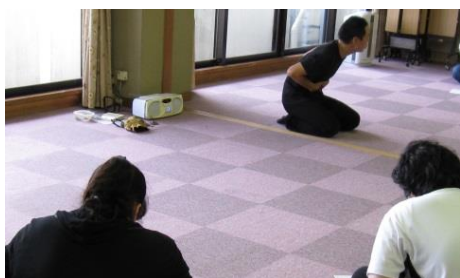


第65回ティーアワーを開催しました！

今年度1回目のティーアワーを6月27日(水)に開催しました。

昨年度に引き続き、大野雄亮先生(ホリスティック気功瞑想研究会主宰)をお招きし、『リラクゼーション-「いま・ここ」の体験に意識を集中させて、五感や心で身体感覚を感じてみよう-』と題し、気功によるリラクゼーションを体験しました。



今回は就職活動中の4回生の参加者が多かったため、気功の考え方に基づいた綺麗な立ち方・座り方を教えていただきました。

実施後の皆さんの感想には、「就職活動の面接などの場面で座り方などが役に立ちそうだった」「就職活動の時に緊張を和らげることに役立つと思った」「誰かの前に立って話さないといけない時、下半身をしっかりさせて、自信を持ってできそうです」という就職活動に役立つという感想だけでなく、

「今後の人生でとても良い参考になりました。何かに行き詰った時に思い出しながら頑張ろうと思いました」「今後生きていく中で、“気”をうまく使いながら生きていきたいなと思いました」と今後の人生に役立つという感想も多くありました。また、「“気”について、とても興味を持ちました。自分でも調べてみたいなと思いました」と気功に興味を持ったという感想もありました。



次回は11/7(水)に「茶の湯を楽しもう」というテーマで

今年度2回目のティーアワーを開催予定です。

約1か月前からHPや学内に掲示するポスターでお知らせします。

皆さんのご参加をお待ちしています！

☆ 「ランチアワー」のお知らせ ☆

今年度より、講義期間中の月曜日昼休みに学生相談室でおこなっています。カウンセラーと一緒に昼ご飯を食べませんか？ お昼ご飯持参でお越しください。

学生相談室 (20号館1階)

月 : 10:00~18:05
火・金 : 10:00~17:00
水 : 9:00~17:30
木 : 10:00~17:00

TEL (0721) 24-1049