

退職にあたって



アダージョとアレグロ

1986年から28年間お世話になりました。大阪から2時間近くをかけて準急と快速を乗り継いでの通勤でした。電車の中では、音楽を聴きながら読み物をし、季節毎に移り変わる景色を眺めてのんびりと過ごすアダージョ(ゆるやかに)的な時間でした。学校に着くと気分を入れ換えて授業です。時には各駅

一般教科 荒金 憲一

停車並みのスピードですが、あれもこれもやらなければと思うと快速並みのスピードで、アレグロ(速く)的な時間になります。これからの諸君の山あり谷ありの長い人生でもアダージョ的時間とアレグロ的时间を使い分けて進んで行って下さい。4月からは、非常勤講師としてお世話になります。

技術支援室 技術長 市瀬 辰己

大和は「國のまほろば」平城京から南西の斑鳩の里に程近い、この地に「奈良高専」が開校して50周年の節目に定年退職を迎え、四季折々の行事を共に歩ませていただきました。先輩の先生方からの勧めで覚えた趣味の中にTennis & Golfがあります。その趣味のおかげ様で多くの方々と出会い、

Work & Lifeの視野が広がると共に良い思い出がたくさん出来ました。在校生の皆さんも趣味の活用を図っては如何でしょうか。最後に、多くの卒業生との卒研などに関われた事へ感謝し、在校生並びに教職員の皆さまへ心よりお礼申し上げます。

(写真：30年ほど昔テニスコートにて)



カウンセラーだより

『自分とのつきあいは一生もの』

臨床心理士 松浦 純子

「汝のごとく、隣人を愛せよ」という聖書のなかでよく聞かれる言葉があります。自分を愛するように他者を愛しなさいという意味ですが、これは人づきあいの基礎になる言葉だと常々思ってきました。日常的に自分を愛すなどと聞くと、なんだか気持ち悪いと思う人もいるかもしれませんが、つまり、自分を大切にしている人は他者をも大切にできるということだと言えます。

心理カウンセリングでは他者との関係での悩みが語られることが多いのですが、それは同時に自分自身の人との関わり方や物事の捉え方を振り返り、そして自己について見つめる場でもあります。自分自身を良く知り、自分の性格

や特徴をより理解できるようになるとそれは他者との付き合い方にも反映されます。カウンセリングは自分自身を客観的に見つめ、自身と上手につき合うことを促してくれる作業であると言えます。他者との関係で思い悩む時、自分自身とうまくつき合っているかを一度振り返ってみるとよいでしょう。そこには色々なヒントが隠されていると思います。

他者とつき合っていく以上に自分とのつきあいは一生続きます。どんなにつき合いにくく、嫌いな自分も切り捨てることはできません。それが自分を生きるということなのです。見放したくなるような自分も受け入れながら、自分とうまく付き合っていくことは他者との関係を

良好なものにするところに繋がるのです。一生つづく自分とのつき合いをおざなりにせず、みなさんもこれからの人生を歩んで行って欲しいと思います。

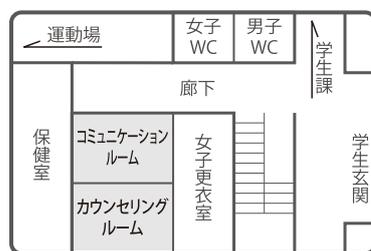
さて、この度私も奈良高専を去ることとなり、このカウンセラーだよりの執筆も今回が最後となりました。4年間という短い時間でしたが、奈良高専で様々な経験をさせてもらったことを本当に感謝しています。ありがとうございました。



本校では、各学科及び特別相談員の先生方の相談の他に、心理カウンセラー(臨床心理士)によるカウンセリングを行っています(予約制)。一人で悩みを抱え込んでしまわずに、なんでも相談を持ちかけてください。みなさんの一人一人が、より豊かで充実した学生生活を送ることができるようお手伝いをしたいと考えています。

利用方法	カウンセリングルーム・保健室で予約できます。(予約制ですが、可能な限りその場で相談に応じます。)
開室時間	4月から火・金曜日15:00~18:00に、心理カウンセラー(臨床心理士)が対応します。
場所	本館1階 保健室横 カウンセリングルーム
カウンセリングの方法	カウンセリングは原則として1対1ですが、保護者や友人と一緒に受けることもできます。

カウンセリングルームは、あなたが悩みを打ち明けたい場所でありたいと来室をお待ちしています。



本館1階

