

自己紹介

- ・ 人文学部 心理学科
- ・ 趣味⇒ラジオ / ダンス / etc . . .
- ・ やってみたいこと⇒バイクで日本一周

一人暮らしの悩み(学内編)

Q

①時間管理が大変・・・/自分でスケジュールを管理しないといけない・・・

②友達作りは1から⇒既にグループとか出来ていると余計に入りづらい・・・

③テストってどんな感じ? どうやって勉強すればいい?

一人暮らしの悩み(学内編)

A

①⇒スマホのカレンダーやリマインダーアプリなどを利用して、自分の予定を分かりやすく、確認できるようにしてみる

②⇒講義中にディスカッションをしたい、話し合いをする機会がくるから、それを利用して話すきっかけを作ってみよう！

③⇒正直先生によって違う・・・/多いのはレポートをCoursepowerで提出するタイプ、もしくは対面でのテスト式(ノート持ち込み可の先生もいるのでノートはとっておいた方がいいかも)

一人暮らしの悩み(生活編)

Q

- ①料理や洗濯などを全て一人でやるのはキツイ・・・
- ②やるべきことが多すぎて疲れる, 燃え尽きてしまう・・・
- ③病院やスーパーはどうやって選んでる？

一人暮らしの悩み(生活編)

A

①人に頼れるやつは頼る！(食事だと、忙しいときは冷凍食品でもいいし、野菜はあらかじめカットされてるやつを買って時短してもいい！<ただし栄養バランスなどは考える・食事はちゃんと取る！>)

②「今必ずしもやる必要はないが、将来のために大切なこと」を基準に日々の予定を立てていく(課題など「やるべきこと」に振り回されていっては精神的にも疲れてしまう/「やりたいこと」を基準にして「やるべきこと」はその間に挟んでいく！)

③近いところ(ネットで調べて評判が載ってるならそれを参考にしてもいいかも！)

一人暮らしの悩み(学外編)

Q

①アルバイトの選び方⇒家からの距離？/業種？/給料？/興味のあること,好きなこと？

②免許は？⇒夏休みなどを利用して短期で取得？Or時間があるときを見つけて長期で取得？

③お金がないけど,いろいろ楽しみたい！どうすればいい？

一人暮らしの悩み(学外編)

A

①アルバイトは自分の「好き」で選びました(①好きなこと②バイト先の制度やシステム、給料など③家からの距離)

②短期で取りました(ただ、おススメはしません……。私は疲れました……。)

③サフスクを利用してみる！⇒学割プランや無料体験期間を設けているものもあります。

一年生に伝えたいこと

- ・学業と遊びや自己投資のバランスに気を付けよう！
- ・学校の設備はとことん利用しよう！（図書館、学生支援課、国際センターなど）
- ・色々なことに挑戦してみよう！（バイトやサークル、イベント、留学、旅 など）