



自分らしく



保健管理センター工学部分室
保健師 野崎篤子

人は誰しも評価をされたり、評価を気にしたりといった環境に立たされることがあると思います。その時、評価が自信となり飛躍へと結びつく場合はいいのですが、評価されることが負担となり苦痛となった時はどうしたらいいのでしょうか。そんな時は、捉え方を少しだけ変えてみてください。評価の上に成り立った自分だけでなく、『自分らしく生きる』、『自分自身を見失わないように生きる』、こういった進み方や捉え方もあるのだと。

とはいえ、捉え方の変換は難しいことです。自分らしく生きるために、時には流れに逆らったり、立ち止まったりする必要があるかもしれません。自分自身の中で、何かあきらめた気持ちになるかもしれません。ですが、自分らしく生きるということは決して妥協するということではなく、自分に自信を持ち、自分の夢と目標に向かって進むこと、それが自分らしく生きるということだと私は思います。

巷で「右から左へ受け流す…」このような言葉を耳にしますが（なんでもかんでも受け流すのは個人的にはいかなものかと思いますが）自分らしく生きる為に、たまにはこんな風に肩の力を抜けたらいいなあと思います。

最近、世間では様々な個性ある人が活躍しています。宮崎県知事や大阪府知事、経歴も職歴も異なる人達ですが、それぞれ県民・府民のために活躍されています。共通するのは己の志をしっかりと持って、自分らしく生きている、そのように感じます。

皆さんが香川大学での学生生活で得た知識や経験は素晴らしい物です。自信を持ち、夢や目標に向かって自分らしく進んでいてくれることを願っています。

社会で、あるいは進学される大学院で大活躍されることをこころより応援しています。

新任教員自己紹介

①所属学部・職名・氏名
医学部精神看護学 助教
栗原 琴乃(くりはら このの)

②担当授業科目
精神看護学

③研究分野
精神看護学

④趣味
読書・家でのおんびりすること

⑤香川大学・香川県の印象など
新しくて広い道が増えた。

⑥学生へ一言
本学を卒業後、精神科を4年、循環器内科も数年経験し1月よりこちらでお世話になっています。

精神看護は自分に向きあって、自分の経験や知識を総動員して看護しなければならないので辛い面もありますが、自分自身を成長させることができる分野です。教員となるのは初めてなので、みなさんと一緒に悩みながら、みなさんがより深い学びを得られるようにお手伝いしたいと思います。

本学の3期生ですので気軽に声をかけてください。

※本年度11月以降に着任された先生をご紹介します。但し、投稿者だけです。

