



12

2025
AUTUMN

サポセン

SEIKEI University
Student Support Center

ときには立ち止まろう

みなさんは「錯視」と呼ばれる現象を知っていますか？同じ大きさの円なのに、周りに小さな円を描いたものと周りに大きな円を描いたものとは、前者の方が大きく見えたり、同じ長さの直線なのに、両端に＜＞を付け加えると前者の方が長く見えたりする現象です。これらは幾何学的錯視と呼ばれるものですが、このほかにも、様々な現象が知られています。

このことは、我々が知覚情報を処理する際に、その情報に補正を加えていることを意味しています。しかしそれは「正常な間違い」であり、我々が3次元世界を正しく理解するためには必要な補正だと考えられます。つまり、情報補正が目立つ場合が「錯視」にすぎず、多かれ少なかれ、我々は普段からこのような補正を行なっているということです。そうしないと、我々は、周囲の人たちが大きくなったり小さくなったりする不思議な世界を生きていることになってしまいます。（実際は、周囲の人たちが近づいたり遠ざかったりしているのですが、そう認識できるのは、大小の関係を遠近の関係に補正しているからです）

このことは、我々がけっして世界を正確に認識しているわけではないことを教えてくれます。我々が見ている世界が世界そのものとは限らない、ということです。

では、我々はどうような形で世界を「補正」しているのでしょうか。文学を研究している立場からすると、対立の構図に注意されます。我々は、世界をこちら側とあちら側とに分けて捉えがちです。そして、いったんこの分割法を受け入れると、あちら側への興味や関心は急速に薄れ、こちら側のことしか目に入らなくなります。そうなると、世界はこちら側（善）とあちら側（悪）の対立として把握されやすく、「悪」が排除されても痛みを感じなく

なります。最近では地上波でやらなくなりましたが、時代劇などの勧善懲悪物がその典型で、いったん「弱者」の側に感情移入してしまうと、彼らを虐げる権力者は悪の権化にしか見えてこず、たとえ結末で命を奪われることがあったとしても、私たちは快哉を叫ぶばかりなのです。

このように読者や視聴者を巧みに操作していくのが文学の力なのですが、そうして見えてくる風景を現実と勘違いしては大変です。

我々がこの対立の構図を受け入れやすいのは、彼らが悪で私たちが善だと仮定すれば、様々な問題が簡単に説明できるからでしょう。しかし、ちょっと待ってください。彼らは本当に排除されるべき存在なのでしょうか。あるいは、私たちには本当に反省すべき点がないのでしょうか。見かけの風景に惑わされてはいけません。おそらく、世界は我々が見ているよりも、もう少し複雑なのだと思います。

たしかに、単純化して世界を捉えることには利点もあります。

しかし、それが補正された世界像にすぎないと知っておくことも重要です。我々は補正なしには世界と向き合えない存在なのです。それは変えられません。だからこそ、自らの補正傾向を知り、ときには立ち止まって、目の前の風景を疑ってみることが必要なのではないのでしょうか。

ジャミロクワイ
Jamiroquai
「Virtual Insanity」

ジェイ・ケイ率いるJamiroquaiによる1996年に発表された1曲。30年近く前のものなのに、その“カッコよさ”・“センスのよさ”は今も変わらず輝くものではないかと思えます！MTV Video Music Awards を4部門で受賞したPVもYoutubeで見れます。温故知新、聴いてください！

リチャード・ガリアーノ
「New York Tango」

表情豊かなアコーディオンの音色、情熱的なメロディ、卓越したテクニック…すべてがかっこよくて、聴きごたえがあります。

『カヴァレリア・
ルスティカーナ』
の間奏曲 (マスカーニ)

何それ？と思う人も絶対どこかで聞いたことのある曲！美しい。

ジルヴェスターコンサート

大晦日にサントリーホールとBunkamura オーチャードホールで行われているクラシック演奏会です。ジルベスターは、ドイツ語で大晦日 (Silvester=聖ジルベスターの日) の意味。サントリーホールの演奏はウィーン・フォルクスオーバー交響楽団です。とても華やか。

東京藝術大学奏楽堂
コンサート

藝大学生さんによる演奏のため、お安い価格で良質な音楽が聴けます。コンサートスケジュールはwebサイトでチェック！

サポセン的

アートの
すすめ

サポセンカウンセラー・
コーディネーターが
おすすめするアートたちを
ご紹介します。

東山魁夷「緑響く(1982)」

(長野県立美術館収蔵)

「東山ブルー」と称される澄んだ色合いや、作品に漂う静寂さに心惹かれます。「道」や「緑響く」の舞台となった場所にも足を運びましたが、実際の風景は作品とは異なる印象を受けました。苦悩を抱えながら歩んだ彼の半生--魁夷がどのような思いを込めて描いたのかを調べてみるのも、絵画鑑賞の醍醐味のひとつです。

熊谷守一「赤蟻」

豊島区立熊谷守一美術館の外壁にも彫り込まれています。晩年は自宅にこもって庭の生き物をひたすら観察し、それらをモチーフにした作品を多く残しました。俗世から離れ、自身の画風を追求し、勲章辞退など名声に無頓着なことから「画壇の仙人」と呼ばれた画家です。

いわさきちひろ

(画家、絵本作家)

