



発行：山口大学
教育・学生支援機構 教学マネジメント室
2021年3月 発行

TEACHING & LEARNING Catalog vol.5

～学びのガイドブック～

空 飛 ぶ 種
下 から 見 る か
横 から 見 る か～



目次

巻頭言 02

この冊子の構成 03

アクティブ・ラーニングと「深い学び」 03

TEACHING Catalog Part 04

LEARNING Catalog Part

国際総合科学部 国際総合科学科 1年生
京面 裕也 06

人文学部 人文学科 2年生
河野 真優 08

理学部 生物・化学科 3年生
山口 由貴 10

経済学部 経営学科 4年生
杉本 寛晟 12

工学部生の大学生活紹介 14

医学部生の大学生活紹介 15

巻頭言

山口大学は、2014年度に文部科学省大学教育再生加速プログラム(AP)の採択を受けて、積極的に大学教育改革に取り組んできました。山口大学・大学教育再生加速プログラム(YU-AP)では、テーマI「アクティブ・ラーニング」、テーマII「学修成果の可視化」の取り組みを通して、①多様な学生すべてに対する能力育成を最大限支援する、②本学の教育システムを学生および社会に質保証できる、③本事業成果を積極的に情報発信し、我が国の高等教育全体の発展に貢献すること、を目指し、中間評価・事後評価ともに最高の「S評価」の快挙を成し遂げました。

特に、テーマI「アクティブ・ラーニング」に関わる取り組みとして、共通教育においてアクティブ・ラーニングの授業実践に顕著な成果を上げた教員を表彰する「AL(アクティブ・ラーニング)ベストティーチャー表彰制度」が2016年度に制定されました。5年目となる今年度は、5科目・26名を選定し、2021年1月12日(火)に表彰式を行いました。表彰者は、2019年度の授業実践において、どの程度アクティブ・ラーニング的な活動を取り入れていたか、学生の授業評価アンケートにおける授業満足度・理解度・達成度、授業外学修時間、成績評価分布などの指標をもと選定されています。

2020年度からは、2019年度末で山口大学・大学教育再生加速プログラム(YU-AP)が事業終了したことに伴い、教育・学生支援機構 教学マネジメント室が当該取組を引き継ぎ、表彰にとどまらず、この貴重なALベストティーチャーの授業実践をアクティブ・ラーニングのグッドプラクティスとして蓄積していくことを継続していきます。

特に、今年度は、教学マネジメント室の学生スタッフが企画する形で、「学びのガイドブック」としてLearning Catalogに大きく紙幅を割き、学生の正課・正課外での主体的な学びを学年別やキャンパスの違いを考慮しながら紹介いたします。

是非ご一読いただき、学生の大学生活や教員の授業実践の参考にしていただければ幸いです。併せて、本学における教育の在り方の議論として、学生の「学びの好循環」を実現するための一助になれば望外の喜びです。

山口大学 教育・学生支援機構 教学マネジメント室
教職員及び学生スタッフ一同

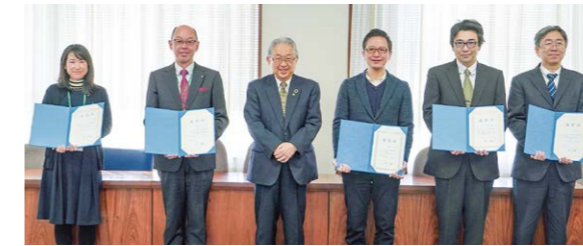
この冊子の構成

この冊子は、アクティブ・ラーニング(AL)ベストティーチャー表彰を受賞した授業科目と担当教員を紹介する「Teaching Catalog Part」と、学生の学びのガイドブックとしてまとめた「Learning Catalog Part」から構成されています。

「Teaching Catalog Part」は、アクティブ・ラーニング(AL)ベストティーチャー表彰を受賞した授業科目を紹介し、担当教員の喜びの声を掲載しています。

「Learning Catalog Part」は、教学マネジメント室の学生スタッフが「山口大学生のための学びのガイドブック」を目指して企画したもので、各学年の学生スタッフが自らのキャンパスライフを紹介しているほか、宇部市内にキャンパスがある工学部・医学部の学生のキャンパスライフを紹介しています。

以上のように、本冊子は、教学マネジメント室の教員と学生の協働作業によって作り上げられたものです。ご一読のほどよろしく願います。



2020年度 ALベストティーチャー表彰の様子

2020年度 ALベストティーチャー

区分	授業科目名	所属・職名	氏名
教養コア	キャリア教育	教育学部・教授	霜川 正幸
		教育学部・教授	和泉 研二
		教育学部・准教授	春日 由美
		教育学部・教授	静屋 智
		教育学部・准教授	須藤 邦彦
		教育学部・助教	SENNECK ANDREW JOHN
		教育学部・教授	高橋 雅子
		教育学部・講師	田本 正一
		教育学部・准教授	中島 寿子
		教育学部・准教授	中谷 仁美
		教育学部・講師	藤上 真弓
		教育学部・准教授	美作 健悟
		教育学部・講師	宮木 秀雄
教育学部・講師	森 朋也		
語学(英語、日本語、国際展開科目ほか)	英語会話Ib	教育支援センター・助教	渡邊 裕子
一般教養	文化の継承と創造1	教育学部・准教授	西尾 幸一郎
理系基礎(講義系)	化学I	大学院創成科学研究科(理学系学域)・准教授	安達 健太
		大学院創成科学研究科(工学系学域)・教授	浅田 裕法
実験・実習	物理学実験B	大学院創成科学研究科(工学系学域)・助教	吉田 雅史
		大学院医学系研究科・助教	大津山 賢一郎
		大学院創成科学研究科(工学系学域)・助教	王 元元
		大学院創成科学研究科(工学系学域)・准教授	MD. AZIZUL MOQSUD
		大学院創成科学研究科(工学系学域)・准教授	森 啓年
		教育・学生支援機構・非常勤講師	増山 和子
		大学院創成科学研究科(工学系学域)・教授	鈴木 素之
		教育・学生支援機構・非常勤講師	繁岡 透

注：職名は表彰審査決定時の2020年9月30日現在のもの。

アクティブ・ラーニングと「深い学び」

昨今、アクティブ・ラーニングの必要性が叫ばれていますが、その型を強調するあまり本来アクティブ・ラーニングで目指そうとしていたことが蔑ろになる危険性を指摘する声も増えてきました。

アクティブ・ラーニングは、習得・活用・探究という学習プロセスの中で、問題発見・解決を念頭に置いた**深い学び**によって、必要な資質・能力を総合的に育むという目標を達成するための方法として位置づけられています。しかし、例えばディスカッションをしていればアクティブ・ラーニング、プレゼンテーションをしていればアクティブ・ラーニングというように、学生が深い学びをしているかどうかには関係なく、その型のみでアクティブ・ラーニングとみなされることがしばしばあります。

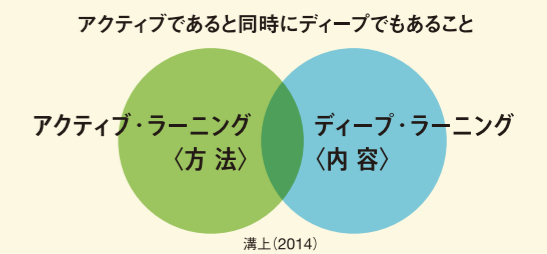
行動面(外的活動)がアクティブだとしても、頭の中(内的活動)がアクティブでなければ、そのような目標は達成されないでしょう。そこで松下(2015)は、行動面も頭の中もアクティブである、つまり「**深い学び**」を促す**アクティブ・ラーニングとして、ディープ・アクティブラーニングの必要性を指摘**しています。

