るためにも、私たちの揺るぎない戦争を「NO」という声が大切になると強く思いました。私は絶対に戦争に反対です。

私たちは戦争を経験したことがないので、実際不安に感じていない人も多いと思います。北朝鮮がアメリカや日本などに対し、敵意を表し、核をもって戦争へ向かおうとしています。人々は一体何を求めているのだろうかと講義内での問いかけがありましたが、私はそれを「個々の平和」だと考えます。人々は平和を求めることによって欲望が生じ、互いに争い合うと考えたからです。また、人間はそういう生き物であり、歴史的に同じことをくり返しているだけだと思います。皆、それぞれの中には意思があり、世界中の人々が違う考えをもっているわけですから、全てが思い通りにいくわけにはいきません。ここでは互いに尊重し合うことが大切だと思います。自分の言動に責任をもち、社会に出ていく必要があると私は思います。

食品開発のための健康とおいしさの科学

宮城大学 食産業学群　毛利　哲先生

野木　沙織（2324）

自分はコーラやサイダーなどのジュースが本当に大好きで、しばしば飲んでしまうことが多かったのですが、五〇〇mlのペットボトルにあれだけの量の糖質がふくまれているのかと思うととても怖くなってきました。食べ物を科学を通して学ぶことができて、とても楽しかったし、今後の栄養バランスを見直すきっかけになりました。

食には元気（health）、こころ（hospitality）、喜び（smile）、いのち（life）、この四つの大切なことを得られる深いものであると感じました。私はバレエをやっている上で常にダイエットのことを考えたり、調べたりしているため、ある程度の知識はあると思っていましたが、今回の講義を受けて、初めて知ることがたくさんあったので、もっともっと食について知りたいという欲が出てきました。私は食べることが何よりも好きなので、ダイエット中どうしてもお腹が減った時は、よくSOYJOYを食べていました。カロリーもさほど高くなく、タンパク質も含まれているから平気だろうと思っていましたが、今日SOYJOYにこんなに脂質や糖類が多いと知って驚きました。たまに食べるのは良いと思いますが、やはり売っているお菓子はダイエット中はやめておこうと思いました。味の認識は色や香りによって影響を受けるということは、前から知ってはいましたが、こんなにも多くの人が影響を受けるとは思いませんでした。今回・ろ・は・すで実際に試してみたところ、鼻をつまんで飲んでみたら全く何の味か分からず、驚きました。香料や着色料、ラベルの力はすごいなと感心しました。今回の講義はとてもためになり、とても面白く楽しかったです。もしまた機会があったらこの分野の講座を受けてみたいと思います。

鈴木　果南（3216）

今回、私が受けたこの講義は、食品開発についての内容で、以前に他の栄養系の大学で受けたことがありました。ですが、元々栄養系の大学ではないのに、似た内容の講座だったので、農業や食産業でも学べるんだ、ということや、宮城大学の食産業学群は食産業に関する日本で唯一の学類であると知り、栄養や食物学に対する私の視野を広げることができました。毛利先生も、大学をよく説明してくださり、宮城大学や食産業の学問について興味がわきました。この講座では、主に食品の機能について学びました。初めて聞いた「PFCバランス」とは、三大栄養素のタンパク質、脂質、炭水化物の理想的な比率のことで、一五：二五：六〇ということでした。gに換算すると一七：三：七〇なのですが、みたらし団子で見てみると、一・五：〇・二：三〇・五で脂質が足りず炭水化物が多い。バランスがとれていると思いがちな栄養補助食品は、カロリーメイトが一一：三一：五八、SOYJOYが一九：三四：四七と、ビタミンやミネラルの補給にほぼぐれているものの、PFCバランスは悪く、食事の代わりにはならないのだということが分かりました。また、炭水化物は糖質＋食物繊維なのですが、ほぼ糖質がその大体を占めていて、食品の成分表で見ると、コーラが糖質五六・五g、ポテトチップスが四二・一gと、ふつう砂糖で考えたら食べれないような量が含まれていることがわかり、とても驚きました。おやつでこれらを食べて、また三食の食事で白米などの炭水化物を摂取したら、PFCバランスは絶対に崩れてしまうなと思います。CMで流れていた、「おしいものは、脂肪と糖でできている。」というのも本当だと改めて感じました。バランスの悪い食事・塩分、脂質のとりすぎは、生活習慣病につながってしまいます。日本人の死因の約半数が生活習慣病が原因で、他にも糖尿病や高血圧などの病気も、生活習慣病が原因で起こる病気です。日本のような先進国では、食べ過ぎから生活習慣病になりやすくなりますが、世界中には食べられずに飢餓に苦しむ人々が多くいて、六人に一人が飢餓状態にあります。そのような人たちには、タンパク質、脂質、炭水化物が必要になります。私たちが食べ過ぎてしまうほどある食品は、飢餓で苦しむ人が必要なのにないものだと思うと、日本は恵まれている国なんだなと感じます。それに、その食べ過ぎてしまう食品を苦しむ人たちに届けたいとも思いました。今回の講義を聞き、やはりもっと食育に力を入れていくべきだと感じました。他にも、「おいしさ」の要素について学びました。「おいしさ」は、人間の五感を使って感じるということを再確認しました。

