

# 農学部学習相談室（ピアサポート） 学生サポーターの体験談 ～第1号～

GWも終わり、本格的に大学生活がスタートしましたね。  
なにかと忙しい大学生活ですが、ちょっとした工夫で「時間の使い方」が  
上手になりそうです。ぜひ参考にしてください。  
詳しく知りたい方は、ぜひ学習相談室にお越しください！！

## 日常生活の過ごし方・時間の使い方について ～サポーターさんたちは、こんな風に過ごしています～

### たし算の毎日

入学当初、周りは優秀で楽しそうに見える一方、自分は今以上にできないことばかりで、独りもがき苦しんだ経験があります。この経験から以下の考えに至りました。  
はじめから最短ルートで辿り着くことは効率的です。しかし、一見ムダに思える時間を積み重ね、たくさん失敗するなかで知識を会得し感性が育まれます。気の合う仲間と出会うこともあるでしょう。結果はどうあれ、とりあえずやってみることが財産になります。ただし、無理を重ねることは禁物です。最近、同期に「1年生の頃から悩みなんでなさそう」と言われました。どうやら自分の目に映るものが「ほんとう」とは限らないようです。ぜひ、今日という一日を大切にしてください。（応用生物科学科 2年）

### できるものからやっていく

授業や授業の課題、サークル、バイト、遊び、その他家でやることなど、大学生はやることがたくさんあります。中にはやることの多さから何から手をつけて良いかわからず、何もできなくなってしまう人もいます。自分もその一人でしたが、「**×切を把握して、それだけは守る**」ことを意識して、好きなものやできそうなものから片づけていくことでどうにかなってきています。やらなければならないものの中にも、楽しくできるものとやるのが苦痛のものがあると思います。もちろん、**×切**は守らなくてはなりません。楽しいものから先に済ませてつらいものは時間をかけて少しずつ進めることで、なんとかやっていけるのでぜひ試してみてください！（生物生産科学コース M1）

### 緊急度の高さで順位をつける

まず、獣医学科は1年生から4年生にかけて、忙しさと難しさが右肩上がりに増していきます。そのため、1・2年生のうちには部活やバイト、自分の好きなものを見つけることに時間を割くことを強く勧めます。意外とここで作った人脈や経験は、人生の支えや道標になることがあります。テスト前には部活をお休みして2週間前からテスト勉強を始めていましたが、それでも単位を落としたことがないので大丈夫です。

課題やテスト勉強に関しては、緊急度と重要度で考えてみるとよいと思います。緊急度が高い順に、手のつけやすいものから片づけてしまうことで焦りを減らすことができます。重要度が高いけれど緊急度は低いもの（2週間くらい猶予のあるもの）は、名前やフォーマットなど少しでも手をつけておくと「始めるときの腰の重さ」を無くすことができるので個人的にはオススメです。まずは課題を洗い出してリストアップすることから始めてみるとよいと思います。（共同獣医学科 5年）

### やりたいことの優先順位をつけてみよう

授業、サークル、バイト...高校の時よりも自由度が高いです。外部の活動やインターンも含めれば様々な機会があって、挑戦できることが増えてきます。私は1-3年の時、やりたいことの優先順位をつけることやスケジュールを組むことを、中途半端にしていたので、慌ただしいけどどこか満足できない日々が多かったように感じました。

予定の詰め方、ゆとりの持ち方は人によって大きく変わりますが、自分に合ったスケジュールの組み方を試行錯誤していくと、やりたいことをまっとうできたかもしれないと感じています。また試行錯誤している段階の時は、やりたいことを全てこなすのにハードルを感じやすいので、その中で特に優先したいこと、また優先することの基準を決めておけば、もっと充実した大学生活にできたかなと感じています。自由な分、様々なことに挑戦・見聞を広げることができる期間なので、是非大切にしてください！（自然環境資源コース M1）

### 1-2年の単位が礎になる

私は現在学部4年で、入学した時からコロナ禍でした。そのため、コロナ禍が落ち着いてきた今とは講義の実施方法等も異なると考えられるため、ここでは少しプラクティカルな話、1-2年次に単位をたくさんとってよかったなという話をしたいと思います。

1-2年次は必修が多く、1年生や2年生の中には講義が多いなと感じる方もいらっしゃるかもしれません。必修のため、落とすことができないとプレッシャーを感じる方もいらっしゃるかもしれません。しかしながら、それらの困難をなんとか頑張って乗り越えると3-4年次では、講義の選び方次第では相当負担を軽減することができます。特に、3年次には就職活動が本格化しますし、インターンシップも始まります。インターンシップは、平日開催する場合が多く、夏休みのような長期休暇以外では、講義と重なることも珍しくはないと思われます。しかしながら、1-2年次に単位を取っておくと、これらの就職活動にも本格的に参加することができますし、それ以外の自分の好きなことのために時間を割くことができます。もちろん、必修は卒業までに履修すればよいので、そこはお任せとなりますけれども。

(地域生態システム学科 4年)

### 息抜きのある日々を

入学からはや1か月、新しい生活になれたでしょうか？大学生になって、一人暮らしを始めたり、長い通学時間があったり、サークルやバイトで遅くまで活動していたりと、今までの生活とは異なるサイクルになり、心も体もお疲れかもしれません。ゴールデンウィークも終わり、梅雨と中間テストも段々と近づき…と憂鬱な気持ちを抱える方もいるのではないのでしょうか。しっかり勉強して、課外活動も全力で取り組む！ことも大切ですが、時には息抜きも必要です。暖かく（日によっては暑く!？）なってきたので、キャンパス内の日の当たる場所でお昼を食べ、ゆっくりするのも良いかもしれませんね。真面目なアドバイスは他の方がしているのので、のんびりしたお話をしてみました。

(地球社会学コース M1)

## 今後の学習相談室の開室について

皆さんの先輩が、自らの経験を踏まえて学業上の様々な相談にのります  
**予約不要です。直接おいでください。**

- 大学生活のこと**：日常生活の過ごし方、サークルやアルバイト、など
- 勉強方法のこと**：物理学、数学、その他の科目の勉強方法対策、など
- 履修登録のこと**：履修計画、学生サポーターによる授業の感想、など
- 研究室のこと**：研究室の選び方、研究の進め方、など
- 進路のこと**：院進学、就活、など

#### ～6月の開室日～

6月7日 (水)	12:00-14:00
6月14日 (水)	12:00-14:00
6月21日 (水)	12:00-14:00
6月28日 (水)	12:00-14:00

#### ～7月の開室日～

7月 5日 (水)	12:00-14:00
7月 12日 (水)	12:00-14:00
7月 19日 (水)	12:00-14:00

**場所：本館2階 22番教室**



★メール／オンライン相談も受付中です！★

メールかGoogleフォーム（左のQRコード）からお申込みください。shugakushien@m2.tuat.ac.jp

※オンライン相談（ZOOM）は開室日に実施します。