この冊子では、松下(2015)を参考に、ALベストティーチャーの実践が学生のどのような「深い学び」を促すようなものだったのかを、「深い学習」「深い理解」「深い関与」といった軸によって捉えようと試みました。

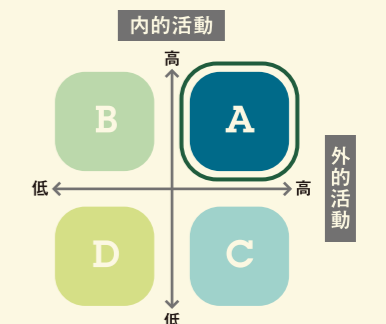
参考文献

- 松下佳代・京都大学高等教育研究開発推進センター編(2015)
「ディープ・アクティブ・ラーニング—大学授業を深化させるために—」 勁草書房
- 松下佳代(2016)
「アクティブ・ラーニングを深化させる教育カウンセリング—授業における関係づくりへの貢献を問う—」
日本教育カウンセリング学会 第10回公開講演&シンポジウム発表資料(2016.5.22)
- 溝上慎一(2014)
「アクティブ・ラーニングと教授学習パラダイムの転換」 東信堂

【ディープ・アクティブラーニングの考え方】 松下(2016)より引用



外的活動だけでなく、内的活動でもアクティブであること



キャリア教育

ALポイント
8.0

概要

この授業は、「教職キャリア形成」での教職体験をもとに、外部講師や実務家教員等による「講義演習」や各自が行った「教職体験」等の開示による「グループ協議」等をおして、これからの教職キャリアの形成や大学での教職に関する学びの充実深化をめざすものです。教職科目としての重要性を理解し、真剣に取り組んでください。
※本授業は、学校教員や教育委員会事務局職員（指導主事等）の経験を有する教員等が、実務経験をふまえ、教育現場や教育委員会と連携・協働した実践的科目として実施するものです。

一般目標

社会の急速な進展の中で人材育成像も変化し、児童生徒の「社会を生き抜く力」の養成が求められると同時に、学校や教員に求められる資質能力も高度化、多様化、複雑化している。本授業では、これまでの教職体験や学びを元に、今後の学校教員に求められる資質能力について解明し、「学び続ける教員」としての実践的力や態度を身につける。

授業の到達目標

知識・理解の観点	現在の学校が有する教育課題や今後の教員に求められる資質能力等について理解し、具体的に説明することができる。
思考・判断の観点	これからの時代が求める学校像、教師像等について幅広い視点から捉え、今後の在り方について構想することができる。
関心・意欲の観点	学校が有する教育課題や目指す教師像について関心をもち、将来像についてイメージすることができる。
態度の観点	教職の学びに真剣に取り組む、自らのなすべきことについて前向きに取り組むことができる。
技能・表現の観点	現在の学校が有する教育課題や今後の教員に求められる資質能力等を的確に捉え、分かりやすく表現することができる。

英語会話Ib

ALポイント
10.5

概要

英語をコミュニケーションの道具として使う能力を身につけます。この授業は知識より英語で実際に話し、聞いて理解する能力（スピーキング&リスニング）の養成を重視します。

一般目標

- 鍵となる重要な情報(When, Where, Who, What, Why, Howなど)に関し、簡単な英語を使って情報交換することができる。
- 簡単な英語で意見や気持ちをやりとりしたり、賛成や反対など自分の意見を理由とともに伝えることができる。
- 文法的な誤りが多くても、提案・助言・依頼・拒絶など日常会話で必要となる基本的な言語機能表現を使うことができる。
- 予定や計画について簡単な英語で話すことができる。

授業の到達目標

知識・理解の観点	教科書で使用された会話モデルを参考に自分のことを英語で表現できるようになる。
思考・判断の観点	教科書で扱われるトピックについて自分で考える力を身につける。
関心・意欲の観点	間違いを恐れず積極的に英語で発言できるようになる。
態度の観点	授業内のタスクに積極的に取り組む。
技能・表現の観点	簡単な英語を用いて、意見や気持ちを具体的に表現したり、基本的な会話表現を用いて尋ねたり、応答することができる。

文化の継承と創造1

ALポイント
8.0

概要

みなさん、自分の部屋はいつも片付いていますか？ 寒さの厳しい山口の冬を快適に過ごしていますか？ 毎朝、目覚めが悪くて困っていませんか？ 日常生活の中のさまざまな困りごとの中には、小・中・高の家庭科で習った知識や技術を生かせば、改善できるものも数多く含まれています。この授業では、これまでに学んだ知識や技術を、下宿や実家などで上手に活用することで、今ある生活を少しずつ健康で文化的な方向へ改善し、よりよい生活の創造へとつなげる能力と態度を伸ばすことを目指しています。

一般目標

この授業では、実践を通して、家庭科の各項目で学習した知識・技術・技能をより確実なものにし、よりよい生活を創造する能力や態度を身につけることが目標である。

授業の到達目標

知識・理解の観点	生活の根底にある原理、原則について科学的な理解を深める。
思考・判断の観点	自分の生活課題を客観的に捉え、実行可能で効果的な改善策を考えることができる。
関心・意欲の観点	日常の家庭生活に関心を持ち、生活を見直すことができる。
態度の観点	よりよい生活を創造するために、主体的に考え、行動することができる。
技能・表現の観点	生活課題や実践成果について客観的かつ定量的に評価できる。

化学I

ALポイント
7.6

概要

化学全般の理解に必要な基本概念について解説を行う。「モルの概念」、「原子の構造」、「電子配置」、「化学結合」、「分子の形」、「化学平衡」、「酸・塩基」、「酸化・還元」、「化学反応速度」など物理化学における初歩の内容である。高校での化学とのつながりに注意を払い、専門科目に必要な基本的事項について講述する。授業内演習問題や小テストなどを通じて、自学を促しながら進める。

一般目標

化学を学ぶための基礎を身につけた上で、物質の性質やその変化を物理化学的な観点から理解し、より発展的な学習への導入を図ることを目標とする。大学生としての基本的化学概念の把握に力点を置く。

授業の到達目標

知識・理解の観点	1.モルや濃度などの化学基本単位を理解する。 2.原子構造、化学結合や分子の形など物質の基本構造について理解する。 3.酸塩基反応や酸化還元反応などの化学反応の基礎について理解する。 4.化学熱力学、化学平衡や反応速度など化学反応の物理的な解釈について理解する。
思考・判断の観点	次の事項を初歩的に理解し説明できること。 1.原子での電子配置の違いによる化学的性質の違い。 2.分子には三次元的な構造を持っているが、なぜそのようになるのか。 3.種々の化学現象の物理化学的な説明。
関心・意欲の観点	化学とは、物質の構造や反応を原子や分子という目で理解し説明する学問である。よって、身の回りの現象に興味を持ちそのメカニズムをこの講義から得た知識で理解し、説明できる関心と意欲を求む。また専門科目での更に高度な考え方のステップとして取り組む意欲も求む。
態度の観点	単なる暗記ではなく、物事の本質を理解する能力が必要である。
技能・表現の観点	高校生とは違う、大学生らしく物事を理解し説明できる能力を取得する。
その他の観点	単に単位取得のための勉強ではなく、将来に向かってなぜ勉強しているのかを意識してほしい。

