

相談室だより



こども教育宝仙大学学生相談室カウンセラー 中島絵美
南 舞

2019 年年末から報じられた新型コロナウイルスがここまで長く続くとは想像もしていませんでした。色々やりたいことを制限されて、窮屈な日々が続いていますよね。

コロナのワクチンが徐々に若い世代の方にも広まりつつあると思います。とはいえ、ワクチンって副反応等不安や怖さもありますよね。不安は不安の対象を「正しく」知ることによって下がる事も知られていますので、ワクチンの副反応を今回取り上げてみようと思います。

実は、ワクチンの副反応をまとめた資料が厚生労働省 HP に記載されています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_kenkoujoukyoutyousa.html

年代別・製薬会社別（ファイザー・モデルナ）に副反応の出現頻度が記載されています。

どういう反応がやすいか、何日目にやすいかが分かり、「二日目は動かないで済むように、前日までにこれを終わらせておこう！」等対応がしやすくなるかもしれません。

ワクチンは変異株に対しても重症化予防効果は保持されることがわかってきていますが、感染予防効果は従来の型に比べると低下している可能性があるようです。ワクチン接種後も感染対策を実施しつつ…にはなりますが、少しでも自由な生活が訪れるよう心から願っています。

* 10月から1月までの開室時間と開室日 *

中島カウンセラー

火曜日 11:30~19:30

10月5日・12日・19日、11月2日・9日・16日・30日

12月7日・14日・21日、1月11日・18日・25日

南 カウンセラー

水曜日 11:00~19:00

10月6日・13日・20日・27日、11月5日(金)・10日・17日・26日(金)

12月1日・8日・15日・22日、1月12日・19日・26日

【連絡先・場所】

相談室の場所や相談申し込み方法は、「学生生活ハンドブック（31P）」、あるいはポータルで配信された内容を確認してください。



相談室開放のお知らせ

例年、相談室の自己紹介と皆様との交流を兼ねて、相談室イベント「相談室開放」を commons にて開催していましたが、コロナの波が押し寄せてきたことにより、対面でイベントを実施するのは困難な状況です。そこで、動画サイトを利用して、相談室・相談員の自己紹介とストレス緩和となるヨガの紹介を実施することとなりました。パソコンで身体が固まることの多いこのご時勢、ヨガを通じて身体も心もほぐしてみてくださいね。

10月～12月ごろ、学生ポータルにて詳細をご連絡いたします。



学生生活のためのアンケート結果

春学期に行われた「学生生活のためのアンケート」にご協力頂き、ありがとうございました。

「とても当てはまる」「当てはまる」の合計が60%以上の項目をご紹介します。

一番多いものを赤字、二番目を黄色、三番目を緑で表記しています。

<注> 今回の回答者内訳は、回答者全体の内1年生が52%、2年生が23%、3年生が18%、4年生が7%でした。従って、1-2年生からの回答が多かったという点を踏まえて結果を見てください。

- 8. 外出の制限や友達とふれあって遊ぶことができない不自由さを感じている (68.9%)
- 15. 遠隔授業で、自分が授業内容を理解しているのか不安になることがある (67.6%)
- 16. 保育実習・教育実習に不安を感じている (71%)
- 23. 授業中、先生が言っている内容が分からず、不安になることがある (63.4%)
- 25. 将来、よい就職ができるかどうか不安である (62.8%)
- 28. テストを受けていて分からない問題に出会うと頭の中が真っ白になってしまう (64.2%)
- 29. 履修登録をした授業の単位がきちんともらえるか心配である (61.3%)
- 35. 私は現在在学している大学にかなり満足している (88%)
- 36. 本当に信頼できる教授にめぐりあえた (70.3%)
- 37. 大学内にもっと学業面や精神面の支えが欲しい (75.2%)

コロナの影響を如実に受けたアンケート結果になったように思います。遠隔授業の影響で周りの友達の様子を見ることが難しくなり、課題等「これで合ってる?」「書き方はみんなどうしているの?」という疑問が中々解消されないため、自分のやり方や理解への不安が高まっているような印象です。

一方で、遠隔授業を通じて、先生とのやり取りが密となり、大学そのものへの満足度は高い印象があります。ご自身のやり方のフィードバックがあると、不安が少し変わるかもしれませんね。大学に結果を報告して、これからは役立てたいとおもいます。ご協力ありがとうございました。