日本人なら誰でも一度は目にしたことがあると思う...今にも動き出しそうな、生き生きとした愛らしい子どもの絵を描く画家、絵本作家です。水彩画のタッチもとても優しい。こんな子知ってる！自分もこういう子どもだった！という感覚になって、心の奥がほっこりします。

地中美術館(香川県)

安藤忠雄氏設計の地中に埋まった美術館！その中にはモネ、タレル、デ・マリアの作品。空間そのものがアート。遠いけど一度試してみる価値あります。

角川武蔵野ミュージアム(埼玉県所沢市)

隈研吾氏監修の岩を組み合わせで作られた巨大な岩のような建物も見どころな図書館？美術館？博物館？です。巨大な本棚に囲まれた空間は圧巻、そして楽しい！

サポートスタッフ

カウンセラー

Counselor



いわた あつこ
岩田 淳子

文学部 特別任用教授/公認心理師/臨床心理士 経営学部教授/公認心理師/臨床心理士



はやし じゅんいちろう
林 潤一郎



やまぐち めぐみ
山崎 めぐみ

公認心理師/臨床心理士



みつな が あゆみ
光宗 あゆみ

公認心理師/臨床心理士



おぎわ ら まい
荻田 真衣

公認心理師/臨床心理士



よしむら ゆみ
吉村 由未

公認心理師/臨床心理士



みなむら たらう
峯村 太郎

臨床心理士

学修支援コーディネーター

Coordinator



しろつき たまみ
城月 珠美

公認心理師/臨床心理士/
特別支援教育士



しみず りつこ
清水 理子

公認心理師/臨床心理士



よこたに かずえ
横谷 和江

公認心理師/臨床心理士

精神科医

Psychiatrist



ふくだ しんや
福田 真也
精神科医

相談日 月1回 第4水曜日 10:00~13:00

相談方法 必ず学生サポートセンターに
問い合わせの上、予約してください。

カウンセラー・コーディネーターからのメッセージ

12

Have a break



ユニバーサルデザイン について

障がい学生支援室 横谷和江

皆さんはユニバーサルデザイン(UD)という言葉を知っていますか。UDとは、「調整又は設計を必要とすることなく、最大限可能な範囲ですべての人が使用することのできる製品、環境、計画及びサービスの設計」(文部科学省「障害者の権利に関する条約」より)のことをいいます。つまり、年齢、性別、人種、障害の有無等に関係なく、誰もが利用しやすいデザインの中で、多くの企業や施設、学校で採用されています。

今やさまざまな場所に設置されている自動ドアや階段の手すり、多目的トイレはもちろん、左右どちらが利き手でも使いやすいハサミや、何を示しているのか直感的に分かるピクトグラムなどもあり、多種多様です。私達にとって身近なスマートフォンも言語やフォントの大きさを変更できたり、文字を読み上げる機能がはじめから搭載されていたり、さまざまな人が使うことを念頭に製品が作られています。

こうしてみると、何気なく使っているものがUDだと気づかされることは多いと思います。しかし、建物や製品などがUD化するだけでなく、私達一人ひとりがそれぞれの違いを受け入れ、思いやりを持って生活する「心のユニバーサルデザイン」も大事なことに思います。誰にでも優しいデザインとは、さまざまな人の立場になって考えるということなしには生まれないものです。今の生活に不自由を感じていないと、どうしても他者に無関心になりがちですが、UDを通してこの人にはこんなサポートがあるとよいのではないかと、あの人はこんなことで困っているのではないかと、想像できたらいいと思います。電車やバスで席を譲ったり、エレベーターのボタンを率先して押すといったことも身近にできる立派な心のUDだと思います。

争いの絶えない昨今、人も物も優しさにあふれた世界になるといいなと思う今日この頃です。

**プレゼン・面接でも大丈夫!!
不安や緊張との上手な付き合い方**

2025年10月8日(水) 4限(15:00-16:40)

人前で話すときの不安や緊張とうまく付き合うためのヒントや工夫を、講義とワークで学べます!

講師 富田 望氏 実践女子大学人間社会学部 人間社会学科 バドマ・ヨーガ・アークシム代表、
上智大学アジア文化研究所客員所員 場所 未定 会費 無料

申込 SEIKEI PORTALからお申し込みください

10月

定員
30名

**自分を整える
リラックスとリセットのためのヨーガ**

2025年12月3日(水) 4限(15:00-16:40)

忙しさに疲れた方、ストレスから解放されたい方へ。経験豊富な講師から、気軽に学べるヨーガ体験です。初心者大歓迎!

講師 平野久仁子氏 バドマ・ヨーガ・アークシム代表、
上智大学アジア文化研究所客員所員 場所 大講堂 会費 無料

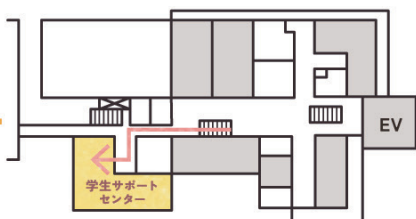
申込 SEIKEI PORTALからお申し込みください

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル ※動きやすい服装(パンツスタイル)でお越しください

12月

定員
50名

大学構内 MAP



学生サポートセンターは1号館2階です

成蹊大学学生サポートセンター

〒180-8633 東京都武蔵野市吉祥寺北町3-3-1

☎ 0422-37-3807 (直通)

☎ 0422-37-3879

<https://www.seikei.ac.jp/university/campuslife/ogcps.html>