物理学実験B

ALポイント
10.5

概要

物理学実験では、力学・熱力学・光学・電磁気学などの物理学の基礎分野から選択される6テーマについて実験を行う。実験データを整理して考察したレポートを作成し提出する。

一般目標

基本的な物理現象を測定する実験装置の使い方に慣れ、その現象の原理を理解する。また、実験データを整理して考察する実験レポートの書き方を身につける。

授業の到達目標

知識・理解の観点	1.実験を行った物理現象について簡単に説明できる。 2.用いた実験装置の使用方法について説明できる。
思考・判断の観点	1.実験を行った物理現象について考察できる。 2.用いた実験装置の測定原理について考察できる。
関心・意欲の観点	1.身のまわりの物理現象に関心をもつ。 2.不思議な現象を観察し実験を行う意欲をもつ。
態度の観点	1.真面目な態度で実験を行う。
技能・表現の観点	1.実験装置を正しく取り扱うことができる。 2.系統的で論理的な実験レポートを書くことができる。
その他の観点	1.共同実験者と協力して実験を進めることができる。

受賞教員【教育学部 霜川正幸 教授】のひと言

私たち「チームキャリア教育」に栄えある賞を頂きありがとうございます。200人近い多人数授業において、学生たちが仲間や教員に自己を開示し、自らの考えを議論をとおして高め、捉え直しや創造を生み出す授業は、チームによる協働、指導方法や形態の創意工夫、不中断の授業改善が不可欠と信じます。チームとして頂きました。私たちは、アクティブ・ラーニングを意識した授業自体がゴールとは思いません。常に「学生たちの学びの充実深化のために」を思い、「アクティブな学び屋さん」を育てたいと願い、今後も学生たちの学びの可能性を信じていきます。また、私たちは、学生同士をつなげ個性化と社会化を図りたいと思います。学生たちが授業の中でも「自分らしさ」を磨くことを願い、アウトプットする場や機会を提供しながら、他者とともに課題を解決していく力を培っていきます。

受賞教員【教育支援センター 渡邊裕子 助教】のひと言

ALベストティーチャーに選んで頂き、光栄です！授業はテーマに沿った英語表現を使って、学生から解答例を提供して貰い、教員がコメントを返すというスタイルをとっています。教員が話すより、学生が互いの解答に感心したり、時には爆笑したりという形で進むことが多いので、今回賞を頂いたのも、興味深い意見や笑わせてくれる冗談で盛り上げ共に授業を作り上げてくれた学生達のおかげです。教員として気を付けているのはただ可能な限り「楽しい」授業にすることです。英語会話Iでは、英語に苦手意識を持っている学生も多いので、まずはペアワークなど気軽に話し合いができる間柄でタスクに取り組み、模範解答だけではない、笑えるような解答作りをあえてお願いし、英語に親しむことを目指しています。また、ビンゴやクイズなどゲームも多めに取り入れています。

受賞教員【教育学部 西尾幸一郎 准教授】のひと言

このたびは第5回ALベストティーチャー賞をいただき、ありがとうございます。まだまだ不勉強な身でありながら、大変光栄な賞をいただきましたことに、自分自身とても驚くと同時に、大変嬉しく思っております。私の専門は家庭科の住領域です。授業のねらいは、自分の住まいや暮らしを普段とは違う視点から捉えてみることで、生活をよりよくしようとする態度を育み、行動変容につなげることです。例えば、衛生環境の単元では、学生にスマホ顕微鏡を貸し出し、自宅の枕や布団などに生息するダニの観察調査をさせています。未知なる同居人(?)との遭遇は、学生にとってとても刺激的で、普段の掃除の仕方を見直すきっかけになるようです。他の単元でも同様に、身近な住環境から意外な発見をすることの楽しさを感じられるような授業にしたいと思い、試行錯誤を重ねています。

受賞教員【創成科学研究科(理学系学域) 安達健太 准教授】のひと言

私が担当している「化学I」は理学部学生と農学部学生の学科混成クラスであり、受講者数が約200名の大人数講義です。高校にて化学を履修していない受講生も毎年一定数いるため、教養科目として学生の資質・能力を見極めたカリキュラム設定が重要です。「化学」という学問に興味を持ってもらい、大学生らしく能動的に学んでもらうために、ここ数年「アクティブ・ラーニング」を意識した課題設定を実施してきました。コロナ禍に巻き込まれた今年度の本講義は、従来の対面式講義からWeb上におけるオンデマンド型講義への変更を余儀なくされました。Web講義では、講師だけでなく受講生も否応なしに自由化・多様化が求められます。そんな中、例年以上に創造力をつけていく受講生の子供を垣間見ることができました。「アクティブ・ラーニング」と「Web講義」は相性が良いかもしれません。「災い転じて福となす」:新型コロナウイルス感染症の1日も早い終息を祈って…。

受賞教員【創成科学研究科(工学系学域) 浅田裕法 教授】のひと言

ALベストティーチャー賞、ありがとうございます。物理学実験Bは初めて学ぶ実験の一つですので、装置の使い方に加え、結果の記録方法やレポートの書き方といった将来研究を行うための基本を身につけることを目的としています。このため最初に測定値の取り扱いやレポートの書き方の基礎を学びます。また、事前に行う予習レポートで実験の目的やポイントを理解することで、より深い考察・学習につながるようにしています。実験が進むにつれて器具の取り扱いに慣れ、レポートも良くなっていくのがわかります。これは講師の皆さんの熱心な指導によるものであり、今回の受賞につながったと考えています。今後も実験は楽しいと感じてもらえるよう工夫していきます。



INTRODUCTION

自己紹介

はじめまして。京面 裕也(きょうめん ゆうや)と申します。広島県世羅郡世羅町出身です。花と駅伝が有名な高校があります。広島のことについて、人にしっかり説明できる自信があります!小学生から、卓球と水泳をしていました。大学生になってESSという英語を使う部に所属しています。おかげで、英語が大好きになってます。英語といえば、受験期にこのような言葉で自分を奮い立たせていました。“Practice makes perfect”という言葉です。この言葉を肝に銘じて、日々行動し、学びを続けています。大学在学中に、様々な活動に関わることで、興味深い出会いをすることができました。自分の知っている世界だけがすべてじゃないと、気づかされたことが山ほどあります。将来に向かって進歩と準備を続けています。みなさんの大学生活が、実りある素敵なものになりますよう、祈っています!

