞できた筈です。韓国語を含めて語学の授業に真剣に取り組みましょう。「親善演奏会」は、国際交流の趣旨にかなったすぐれたイベントでした。

甘酒プロジェクトで学んだこと

文学部　日本語・日本文学科　１年　大平　麗央

筆者は左から３番目

２０１５年12月26日、青森市のアピオあおもりで「元気フェスタ」が行われた。青森県立保健大学の学生、弘前大学の学生と一緒に、ストレッチ法やストレスチェック、ハンドマッサージなどのブースを作り、健康に関する情報を伝えるというイベントだ。スタンプラリー形式で、スタンプを集めると飲み物と交換できるというもので、私たちは、「げんきっさ」という名前のカフェを開き、そこでの飲み物の提供を担当した。メニューは甘酒やりんご茶など、健康に良く、県産品を使った飲み物である。

基礎演習生島ゼミでは、甘酒を提供した。これが「甘酒プロジェクト」である。ある日の授業で、先生が鍋に甘酒を入れて持ってきたことから始まった。私は、甘酒はスーパーでよく見る赤い缶のイメージがあり、未成年は飲んではいけないものだと思っていたので、飲むことに抵抗があった。先生が持ってきた甘酒は、お米と米麹から作ったもので、飲んでみると、甘さと麹の匂いが強く、苦手な味だと思った。しかし、この甘さは砂糖を一切使っていないということ、美容にも良いということを知り、今回のプロジェクトを通して甘酒を深く知りたいと思うようになった。

その後、甘酒に深く関係している「発酵」について詳しく知るため、専門家をお招きし、発酵のしくみ、甘酒に含まれる効能などを教えていただいたり、みんなで甘酒をアレンジしたりもした。レモン汁や生姜、ヨーグルトなどさまざまなものを加えてみると、だんだんとおいしく感じるようになり、自分でも驚いた。

11月中旬、本番のリハーサルとして、学内で試飲会を実施した。試飲会のために自分達で甘酒を作ったり、ビラを制作したりした。アンケートをとりながら話を聞いてみると、飲んだことがなかったけれどおいしい、といった反応が多く、とても好評だったことが分かり、本番への自信がついた。

そして当日。4年生、2年生の先輩方と一緒に会場の装飾をし、おそろいのエプロンをつけて始まった。来て下さった方は小さいお子さんを連れたお母さん方や、お年寄りの方がほとんどだった。話を聞いてみると、大人の方でも甘酒を飲んだことがないという人が多く、驚いた。飲んだことがある方は、甘酒についての思い出や酒かすからの作り方などを語ってくださり、話していてとても楽しかった。

今回学んだことは、物事を深く知ることと、人とコミュニケーションをとることの難しさだ。私は今まで物事を深く考えたり、詳しく調べたりしようとしなかったが、実際やってみると見方が変わったりしてより興味を持つことができた。今回甘酒について調べ、それを多くの人に伝えることができ、私の中で達成感が生まれ、甘酒に対するイメージも変わった。また、今まで同年代の人とばかり話をしていたが、年上の人と話すことにより、知識が増える楽しさを知った。これからもどんどんこのような経験を重ねていきたいと思った。

二〇一五年度 弘前学院大学国語国文学会冬季大会報告

国語国文学会　世話人　入江　英弥

本学国語国文学会の二〇一五年度冬季大会が二〇一六年一月二十三日(土)に開かれた。学生諸氏のほか、市民の方々の参加があり、盛況の内に終えることができた。ただ、残念なことに、発表予定者の一人が病気のため、会を欠席することになった。

発表は、最初に「太宰治の故地を訪ねて」と題して、本学日本語・日本文学科三年斎藤かれんさんによる「文学散歩」の報告だった。まず、太宰の生家である「斜陽館」についてプロジェクターを用いて説明された。大きな建物で、その内部の様子を部屋ごとに解説した。とくに食事をとるための部屋の説明が興味深かった。二間続きの部屋で家族一同で食事をしたが、上手の間は主人と長男だけが座り、そのほかは下手の間に座った。段差があり、兄弟であっても身分差があることを太宰に実感させたという。太宰を考える上で大切なエピソードだと感じた。次に、『津軽』ゆかりの地である外ヶ浜町蟹田の太宰が花見をした観瀾山や、頂にある文学碑の解説があった。碑に刻まれた佐藤春夫の「かれは　人をよろこばせるのが　何よりも　好きであった」という文が紹介されたが、昨年発見された佐藤に宛てた太宰の芥川賞を懇願する内容の手紙とあわせて、太宰と佐藤の深い交流を偲ばせるものだった。

次に、「気づかない方言『そうすれば』ー共通語の影響によって生じた方言ー」と題して、弘前大学人文学部講師で本学非常勤講師の川瀬卓氏による講演があった。発表では、弘前市議会平成二十二年第四回定例会の議員発言「そうすれば、ちょっと前段からお話を申し上げたいと思います」という事例を取り上げて、この「そうすれば」はいかに生じ、受け入れられているのかを問題にされた。この表現は、津軽と秋田で限定的に使用され、共通語にはない言い方であるが、それにあまり気づかれていないものだという。この表現は、共通語の「それでは」「では」にあたり、従属節的なもののほか、接続詞的表現として用いられている。伝統的方言「へば」に相当し、共通語との接触によって生じたとみられる。地域差や世代間の使用差を調査すると、津軽においては若年層においても自然に使用されていて、今日でも方言の使い方が色濃く残っているという。大変興味深いご発表で、活発な質疑が行われた。「へば」から「そうすれば」へという流れを想定されたが、両語の間に一段階あるのではないか。逆に共通語からの流れによるのではないかといった意見が寄せられた。

バスケットボールの魅力

弘前学院大学バスケットボールサークル
社会福祉学部　2年　中村　明香

弘前学院大学のバスケットボールサークルは、火曜日と金曜日に活動しています。ゲーム中心の練習なので、練習がキツイ!ということもほとんどありません。ナイターバスケットボールにも出場しており、勝ち負けよりも、一生懸命やりながら、バスケを楽しむことを目標にしています。

バスケットボールの魅力は団体競技という所にあると思います。団体競技は一人では成り立ちません。だからこそ、失敗しても「大丈夫!」と声をかけあうことや、逆にダメなところはきちんと言い合うことが必要です。楽しむことを目標にしている、と言いましたがふざけることが楽しむということではありません。仲間との練習を通して築いた絆が試合を楽しいものにしてくれると思います。

また、バスケットボールは練習すればするほど上手くなります。ドリブルが出来なくても、ずっと出来ないままではありません。ボールに慣れていく、つまり練習することで必ず上手くなるし、逆にシュートの練習を怠ると、それに伴って試合でシュートは入りません。もちろんその時の調子や運にも左右されますが、努力の大切さを教えてくれる競技でもあります。よくボールが大きいし怖い、どうせシュートなんてたまたまでしか入らないという人がいます。私もバスケットボールを始めた時はそうでした。ボールは怖いし、まったくシュートは入らないし、とても悔しい思いをしたのを覚えています。しかし、その大きくて怖いボールが自分の手で操れるようになる、遠い所からシュートして入るようになる、そう考えるだけでワクワクしてきませんか?

このようにバスケットボールは沢山のことを学ぶことができ、バスケットボールを通じた学びは確実に自分を成長させてくれます。このサークルは、そんな魅力に魅了された、そんな人たちが集うサークルなのです。