



発行日：2024 年 12 月 1 日

発行者：芝共立キャンパス学生相談室 TEL 03-5400-2640

わたしの本棚



今回は、学生相談室カウンセラーの「わたしの本棚」。大好きだった本、心に残る忘れられない本、影響を受けた本、しんどい時に助けられた本、衝撃的だった本、誰かに勧めたい本、気持ちが落ち着く本、元気になる本、何度も読んでしまう本など、カウンセラーの心の中の本棚をちょっとのぞかせてもらいました。本を読むことは自分と向き合うこと。興味を持ったらずい読んでみてください。

私からは『ウサギはなぜ嘘を許せないのか?』という本をおすすめします。これは、数十年前にコンプライアンス教育の導入書として多くの企業で利用されたビジネス書で、まだ「コンプライアンス」という言葉が一般的ではなかった時代に書かれたものです。内容は、ウサギとカメのような寓話形式で、短時間で読めるようになっています。「嘘をつかない」「ルールを守る」といった基本的な倫理観を改めて認識させてくれるものです。医療や生命科学に関わる皆さんにとって、こうした倫理観を再確認することは非常に重要です。また、年齢的にも、集団の中で流されやすく、誠実な生き方に疲れを感じたり、損をしているのではないかと悩むこともあるかもしれません。この本は、「素直で正直な生き方が一番楽である」という大切なメッセージを教えてくれる一冊です。（大江）

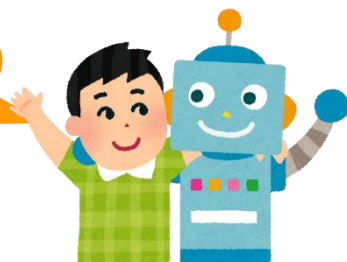
昔は本屋さんで目に付いた本を読んでいたのですが、今はその時に気になった作家の本を手あたり次第読んでいます。一度読み始めたらやめられなくなってしまうので今は我慢しています。少し前に読んでいたのは、樋口明雄さんの作品です。社会的な問題をテーマにした小説も好きですが、おすすめは「南アルプス山岳救助隊 K-9 シリーズ」です。南アルプスの北岳中心に、山岳救助隊と救助犬のレスキュー活動の日々を題材にした小説です。現実には、日本では山岳救助犬は存在しないのですが、山の描写はもちろんのこと、救助犬とハンドラーとの絆や山小屋の人々、登場人物などのリアルな描写に映像を見ているように感じます。8月に発売された「愛と名誉のためでなく」は短編集で読みやすいので、そこから足を踏み入れてはいかがでしょうか。本編は冒険小説のような感じですが、シリーズ第1作目の「天空の犬」もおすすめです。（小林）

「手ぶくろを買いに」作：新見南吉 絵：黒井 健 出版社：偕成社
「ストライプ：たいへん！しまもようになっちゃった」
作：デヴィット シャノン 出版社：らんか社

20 年近くも前ですが、小学校の「読み聞かせ」に参加したことがあります。子供達が楽しめる絵本がいいなあ、と思って本屋さんであれこれ探したのも楽しい思い出ですが、その中でも気に入っているのがこの2冊。内容も絵もいいです。「手ぶくろ」は有名なお話ですが、黒井さんの絵が素敵です。「ストライプ」は、周りの目をとても気にする女の子が主人公。大好きな豆も、みんなが嫌いというので“嫌い”と言ってしまいます。新学期の朝、服を選んでいっているうちに自分の体が色とりどりになってしまい……。2冊とも、年齢に関係なく楽しめる絵本だと思います。これからの季節、ぬくぬくしながら眺めてみたいいかがでしょう。（横田）

・最近読んで勧めたい本は、ファン・ボルム『ようこそヒュナム洞書店へ』日本以上に競争社会である韓国で、大学を出たけれどスピード社会に乗り遅れた若者が、自分らしくいられる場所を見つける話です。タイパ・コスパという時代に、こんな誰もを受け入れる書店があったら入り浸りたいと思ってしまいます。
・読むと元気になる本、篠田節子『女たちのジハード』。今より更にあからさまに女性が下に見られていた男性優位の会社社会で、女性たちが自分の力で道を切り開いていく姿が爽快です。
・衝撃的だった本、佐藤究『テスカトリポカ』。アステカの神々を信仰するリーダーと組織による、殺人、薬物・臓器売買が時と海を越えて繰り広げられます。グロテスクな描写も多いのですが、行われていることのスケールの大きさと、出てくる人間の抱える心理の描きのバランスが絶妙で、説得力を持って一気に読ませます。（石田）

学生相談室の利用方法



Q1. どのような場所ですか？

学生相談室は、皆さんが学生生活を送っていく中で
出会うさまざまな事柄について、気軽に相談できるところです。

Q2. どのような相談ができますか？

たとえば、人間関係について、サークルや友人について、学業上の悩み、家庭のこと、心身の健康問題、性格や適性について、進路、人生観、自分自身を知りたい・見つめ直したいなど、様々な悩みについて相談できます。また、必要に応じて他の窓口への紹介も行います。相談内容については秘密を守ります。

Q3. 相談の申込はどのようにすればいいですか？

原則として予約制となります。予約をご希望の場合は、電話してください。

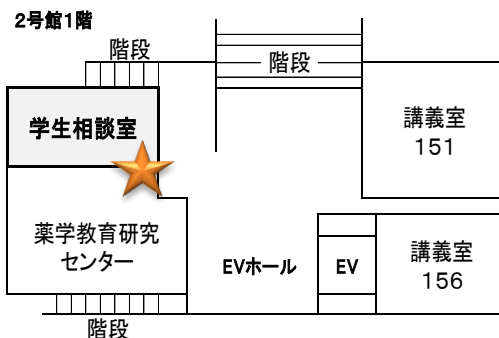
学生相談室 TEL: 03-5400-2640 (平日のみ/9:30~17:30)

または、開室時間内に

カウンセラーが空いていれば
その場で対応することもできます。

Q4. 友人と行っても良いですか？

友人や家族と一緒に来室されても
構いません。



12月 12月の開室予定

1月 1月の開室予定

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2※	3	4	5	6	7				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23※	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					26	27	28	29	30	31	

※12/2(月) 17:00~18:30 の開室

12/23(月) 11:00~12:30 の開室

【開室時間と担当カウンセラー】

月：12:00~13:30 (大江知之)

水：12:00~13:30 (小林典子)

木：16:30~18:00 (横田恵理子)

金：13:00~17:30 (石田絵理)

赤字=閉室日(土・日・休日含む)

※三田・日吉・矢上の学生相談室も
利用できます。

詳しくはHPをご覧ください。



学生相談室グループアワー開催します！

学生相談室では、年に数回、さまざまなテーマでグループアワーを行っています。12月には、三田の学生相談室で箱庭のグループを開催します。詳しいプログラムの詳細や申込方法については学生相談室 HP に載せますので、そちらをご覧ください。

<https://www.students.keio.ac.jp/com/life/consult/counseling-room.html>

発行日：2024年12月1日

発行者：芝共立キャンパス学生相談室 TEL 03-5400-2640