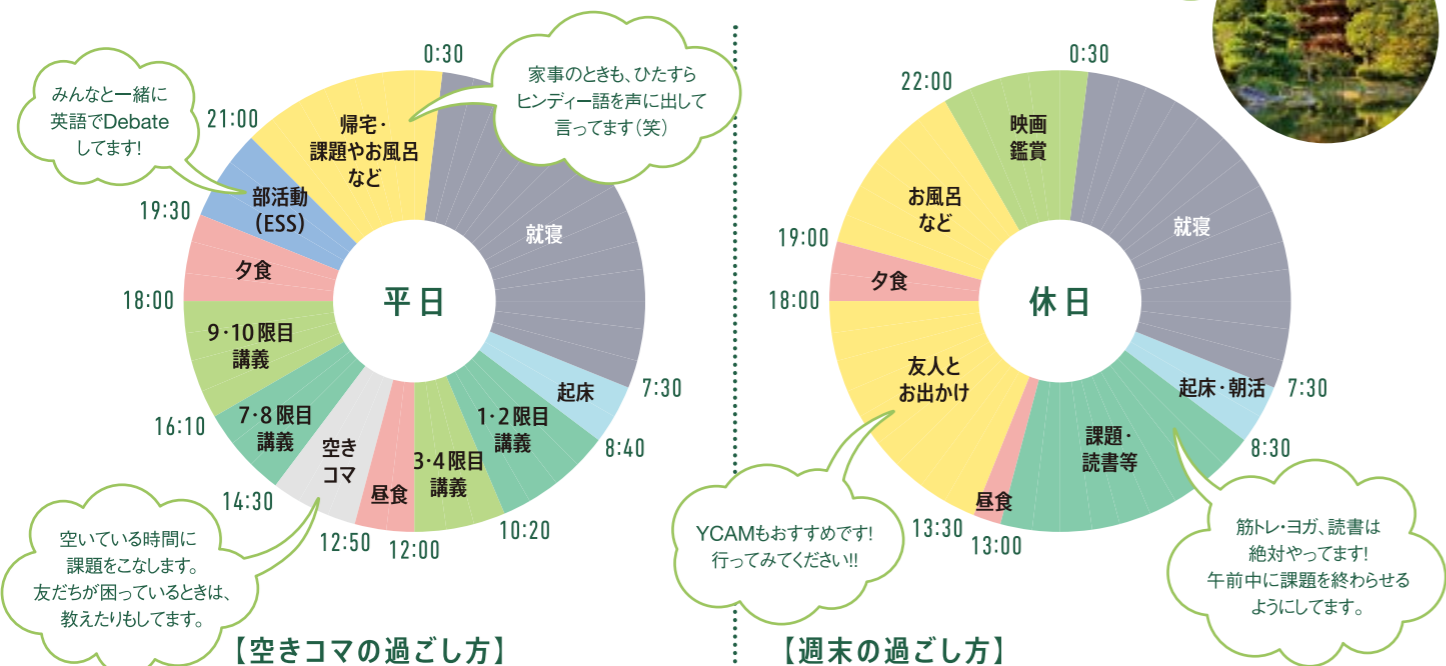
京面 裕也

Yuya KYOMEN

国際総合科学部
国際総合科学科
1年生

ROUTINE

平均的な1日の過ごし方



写真が趣味で、こういう感じに! まだまだなので、頑張ります(笑)



YCAMもおすすめです! 行ってみてください!!!

筋トレ・ヨガ、読書は絶対やります! 午前中に課題を終わらせるようにしています。

Q & A

1 印象に残った授業はありますか?

1年生Q3に受講した、「運動健康科学」です。この講義のおかげで、運動と健康が人生においてどれほど重要であるのかということに気づくことができたと思います。日々良い体調であること、また、良いパフォーマンスを発揮するために、この講義で扱われた内容や、自分で読んだ本の内容を参考に、運動を生活に取り込むこと、体に取り入れるものをコントロールするようになりました。自分たちの実生活に活用できることの多い、情報の詰まった講義であったと考えています。

2 知っておくと役立つ自分流の学習方法は?

やはり、逐一の復習で大切であると考えています。そのために、頭の中で思い出すことが重要です。これを、語学の学習で実践しました。ヒンディー語を勉強しているのですが、家事をする際等、フレーズや単語を口にするようにしています。また、「なぜこの学習をするのか」という論理的かつしっかりと根拠付けられた理由をもつことが大切であると考えています。そうしなければ、なぜ大学にきて学んでいるのか、路頭に迷った状態になってしまうためです。「○○が好きだから」という理由でも、「スキルを身に着きたいから」でも良いです。ただし、「なんとなく…」 「友人がやっているから…」というのは止めにしましょう。自分でしっかりと判断を下し、それに正当な根拠を用いるべきです。

3 課外活動について紹介してください!

ESS部のDebate Sectionに所属しています。何より英語が好きであり、英語の学習機会を確保したかったために入部しました。実をいうと、課題に追われていたこともあり、はじめはなかなか馴染むのが難しかったのです。加えて、コロナの影響で外出自粛期間中はオンラインでの活動のみでした。そのため、所属している感覚が薄く、なかなか悩むことも多かったです。しかし、Debate Sectionの仲間のサポートもあり、自分の居場所を見出すことができました。その後は、学内での活動も可能になり、できる範囲でたくさんのDebate経験を積むことができました。現に、かけがえない仲間がたくさんいます! 現在は、夢中になって活動しています。

4 将来の夢は?

残りの大学生活でやりたいことは、まず、自分磨きです。スキル獲得のために、自分の時間を確保して、読書やスキルアップのための勉強をしていこうと思います。いままでできなかったことができるようになることで、新たな世界が開くのだと、大学に入学して気づかされました。それをもっと経験するためにも、スキルアップをしていきたいと考えています。また、友人との思い出作りをしたいと思っています。外出や遠出が制限されたことから、なかなか友人と旅行に行くことや、有名な観光地等に行くことができない状況下にあります。今年こそは、いけたらいいなと思っています。

5 やまぐち生活のおすすめスポットを教えてください!

美祢市は絶対に訪れるべき場所です。山口市から車(山大近くにはレンタカー屋さんがあります!)で1時間以内の場所です。秋吉台はもちろんのこと、秋芳洞、別府弁天池など、様々な観光スポットが存在しています。秋吉台をぜひ、美祢市観光協会で借りることができるレンタサイクルで旅してみてください。自転車で行くときの快感を、ぜひ感じてほしいです。また、秋芳洞や景清洞など、洞窟も多いところ。神秘的な絶景に包まれながらの冒険は、私たちに童心に戻してくれます。そして何より、今まで見たことのないような景色に心打たれてしまいます。別府弁天池の美しく蒼い絶景を、ぜひ見てほしいです。「日本にこんなところがあるのか」という景色が勢ぞろいの美祢市に、ぜひとも足を運んでほしいです。



徳山市の図書館です。本好きにはたまらない場所。



これが弁天池!! 絶対に行ってほしい!!!



秋芳洞では、こんな写真も撮れちゃいます! みんなも撮ってみて!



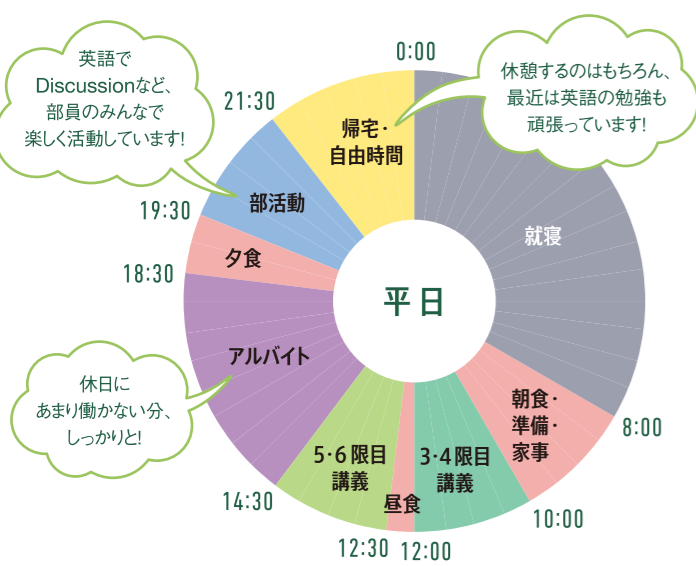
INTRODUCTION

自己紹介

初めまして! 人文学部人文学科2年の河野真優です。出身はお隣の広島県なので、現在は一人暮らしをしています。初めは寂しさや不安を感じていましたが、今となっては一人だからその醍醐味を味わっています。ちなみに、最近はサブスクでいろいろな作品を見ることにはまっています。大学に入るまでの6年間(中学高校生の時)は陸上部に所属していました。種目は200mや400mです。毎日走り込みをしたり、筋トレをしたりすることにいそしんでいました。文字通り「鍛え上げられた」日々でした。大学に入ってから心機一転、ESSに所属しています。初めは単に「英語のスキルが上がったらいいなあ」といったような軽い動機で入部したのですが、今では私の大学生活に欠かせないものになっています。こんな風に、大学には、たくさんの部活動やサークル、周辺にはアルバイト、新しい経験が積むチャンスがたくさんあるので、少しでも興味を持ったものには取り組み、大学生活をより輝いたものにしてほしいと思います! よろしくお願ひします!

