

患者さんが教えてくれたこと

保健管理センター 講師
鈴木・由紀子

「先生、今日ね、すごく幸せな気分になったんだ」

「すごいね。どんなことがあったの？」

「あのね。学校サボって近くの土手を犬と散歩してた時にね、空を見上げたら空がとても青かったの。それを見たらすごく幸せな気分になったんだ」

これはある女子高校生との会話である。彼女は勉強に興味をもてない、学校に行きたくないと訴えて、自ら精神科の外来を受診した。ちょっとした友達とのトラブルをきっかけに、何に対しても意欲を失ってしまい、学校を休みがちとなり、軽いうつ状態に陥ってしまっていた。親にはただ怠けているだけだと苦しい胸のうちを理解してもらえず、先生方からはもっと頑張れと叱咤激励され、にぎやかな友達との会話に加わることも友達に悩みごとを相談することもできず、彼女は**自分自身と自分の居場所**を見失っていた。彼女は学校のこと、友達のこと、家族のことなど、今まで誰にも言えなかったあるいは聞いてもらえなかった自分の気持ちを病院に来て少しずつ吐き出していく中で、明るい本来の自分を取り戻していった。冒頭の診察の日、彼女は、もし何も考えずにただ学校へ通っていたらきっと見過ごしていたであろう青空を、悩み、自分と向き合う中で発見することができたのだろう。この日の彼女はすごく晴れ晴れとした表情をし、久しぶりの笑顔を見せた。その後、彼女は学校の保健室の先生など診察室以外にも相談する場を広げ、部活動にも積極的に参加し、今まで窮屈でしかなかった学校生活の中に自分なりの居場所を見つけ出していった。「将来大学に行って、興味のある分野の勉強をしたいから」と苦手な勉強にも取り組むようにもなった。初診から数ヶ月間後、「自分一人でも大丈夫」と笑って学校に戻っていった。その数ヶ月間で、彼女は自分の心の中にもきれいな青空が広がっていることに気がついたのかもしれない。

彼女の言葉から、その日一日中外来診療に追われて、青空どころか窓の方向にさえ目を向けていない私自身に気がついた。たまには彼女のように**空を見上げる余**

裕を持つことも大切なだと彼女に教えられたような気がした。はたして今の私は、自分の心の中に青空を見つけることができるのであろうかと自問してみた。

最近、**自分自身がわからない、友達と付き合う方法がわからない、何のために学校にきているのかわからない、将来何をしたらいいのかわからない**と悩んで保健管理センターに来る学生さんが多くなっているように思う。ちょっとしたきっかけで自分の目標を、あるいは自分自身や自分の居場所を見失ってしまうということは、珍しいことではないのかもしれない。時間に追われるような毎日の中で、自分を見失わず、また周りに流されることなく生活していくのは結構難しいことなのかもしれないと思う。そういう行き詰まった時や目標を見失った時には、彼女が空を見上げたようにちょっと立ち止まり、周りを見まわして自分の位置を確認してみることも必要であるように思う。また一人だけで考え込まず、周りの誰かに自分の気持ちを話すことも大切だろう。

自分の目標は自分で見つけるしかない。でも、そのきっかけを作る手伝いが少しでもできれば、病院の診察室や保健管理センターのカウンセリングルームが**心の中の青空を発見する場**、そして実際の生活を送る上で**必要なエネルギーを獲得する場**となれば良いと思いつつながら、日々診察を続けている。

保健管理センター【五十嵐地区】

Tel.025-262-6243 Fax.025-262-7517

旭町分室【旭町地区】

Tel.025-227-2040 Fax.025-227-0748

利用時間 / 8:30 ~ 17:00(土・日曜、休日は除く)

こちら就職部

就職相談事務室から

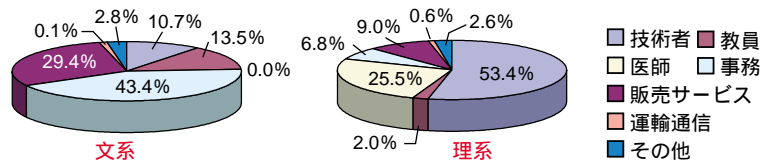
近年の厳しい雇用情勢のなか、新潟大学の就職率は、みなさんの先輩たちの健闘により、アップしています。また来春卒業を迎える、現4年生の方からも就職相談事務室へ内々定獲得の報告がたくさん寄せられています。

大学卒業後のキャリアについて考え始めた1、2年生の方も、就職活動を間近に控え、業界研究をしている3年生の方も、一度就職相談事務室へ足を運んでみてください。きっと有力なヒントが得られるはずです。

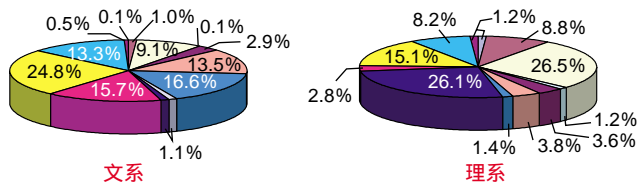
平成13年度就職関係データについて

職業別就職状況（学部）

	技術者	教員	医師	事務	販売サービス	運輸通信	その他	合計
文系	84	106	0	340	230	1	22	783
理系	266	10	127	34	45	3	13	498



	農林漁業	建設業	製造業	電気ガス水道	運輸通信	卸売小売	金融保険	不動産業	医療保険	教育	サービス	公務員	その他	合計
文系	1	8	71	1	23	106	130	9	9	123	194	104	4	783
理系	6	44	132	6	18	19	7	0	130	14	75	41	6	498



- 農林漁業 ■ 建設業 □ 製造業
- 電気ガス水道業 ■ 運輸通信業
- 卸売小売業 ■ 金融保険業
- 不動産業 ■ 医療保険業 ■ 教育
- サービス業 ■ 公務員 ■ その他

就職関係メールの配信について

就職部では、学生のみなさんに、就職関係情報（求人情報、ガイダンス日程、会社説明会日程等）を総合情報処理センターから学生向けに配布されているメールアドレスに配信しております。

インターネットや求人票では、掲載されない重要な情報ばかりですので、必ず目を通してください。

学生用電子メールの利用法

今年度より、総合情報処理センターから配付される電子メールアドレスを学生全員が利用できるようになりました。パソコンのある場所なら、どこでも利用が可能です。

1. 総合情報処理センターのHP (<http://www.cc.niigata-u.ac.jp/>) を開く
2. [学生向けサービス] をクリック
3. ユーザー認証。ユーザー名とパスワードを入力してください。（学務事務システムと共通のアカウントです。）

進路が決定した4年生のみなさんへのお願い

平成16年3月卒業予定の皆さんは、卒業後の進路が決定次第、進路内定届を所属する学部の学務係へ提出してください。就職先が内定した時、また大学院、専門学校への進学が決定した時のほか、その他の道に進む場合でも提出は必要です。

みなさんから、提出された内定届は文部科学省や厚生労働省を始めとする各種調査に対する報告の基礎データとなるばかりでなく、就職活動体験記も含めて提出していただくことによって、後輩の就職指導の参考等になるため、本学として正確に把握しておくためのものです。

就職部就職相談事務室

TEL : 025-262-6531、6087 FAX : 025-262-7516
 Email : shushoku@adm.niigata-u.ac.jp
 利用時間 9:00 ~ 17:00 (土日、休日は除く)