教員の仕事とは何か

宮城教育大学 教育学部　鈴木　洋先生

田中　汐音（2018）

昔、自分は「将来学校の先生になりたい。」と思っていましたが、今は「安定した職に就いて親を安心させたいから。」という思いで教師という仕事を目指すようになりました。ですが、今回の講義を受けて少し考え方が変わり、教師の仕事の魅力を再発見できました。以前私は、家族に「教育学部がある国公立の大学に行って教師になりたい。」という話をしたら、勉強面でのダメ出しは勿論「性格上向いていないんじゃない？」という事を言われました。自分はそれを言われてから少し考え直して「向いていないのかな」とためらってしまったのですが、それを改善していけば全く問題は無いし、その姿勢が大切という事の重要さを学びました。これからは自分の性格面での欠点を無くす（減らす）べく自分にしっかり向き合ったり、反対に自分の長所を更に伸ばして磨いていけるように努力していこうと思ったし、学校生活の中でも意識しようと思いました。自分がいちばん行きたい！と思っている志望校は別の大学ですが、今回の講義で宮城教育大学は自分の志望している〝教員養成〟に特化していて、多様な教員免許の取得が可能という所を聞いて、とても興味が湧きました。また、現代の教育現場ならではの課題（障がいのある子供の問題だったり、自然災害による被害防止策や教育）に対応した学科やカリキュラムが豊富でしっかり整備されているし、他の大学とは異なる〝単科大学〟という特性を生かして多くの実践的な学習ができる所がとても魅力的だと思いました。自分もあと受験まで一年半は切っているので、自分が行きたい！と思う大学をじっくり考えつつ早めに決めて受験に備えたいと思いました。

また、どこの大学でも同じだと思いますが、「豊かな人間性を重視」という点が初めの方でも出ましたが、欠けているので、クラスメイトや他のクラスの生徒、更には他校の生徒とのコミュニケーションを大切に、交流を深めていくために、校内外の活動に積極的に参加しようと思いました。資料の中に、教師は子供たちの成長を間近で感じられる楽しさやりがいがある魅力的な仕事」とありました。自分は人見知りで仲の良い人だけと交流しがちですが、教師という仕事は幅広い性格、層の人たちと接しなければいけない仕事なので、そこを改善しなければ、自分がもし将来夢を叶えて教師になったとしても、やりがいは薄いままなんだろうな、と思いました。また、最後に先生がおっしゃっていた、「教師は、教え子との繋がりが一生続く仕事」という事を聞いて、少し感動しました。鈴木先生は「自分は話し方だったり子供たちの心を掴むのが下手だ」とおっしゃっていましたが、それでも今でも交流が続いているのは先生が良い先生で、生徒から慕われている証拠だと思います。「だが教えるだけ」ではなく、鈴木先生のような「一生懸命で尊敬される」ような熱心な先生に私もなりたい！と強く思いました。ただ、ひたむきだけれど教え方が下手、のようになるのではなく、勉強面でも性格面でも頑張っているね、と言われるくらいを目標にしようと思いました。

そして、今回は「いじめ」についても触れてくださり、自分も将来教師になったら避けて通れないかもしれない壁なんだな、と思いました。ビデオを見て、対応の難しさは勿論、双方の立場になって考えることだったり、じっくり時間をかけて取り組むべき課題であることが分かったし、学校も人間関係と一緒で、一人ではなく複数で解決すべきという重要性が分かりました。本当に今回の講義は参考になりました。ありがとうございました。