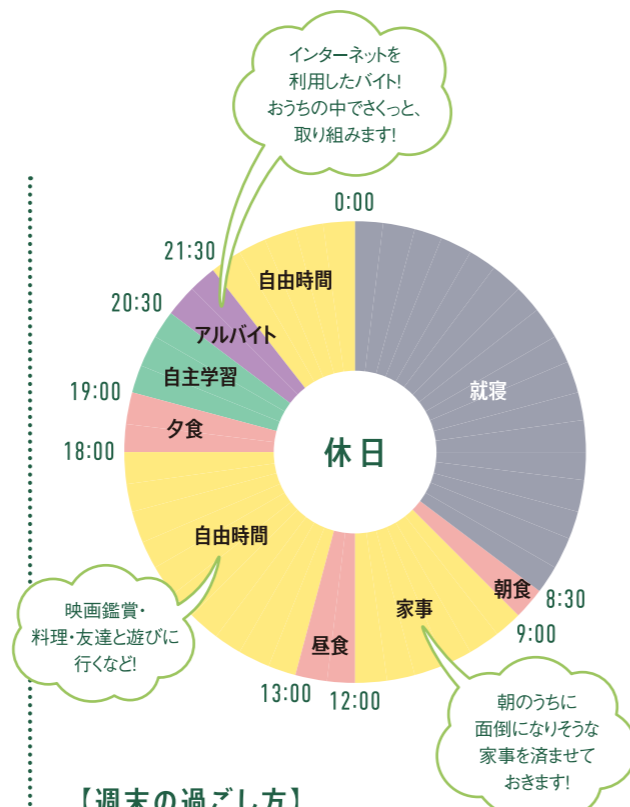
ROUTINE

平均的な1日の過ごし方



【空きコマの過ごし方】

平日は、基本的に授業が2、3コマあるので、スキマ時間にアルバイトや部活を入れています。スキマ時間にコツコツ取り組むことで、自由時間をできるだけとるように工夫しています。



【週末の過ごし方】

休日は、長時間のアルバイトをせず、自分がやりたいと思ったことを優先するようにしています。友達と遊びに行ったり、家でゆっくり映画を見たり、とにかく「その日にやりたい!」と思ったことをやるようにしています。また、おかずの作り置きをしたり、授業のレポートをしたり、平日の生活を送るための準備にも取り組んでいます。

河野 真優

Mayu KONO

人文学部 人文学科
2年生

Q & A

1 印象に残った授業はありますか?

印象に残っている授業は、人文学部で開講している「完成と表現」の授業です。この授業では、「オラリティ」がテーマで、毎回の授業で、目からうろこの教材や資料を取り上げながら展開されていくのがとても印象的でした。この授業を受けて、自分が知っている世界はまだ狭いこと、「表現」と一口にいっても様々な形があることを学びました。自分の固定観念を打ち砕かれた授業なので、受講してとてもよかったです。

2 知っておくと役立つ自分流の学習方法は?

「興味を持ったことにはとりあえず取り組んでみる!」ということです。大学生は、自由度が増す分、「やる自由」と「やらない自由」が与えられると思います。だから、やりたいことがたくさんある人は、たくさんいろいろなことにチャレンジしたり、自分からコミュニティに参加したりしていきますが、消極的な人は結局これといったことをしないまま、時間を無駄に過ごすことになってしまうと思います。だから、ぜひ「やる自由」を存分に生かして、興味を持ったことにはとりあえず取り組んでみてほしいです!

3 課外活動について紹介してください!

私は、自己紹介でも書いた通り、ESSに入っています。活動は週3日で約1時間半です。初めは英語のスキルを上げたいという気持ちで参加していましたが、今では部活の仲間と会うのが楽しいという気持ちも加わり、私の生活になくはないものになりました。また、他学部の人、学年の違う人と幅広くかかわれるという意味でも、とても有意義だと思っています。また、アルバイトは4つ経験しました。いま続けているのは、学内のカフェとオンライン上の家庭教師のアルバイトです。私がしているアルバイトの魅力は、「距離が近い」「長期休みに自由が利く」などです。無理せず、楽しく、適度にお金を稼げるので、継続して続けられています。

4 将来の夢は?

私は、日本や海外のいろいろな場所に行ってみたいです。コロナ禍で遠出はできませんが、英語を勉強したり、行きたい場所をリストアップしたりして今からできる準備をしています。ちなみに、今一番行きたいのは、フィンランドです。また、大学を卒業したら、地元に戻り、広報に携われるような仕事につきたいと思っています。何事にも全力で取り組み、努力ができるような社会人になりたいです。

5 やまぐち生活のおすすめスポットを教えてください!

おすすめスポットは、角島です。訪れたのは、しばらく前のことですが、あんなにきれいな海を見たのは初めてだったので、とても印象に残っています。本気で、何もしないで1日眺めていたいと思っくらい、美しいと思いました。また、景色だけでなく、カフェなどの楽しめるスポットもたくさんありました。



