

## 第 621 回：【1 年生向け】大学生活をはじめたらなるべく早くしたいこと (MK)

こんにちは！金曜日担当の MK です。  
今回は今年度初めの LA 通信になるので、主に新入生に向けて、大学生活のはじめにやっておくと良いことについてお話しします♪  
始めに学習のこと、次に私生活（アルバイトやサークル）のことについてお話しします。

そして今回はこれを書くにあたり、図書館にある 2 冊の本を参考にしました。専門家のアドバイスと私の経験で、ドキドキな新生活に少しでもワクワクを増やせますように…！

### 【学習のこと】

まずは、一番堅い話から（笑）。  
実はここが一番「周りとは差がつきやすい」です。というのも、大学では高校の時と違い、①出席していれば OK！②テスト前に指定されたページを繰り返し勉強しておけば試験 OK！…ではないからです。

出席を小テストやコメントペーパーと呼ばれるものでカウントする授業があり、テストの代わりにレポートやプレゼンテーションが設けられている授業もあります。また、教科書がなく先生の資料で授業が進められる場合も多いです。

そのため、コツコツ毎日の授業に集中して挑むことが重要です。

具体的に実践したほうが良いことは例えば以下のことが挙げられます。

- **遅刻や欠席をなるべくしない。** 単位獲得のためだけでなく、大学での授業は複数週にわたって同じトピックについて勉強することがあるので、より効果的に学習を進め

るためにも授業への参加が一番大切です。  
どうしようもないときは先生に外大パスの Q & A で連絡しましょう。補完的な措置をもらえる（資料をデータでもらえる、発表の日をずらしてもらえる等）場合があります。

- **オリジナルのノートをとる。** テスト前に慌てないためにも、3 か月後や 1 年後見返してもわかるノートを作りましょう。大学の授業ではいかに学習した知識をつなげ合わせ、自分なりに考えられるかが非常に大切です。レポートなどで決まった答えがない問いに答える場面もあります。知識の定着のためにノートを書いて頭の中を整理しましょう。

☆もっとレベルアップを目指す人向け☆

- **わからないことは調べたり聞いたりする。** 一見すると簡単なことに思えますが、時間も手間もかかるので意外と実践できる人が少ないです。オフィスアワーを使って先生に直接聞きに行くもよし、さらに図書館で資料を探して読んでみたりするとより専門的な知識を身に着けることができます。

### 【私生活のこと】

おそらく高校時代と一番変わるのが私生活の過ごし方だと思います。平日に自由な時間ができ、色々なアルバイトに挑戦することもできます。筆者もこれまで、飲食店、大阪万博、通訳、神社の巫女など多くの分野でアルバイトの経験をしました。

ここでもいくつかのポイントがあります。

## 第 621 回：【1 年生向け】大学生活をはじめたらなるべく早くしたいこと (MK)

例えば…

- **将来したいことや出会いたい人がいそうな場所を選ぶ。**アルバイトやサークル、課外活動の選択肢は無限大です。ボランティア活動やインターンシップなどでスキルアップを目指すも良いですし、エンタメの仕事に将来就きたいと思っていればエンタメ業界でアルバイトを探してみるのも良いでしょう♪外国語を使うアルバイトも最近はすごく増えているので、よかったら検討してみてください。
- **隙間時間を効率よく使う。**サークルやアルバイトなどでバタバタしていると、まとまった「自分時間」をとるのが難しいことがあるかもしれません。そういう時は隙間時間を上手に使って工夫しましょう。短時間でもニュースや本に触れ、長期休みを使って旅行に行くのも良いですね。就職活動が始まる高学年になる前に、自動車免許や語学の資格を取っておくのもおすすめです。

☆もっとレベルアップを目指す人向け☆

- **食生活に気を配る。**サークルで食事に行ったり、アルバイトで夜が遅くなったりすることもあるでしょう。でもたまには食生活に目を向けて、大事な時でも健康な状態でいれるようにしましょう。運動や料理を通して友達と仲を深められることもあるかもしれません♪

どうでしょうか？

少しでも新生活のヒントになっていたらうれしいです。

学習に関して困ることがあればいつでも LA

に相談してください(^^♪

〈参考〉

大学生活ナビ 第二版 小原芳明監修 玉川大学編 2011 玉川大学出版部

新版 大学生の学習テクニック 森靖雄 2007 大月書店