渡邊　一穂（3138）

私は、以前から教育者になりたいという目標はありましたが、教員と聞くと、どこか堅苦しいイメージがありました。それに、中学校の先生で自分がしたいことは、子供たちに分かりやすい英語の授業を楽しく教えることでした。しかし、今回の講義を受けて、〝いじめ〟や〝不登校〟の生徒の対応も教員の仕事であるということにも気づかされ、また子供たちの豊かな人間性を養っていくことが教員としての最大の使命であると気づきました。それに加えて、教員になるということに関して必要とされる力がたくさんあって、できることが多ければ多いほど役に立てる教員になれるということに気づかされました。私が目指しているのは、中学校英語教諭ですが、教別支援教育についても大学で学んでおけば、幅広く対応ができる有能な先生になることができます。さらに、生徒指導を学ぶことは教員として欠かせないことです。〝いじめ問題〟をうまく解決していくことのできる教員になるために、どのように生徒を指導し、納得させるかということが非常に大切です。私は、英語力に富んだだけでなく、生徒の心の状態を理解し、納得のいくまで生徒と一緒に考え、柔軟性のある考え方ができ、生徒のためなら努力をおしまない英語教員になりたいです。

今回の講義で、教育に対する様々な考え方を知りました。今では、様々な職種の人々と協力し合うチーム型の教育が行われています。先生一人にのしかかる負担を分配していくことで先生が一人で苦しまずに教育をしていけるというすばらしい制度が構築されています。このことから、私は他の分野のことをあらゆる専門家の協力をうけて指導していくというバランスのとれた教育を子供たちにほどこしていきたいと思いました。

また、中学校の先生は、義務教育の大きな役割として、すべての国民に一定水準以上の教育を保障し、格差の拡大や階層化の進行を防ぐというような役割もあるということを知りました。また、子供の人格形成に大きく影響するということから、かなり重要な仕事であることが分かりました。子供たちをうまく指導していくためには、まず教員自身の豊かな人間性と柔軟性が求められるはずです。だから、大学での学びを通してこれらを学んでいきたいと思いました。また、最近の学校問題についても、もっと知りたいと思いました。

病態生理と子どもの発熱時の看護

福島県立医科大学 看護学部　鈴木　学爾先生

遠藤　真衣（2506）

私は今日の講義を受けて、今まで以上に看護に興味がわきました。看護とは、あらゆる場であらゆる年代の個人および家族、集団、コミュニティを対象に、対象がどのような状態であっても、独自にまたは他と協働して行われるケアの総体のことです。

私は小さいころから看護学部に進学しようと考えていたので、調べたりしてきましたが、さまざまな方法から看護師国家資格や保健師国家資格がとれることを知り、知識の幅が広がった気がしました。

今日の講義では主に、子どもの身体的特徴や子どもの発熱時の看護を学びました。人の体温には、「セットポイント」というのがあり、発熱時におこる悪寒やふるえ、解熱時の発汗のことを言います。解熱剤の使い方の指導も頭に残りやすかったです。それは、細菌やウイルスが体内に入ってきたときに、三七℃以上で死滅します。だから、体温を上げることで菌を殺して病気を治そうとする正常な反応が体内で起こります。よって、解熱剤を使用してしまうと一時的に熱が下がり、細菌やウイルスを死滅させにくい環境を作ってしまい、逆効果になってしまいます。そのようなことを詳しく教えてくださって、とても勉強になりました。

また、冷却ジェルシートについても教えてくださいました。冷却ジェルシートは決して熱を下げて病気を治すものではないということです。冷却ジェルシートは体調が悪い人に気分緩和を目的に使用するものです。しかし、ただ額に貼るのではなく、首、わきの下、足の付け根などを冷やすことで気分緩和をすることができます。間違った使い方をしないように指導し、正しい使い方を教えていくのも看護師の役目だということです。

看護師の仕事とは、治療だけでなく、その治療が効果的に行われるように生活上の支援を行うことです。鈴木先生がおっしゃっていた、「看護師をやっていて良かったと思えたこと」を聞いていたら、医師には無くて看護師にしかあまりできない、患者さんとの会話から、生活を改善し患者を助けるという話をしていただいて、さらに看護学を学びたいと思うようになりました。看護職になるために、病気のこと、生活のこと、人間のこと、社会のことなどの沢山の知識が必要です。これから、患者さんと会話するために必要なコミュニケーション能力、患者さんや他人への配慮など、今から将来のためにできることはたくさんあると思います。しっかり考えて、意識した行動ができるようにしたいと思います。目標に向かってしっかり勉強していきたいです。