防府天満宮にて散歩



角島にあったジェラート屋さん



息をのむほどきれいな角島の海



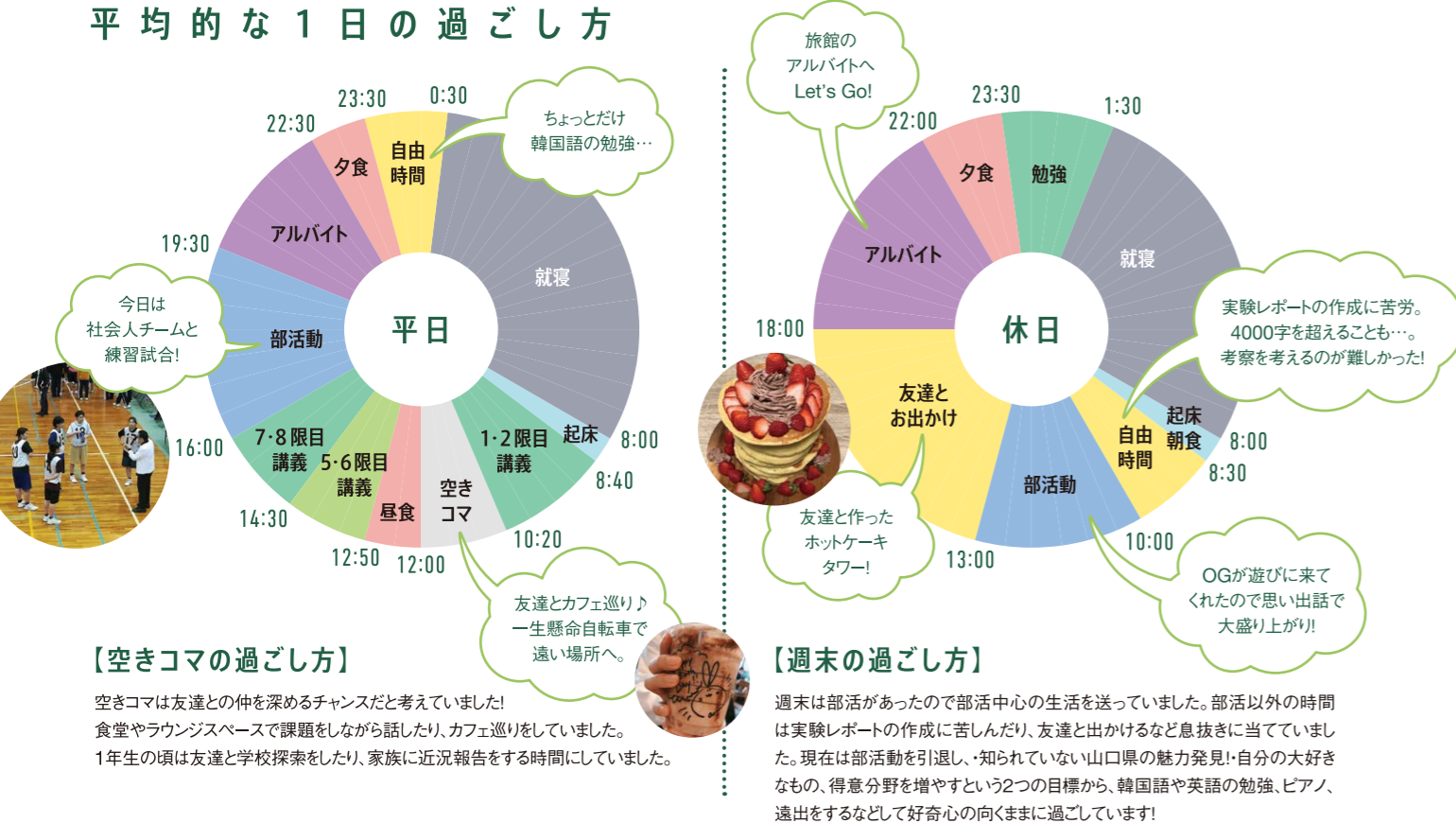
INTRODUCTION

自己紹介

こんにちは! 山口由貴と申します。
 福岡県北九州市出身ですが中高は宮崎の学校に通っており、人一倍宮崎の魅力を語れます!
 小学校から陸上を、大学では体育会バスケットボール部に入りました。
 スポーツだけでなく、ピアノや百人一首、英語にも取り組む機会をいただきました。
 「life is contents」
 失敗も成功も人生の糧になるという意味で、大学在学中もこの言葉をモットーに自ら行動することを大切にしてきました。
 その結果、サイエンス実習(右ページ下の写真)や大学教育関連のFD活動に携わることができたり、大好きな友達や趣味も見つけることができました。
 将来、院進するか就職するかはまだ模索中ですが、どちらの選択もできるよう準備を進めています。

ROUTINE

平均的な1日の過ごし方



山口 由貴

Yuki YAMAGUCHI

理学部 生物・化学科
3年生

Q & A

1 印象に残った授業はありますか?

2年次に受講した「植物分子生理学I」です。この授業で初めて生物の楽しさを実感しました。生物は暗記教科という固定観念があったこと、大学の授業では論理的思考はあまり問われず知識の修得を目的に授業が展開されることが多く、物足りなさを感じていました。しかし「植物分子生理学I」では、習った事象、実験結果についての考察を中心に授業を進めてくださり、点であった知識がはじめて線になる感覚を味わうことができました。

2 知っておくと役立つ自分流の学習方法は?

大学に来た目的を再確認することだと思います。これは私ができなかったことです。大学2年次に専門科目の勉強が始まり、生物のバックグラウンドがなかった自分にとっては理解できないことばかりで授業へのモチベーションを失っていました。当時将来の夢もなく、なぜ生物を勉強しているのかわかりませんでした。「知識は財産」これはある授業で教授が教えてくださった言葉で、知っているだけで素晴らしいことなのだとお話ししてくださりました。漠然とした将来だからこそ、大学でたくさんの知識を修得して夢探しをしよう!そう前向きになることができました。

3 課外活動について紹介してください!

体育会バスケットボール部に所属していました。体育の授業で楽しかったこと、新しいことに挑戦したかったという理由から入部を決めました。サークルではなく部活に入ったのかという、真剣にバスケットボールと向き合ってみたくったからです。高い目標に向けてチームメイト全員で切磋琢磨した時間は部活に入ってからこそ味わえたものだと思います。しかし入部当初、40分間の試合の中で出場時間が2~3分だったこと、「バスケットボールは経験がものをいうスポーツだ」と言われることから、経験者との差を埋める難しさに何度も絶望しました。そこで全てをこなそうとするのではなく、一つの技術面で誰よりも勝る選手になろうと決め、ミドルシュートを特に練習するようにしました。初めて点を決めたときは、ミドルシュートで得点することができ、あの感動は今でも覚えています。

4 将来の夢は?

残りの大学生活では、友達とたくさんの感動を共有したいと思っています。大学に入ると、たくさんの友達と仲良くなれる一方、疎遠になってしまう友達も多かったです。だからこそ、友達と過ごす一瞬一瞬を大切に、心が動くような体験を共にしてみたいです。将来は知らないことはないと言えるくらい新しいことに挑戦したいと思っています。それらの経験から、自分にしかできないことを模索し、社会貢献出来たらいいなと考えています。

5 やまぐち生活のおすすめスポットを教えてください!

周防大島の嵩山展望台で撮る景色は一味違うものでした。TAKE OFFと書かれた発射台があり、ここで写真を撮るのがおすすめです。日暮れの時間帯に行ったのですが、夕焼けのオレンジ色と空の青色のコントラストが絶妙でどの展望台に行っても撮れない色味だと思います。絶景好きにはたまらない場所でした。



1年次に参加したサイエンスワールド



移植して生まれたカエルの赤ちゃん



周防大島嵩山展望台



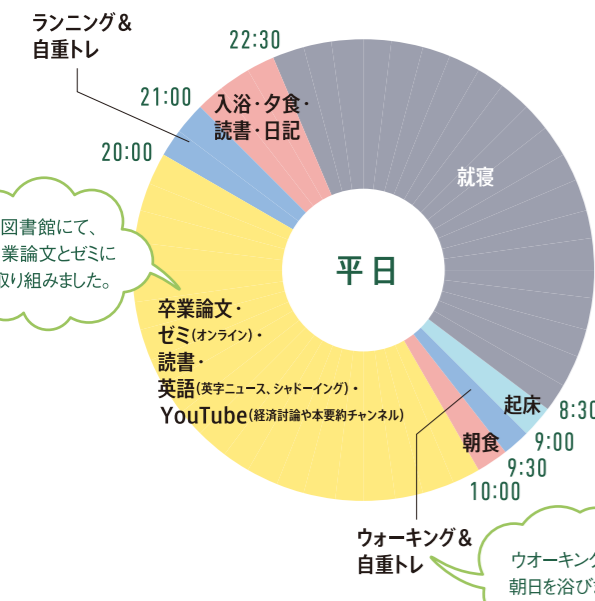
INTRODUCTION

自己紹介

私は経済学部経営学科4回の杉本寛晟と申します。
 山口市出身で、ゆえに自宅生(コロナ禍では感染対策として両親と別居中)です。最近では自炊にハマっています。
 趣味は運動と読書です。読書については、直近では紙幣の歴史や金本位制の歴史などを漁っています。読書ほんまにオススメです!
 次に、私の好きな言葉を紹介いたします。それは、「今日が一番若い日」という言葉です。私はこれを、「毎日全力で!」というように解釈しています。
 若い皆さんはまだ実感しづらいと思いますが、誰もが必ず年を重ね、そして老いていきます。
 年を取れば取るほど、新しいことへの挑戦権は消失していきます。皆さんも今日死ぬかもしれないので、今この一瞬を全力で生きていきましょうね!
 最後に、私の進路先を少し紹介して、自己紹介を終わります。私の場合、民間就職で、業界は金融です。
 この会社は、民間会社でありながら公益も追求する会社で、多くの方に貢献できる会社です。特定の事業について言及はできませんが、皆さんも含め日本に住んでいる全ての方に直接または間接的に貢献しています。このようなずば抜けた公益性の高さに共感し、入社を決意しました。

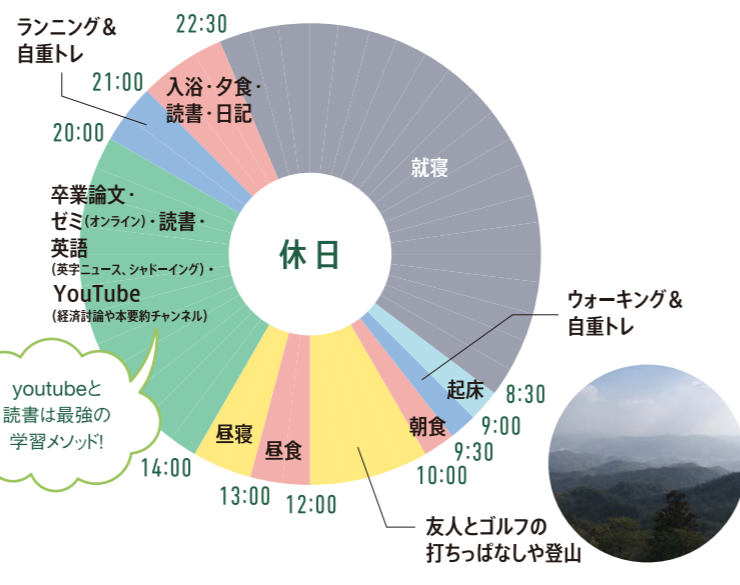
ROUTINE

平均的な1日の過ごし方



【空きコマの過ごし方】

キャンパスに通っていた頃は、友人と新規ビジネスの考案や日本の経済や政治について喋っていました。もちろん、キャンパス外に昼ごはんを食べに出たり、ボーリングや映画、雑談などもしていました!
 空きコマは、遊び:学習=7:3くらいですね(笑)



【週末の過ごし方】

コロナ前は、友人と温泉、ゴルフ、釣り、ご飯を食べに行ったりしていました。やはり、大切な人と共有する時間は人生において非常に有意義なものです。最近では専ら読書をしています!

杉本 寛晟

Kansei SUGIMOTO

経済学部 経営学科
4年生

Q & A

1 知っておくと役立つ
自分流の学習方法は?

学習方法に限らず、常に意識していることは「目的の設定」です。つまり目的意識をもって行動することです。何を目的にその行動をするのか、その先に何が待っているのかなどを考えていました。また、目的意識を持つことで、生産性が上がると思います。例えば、TOEIC受験のために英単語を毎日100個覚えているとしましょう。暗記は本当に単純作業で、飽きてくるものですが、「なぜいま英単語を覚えているのか?それは、来月のTOEICで~点取るため。なぜTOEIC~点を取るのか?それは、就職したい企業の必須条件だから(もしくは、英語を扱う事業をしたくて、英語力の一裏付けとして持っておいたほうが良いから)。それなら、集中しなきゃな。」というように、目的を設定することで、その行動の有意性を見出すことができ、その結果、生産性が上がります。皆さんも常に目的意識を持って行動しましょう!

2 将来の夢は?

いわゆる夢という、大きなことをイメージしがちですが、私の場合は違うのでご容赦ください(笑)というの、私は今後確実に実行しますので、いわゆる叶うか否かが曖昧な夢ではなく、人生でやっておきたいこと的なニュアンスが強くなります。大それた夢も持ち合わせてないです(笑)「屋久島に行く」「モルディブに行く」「友人とたくさん飯を食べに行く」くらいです。これで充分ですね。期待に沿えず申し訳ないです(笑)

3 やまぐち生活の
おすすめスポットを
教えてください!

- ・周防大島のギャング井(ロースビーフ井)
- ・岩国のいろり山賊(おむすびと焼き鳥)

4 みなさんへの
メッセージをどうぞ!

最後に、皆さんに伝えたいことがあります。「自責思考」についてです。皆さんにはぜひ「自責思考」を身に着けてほしいです。この自責思考とは、「あらゆる結果の要因は全て自分にある」というものです。注意しておきたいこととして、これは決して「自分に全て責任がある」という非難的に捉えるものではありません。良くも悪くも前に生じた結果の「要因」が自分にあるから、次どのように対応したらクリアになるかという前向きな思考のことです。例えば、とある講義がわかりづらいとします。そこで多くの人は「あの先生、まじで何言ってるのか分かんない。」といえます。でも、本当にそうでしょうか(もちろん中には、シュメール語で講義を受けているみたいに錯覚してしまうような講義もあります笑)。少なくとも、登壇している教職員は我々学生よりもはるかに頭の良い方です。でも、講義は難しく感じちゃう。その要因は、自分にあるのです。自分がその講義の内容のレベル、もしくはその基礎を理解していないため講義についていけないだけです。再度注記しておきますが、これは、自分を責める考えではありません。基礎を理解していないのは自分であるのだから、「ならば、予習をしていこう」、「復習をしよ

う」などと改善策を前向きに行動に移していく考えです。ここで、他責(教授のせいにする)をしても何の解決にもなりません。逆にもしも自責思考であれば、前向きに改善策を行動に移す(予習をする)ことで、自分の能力値を上げることができます。とにかく、自分以外に要因を見つけるのではなく、まずは自分に要因を探ることをお勧めします。ほとんどない場合、自分が改善できることをこなしていけばクリアになります。もちろん、すべて自分の改善によって物事が良い方向に向かうということはありません。時には、本当に相手やその他に要因があることもあるでしょう。ですから、そのような場合は過度に自分に要因を探るのではなく、「そういうときもある」と軽く捉えることも大事です。今日が一番若い日です。日々、目的意識と自責思考を持ちながら、今やりたいこと、今やるべきこと、新たにしたいことなど、とにかく何でもいので全力で取り組んでください。もちろん遊びに全力で取り組むことも最高の人生だと思います!先輩らしく堅い話をしてきましたが、死ぬ直前に後悔をしないように、たくさん学んで、たくさん友達と遊んで、目いっぱい笑って、充実した大学生活を送ってください。



工学部生の大学生生活紹介



周防大島での一枚 宮島(広島)での一枚 角島での一枚

INTRODUCTION 自己紹介

こんにちは! 広島県呉市出身で工学部3年のSです。現在は院進学のための勉強に励んでいます。これまでの大学生活は家で飲み会を開いたり、動画を見たりとインドアを精一杯楽しみました。負けず嫌いな性格なので、テストやサークルでは自分に克つことにこだわって取り組んできました。よろしくお願いします!