最後に、看護学について深いところまで説明していただいてありがとうございました。看護学について、とても理解することができました。これからもがんばりたいと思います。

芳賀　彩香（3031）

今回の講義を受けて、看護職というものは人の健康に携わるとても責任のある仕事であると改めて感じた。私は将来保健師の仕事に就きたいと思っているが、大学によっては看護学部でも看護師の資格しか取れない所や人数制限がある所もあるので、再度、大学について詳しく調べ直す必要があると思った。また、保健師は現在、保育所や従業員が千人以上いる企業にも勤めていることを聞き、地域の保健所だけでなく、広範囲にわたって活躍している事実を聴き驚いた。

また、講義の中で発熱について学んだ。子どもは体温調節機能が未熟であり、汗をかく機能も未熟で、かつ皮下脂肪が少ないなどの理由によって、子どもの体温は変化しやすくなる。これらの要因により、子どもは大人に比べて発熱が多いと言える。しかし、生まれたばかりの赤ん坊や幼児は、平熱で三六・七～三七・五℃もある。これを両親は、熱が出たと勘違いして、病院にかけつけることも多々あるそうだ。子育てのうえで、子どもについての一般常識程度のことは、必ず頭に入れておきたい。

それに加えて、解熱剤や熱さまシートなどの使い方の知識も必要だ。解熱剤は一時的に症状を軽減する薬であり、病気そのものを治療する薬ではない。一度薬を飲んで熱が下がったからといって、完全に治ったというわけではない。また子どもが使用できる解熱剤の種類は二種類であり、大人が使用している他の物を与えると、インフルエンザ脳炎になる可能性が増す。これらの結果、幼児が解熱剤を使用するのは避けた方が良いだろう。熱さまシートは、ネーミング通り、熱をさまして体温も低下させることができると思われがちだが、実はそうではない。確かに使用すると冷たくて気持ちが良いと感じる。体温を低下させるには冷やす方が良いと思われがちだが、実際のところ体を暖かく保つことが重要であるのだ。熱さまシートを使用してはいけないということではないが、一様に体温を低下させるわけではないことを知識として覚えておきたい。また、福島県立医科大の魅力についてもお話をいただいた。施設に関しては、県内唯一の五〇mの室内プールがあること、キャンパス内に広大な図書館があり、調べ物をする際、とても役に立つということだ。また授業ではグループワークが多く、主体的に学べるということだ。このことは看護師において重要な自分で考え、自分で行動する能力を育成できるのだ。また看護師は患者さんの看病をするのだから、自己管理ができていなければ話にならない。今の自分は、まだできていると言いきれないので、自立できるよう心がけることから始めたい。今回の講座に出席して看護職や大学の情報などのお話を受けて、第一志望に合格したい、保健師になりたいという意欲が増した。残りの日数、全力で学業に精進していきたい。

どうしたら英語が得意になる？

山形大学 地域教育文化学部　金子　淳先生

加藤　未来（2306）

この講義を受けて、英語ができないのではなく、英語に触れる回数が少ないだけなんだと思いました。日本人は英語が不得意だと言われている理由は三つありました。一つ目は、日本語と英語の距離についてです。文法が全く違うので学習するのが難しいそうです。二つ目は、動機づけの問題です。英語を使う機会がほとんどないので、英語を学習しようという気になれない人が多いそうです。三つ目は、学習法の問題です。文法ばかりを学習していて、実践的なことが少ないそうです。この三つの理由は、当てはまることが多いと感じました。しかし、この三つを解決するためにいくつかの方法がありました。インプット仮説と自動化理論というものです。インプット仮説とはたくさんの英語をリスニング、リーディングをして身に付けていくというものです。自動化理論とは、意識して行っている学習を何度も繰り返すことにより、自動化されるというものです。ここで私は、何度も繰り返すことが大切なんだと実感することができました。日本人は英語ができないと言われていますが、この二つの方法を実践することによって、英語ができるようになるのかもしれないと思いました。私もたくさんの英語に触れて、英語を話せるようになりたいと思いました。そして、日常生活に生かしていきたいと思います。