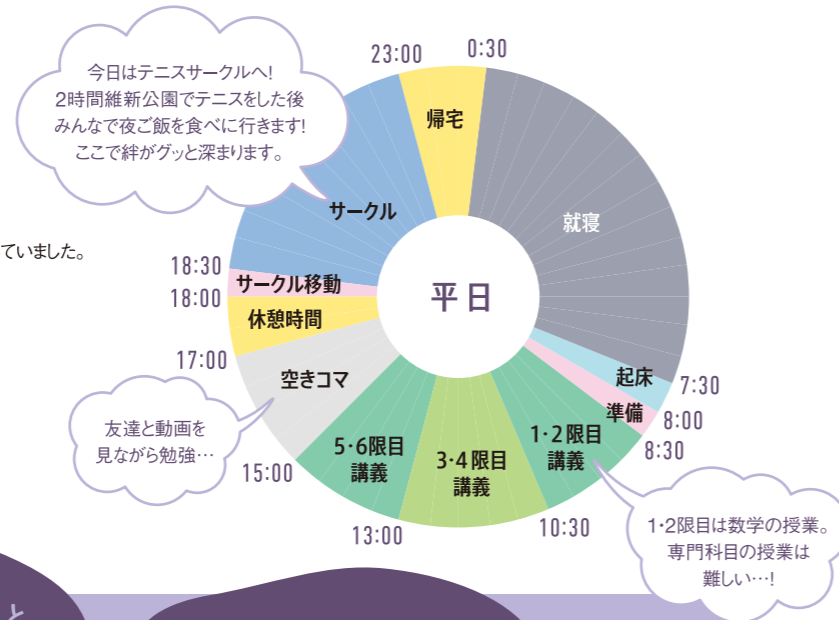
ROUTINE 平均的な1日の過ごし方

【空きコマの過ごし方】

空きコマは休憩に充てていました。動画視聴や仮眠、友達と話してリフレッシュしていました。いつまでも休憩するのではなくメリハリをつけることが大事だと思います。

【週末の過ごし方】

動画を見る時間が多かったです。おすすめは「大学授業関連の動画」です。私は数学の授業やTOEICの勉強を参考書がない分、動画で行っていました。



Q & A

1 2年次以降
キャンパス移動すること
についてのアドバイスは?

住んでから後悔...なんて声をよく聞くので家選びについてお話しします!ポイントは吉田キャンパスでの生活です。実際に大学生活を過ごしてみて、譲れないものを明確化しておくといいと思います。宇部の家選びの際、忘れがちなのがバイト先の近さです。宇部ではバイト先が遠いため車やバイクを持っていない人は注意してください。

2 知っておくと役立つ
自分流の学習方法は?

私は効率的に勉強することを重視しています。優先順位をつけ、重要な内容をピックアップしていました。自力で理解しようとする姿勢も大切だと思うので、一人で最後まで解けるかどうかチェックすることも意識していました。暗記に関しては、見る回数を増やすことが大切だと思います。寝る前に眺める、起きた後に眺めるを繰り返すことで短時間で多くの暗記をすることができます。そのときに注意して欲しいことが、「一つに時間をかけ過ぎないこと」です。反復して覚えましょう。

3 宇部での
課外活動について
紹介してください!

バドミントン、硬式テニスのサークルに入っており、週4日活動がありました。どちらも本学へ移動するので大変です。しかし、サークルの行事が楽しかったこと、かけがえのない友達がたくさんできたという理由で続けていました。私にとってサークルは憩いの場所となっていました。アルバイトはカラオケ店(深夜帯)で働いていました。これは深夜帯ならではの魅力(フレンドリーなお客さんが多く、働いていて楽しかった)があって続けていました。

医学部生の大学生生活紹介



唐戸市場 下関(はいからっど横丁) しものせき水族館

INTRODUCTION 自己紹介

宮崎県出身の医学部医学科2年のOです。1年生にお伝えしたいことは、今が一番時間があるということです。自分のしたいことが何かを明確にし、存分にやって欲しい! 1年生のときは医学を学ぶ機会が少ないため、医者になる自覚が湧かず恐かったのを覚えています。ですが2年生の後半から自覚が芽生えてくるので、一緒に頑張りましょう!

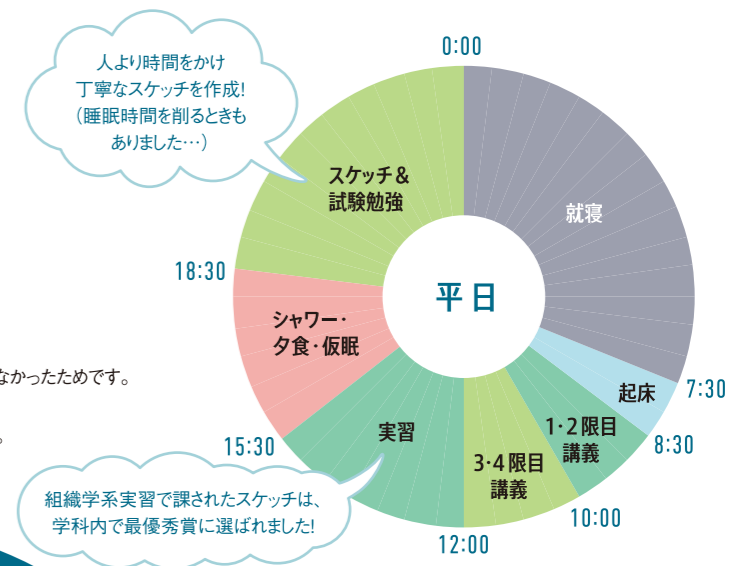
ROUTINE 平均的な1日の過ごし方

【空きコマの過ごし方】

「1年生は人生最後の遊べる時期」先輩から何度も言われた言葉です。空きコマは趣味の絵を描く時間に充てられたらよかったです。

【週末の過ごし方】

Zoomで一日中友達と勉強していました。これはコロナ禍で図書館を利用できなかったためです。一人で勉強をしているとだらけてしまうことがありますが、1日中zoomを繋いで画面の向こう側で頑張っている友達を見ることでそのようなこともなくなりました。



Q & A

1 2年次以降
キャンパス移動すること
についてのアドバイスは?

吉田キャンパスの食堂で過ごす時間が好きだったので通い通してほしいです!医学部キャンパスには食堂が1店しかないため、長時間友達と利用することが難しいです。また、ぜひ吉田キャンパスで2店舗の豊富な学食メニューを堪能してください!私は恋しくなって一度食べに行きました(笑)きっと皆さんも恋しくなるはず...!

2 知っておくと役立つ
自分流の学習方法は?

2年生になると毎週テストがあるので、切磋琢磨できる仲間を一人でも作る!ということです。当たり前のことと思うかもしれませんが、仲間がいなかったら膨大なテスト勉強に耐えられなかったと思います。友達同士でぜひ声掛けしてみてください。私の場合、SNSで勉強仲間を探していた友人に声をかけたことから一緒にするようになりました。

3 宇部での
課外活動について
紹介してください!

体育会弓道部に所属していました! 本学の部活動と違う点は、教授とも仲良くなれる点だと思います! 部活動に入ること、縦、横の人脈作りができることはもちろんですが、教授と接点を持つことができるので卒業後の助けになることがあるとか...!