私が先生のお話で印象に残ったことは三つあります。一つ目は、大学で学ぶことは今まで学んできたこととは違うということです。小学校、中学校、高校では、祖先が発見してきた答えのあることについて学びます。しかし、大学では答えのない問題を自分で発見するということになります。大学で答えのないことを探すのはとても興味深いことですが、基礎ができていないと答えを探すことはできません。ですので、今のうちに基礎を定着させていきたいと思いました。二つ目は、夢や目標を持つということです。夢や目標があれば、たとえ困難なことがあっても乗り越えられるとおっしゃっていたので、夢や目標と強い意志を持ちたいと思いました。三つ目は、向き不向きは関係ないということです。向いている人は、すぐにできてしまうから努力をしません。でも、向いていない人はできないから努力をします。このお話を聞いて、向き不向きではなく、努力次第だということが分かりました。私は、継続するということが苦手ですが、できることから始めていきたいと思いました。

今回のお話を聞いて、英語はスポーツと似ているということが分かりました。コツをつかむまでは大変ですが、コツをつかんだらできるようになるので、繰り返し英語に触れていきたいと思います。

水野　杏香（3435）

初めに私たちと同じ高校生「美咲さん」のシチュエーションがわかりやすかった。私自身も修学旅行で話しかけられた時に、とまどい、英語が出来る友達が助けてくれたのを憶えている。私も美咲さんと同じく「英語が話せるようになったらいいな」という思いが重なり、講義が素直に心に入っていった。日本人はなぜ英語ができないのか？という理由が三つあった。一つ目は日本語と英語の言語的な構造がかけ離れていることだ。だが、夏目漱石や福沢諭吉などはこのハンデがあるにもかかわらず、英語を勉強していったのは改めてすごいと感じた。世界で日本語の難しさは五本指に入ると言われていることもあり、英語は日本語よりも簡単で、出来ないのがおかしいのではないかと自分にプレッシャーをかけていた。だが、今回の講義を聞いて、日本人がいかに英語を学ぶのが難しいのかがわかった。少し安心できたが、受験で使うとなると避けることもできない。そんな時に「英語の効果的な学習法」が紹介された。この構成は見てる側の心に寄り沿っていて感動した。素晴らしい。二つ目が動機づけであり、好きなことを学ぶには「英語」を学ぶしかないと思った。私は芸術が好きなので、昔の画家の生い立ちや技法は外国に多いと感じ、上手く結びつけられないかと考えた。もっと芸術を知るにはもっと英語を知らなければ、勉強するきっかけには十分だと感じた。三つ目は学習法だ。適切な学習法を身につけていて、外国語学習に成功する学習者には五つのポイントがあり、①若い②母語が学習対象言語に似ている③外国語学習適性が高い（向き不向き）④動機づけが強い⑤学習法が効果的だということだ。その中でも④動機づけと⑤効果的な学習法が英語ができるようになるポイントだ。動機づけでは、質疑応答で出たキャビンアテンダントの話に興味をもった。彼女は最初からずっとキャビンアテンダントになりたくて、誰よりも強い想いがあった。それが英語への学習意欲につながったという。効果的な学習法は目標や目的で効果が変わるので難しいことがわかった。ペリー来航時は英語書物を日本語訳する力が必要で「英文を和訳する」というのが昔の学習法だ。それに対して今はグローバル化が進みビジネスにつながる力が必要とされる。アメリカでもオーディオリンガル教授法が生まれ、日本にも伝わったが形式だけを学習するため、よりよい学習とは言われなかった。これからは「コミュニカティブアプローチ」という伝達中心の教授法が必要になる。これは日常生活で必然性をもった意味のある語を学ぶ、つまり、赤ちゃんのように自然と学べる方法だ。これは私もやりたいと思った。第二言語習得論は自然な感じで憶えていく、データをもとに調べるというものだった。ここでスポーツは科学的に練習していくことから、英語のくり返し勉強することに何か似ているものを感じた。英語はスポーツという言葉に最初は違和感を覚えたが、なるほどと思った。また、インプット仮説というリスニングやリーディングをたくさんやることや、自動化理論という意識的に続けてやることで無意識的にスキルが上がることを学びとてもためになった。毎日少しでも勉強することの意味がわかった。英語を勉強だととらわれずに、スポーツのように練習していきたいと思う。英語に対しての見方が変わった。この講義はとても自分のためになった。素晴らしい講義をありがとうございました。