

# 榆蔭

【yu-in】

未来の自分も  
デザインする

(左から)  
勘田佳佑さん 澤田遼さん  
坪谷優作さん 武岡君弥さん <法学部2年>

表紙のモデルを募集します!

友達や研究室、部活・サークルの仲間と一緒に北大図書館報「榆蔭」に登場してみませんか?  
申込み・お問い合わせは4ページ目に記載の連絡先まで

2015.1  
No.151

北海道大学附属図書館報

# 未来の自分をデザインする

夢や目標に向かって努力する姿はとても素敵です。でも具体的な将来像が見えず、自分の未来がわからない！  
という人もいます。今回の楡蔭では、自分のこれからをデザインするためのヒントをお届けします。

## その1 自分を知る

### 自分に気づく

就職支援を行っているというイメージのキャリアセンターですが、意外にも利用するのは目指す職業が見つからない人だけではないそうです。ある程度指針を決めている人もいれば、まだ決めかねているという人もいます。そういった学生には「自分に気づいてもらい、自分自身で道を切り開いていけるように」サポートしているそうです。

「やっぱり自分なんですよね。実際に何がしたいのか、どうしていきたいのか。そういうことを自分で考えて選択していかなくてはならない。自分が分からなければ選択できないんです。何に向いているのかは人それぞれですから」

### ツールとしての自己分析

自分を知るきっかけとなるのが自己分析です。就職活動ではよく耳にする単語ですが、幅広く将来の自分を考えていく上で役立つツールのようなのです。

「自己分析とは自分自身の棚卸しです。これまでの自分を振り返り、整理して理解しましょう。特に

- ・自分が何に満足する人間なのか
  - ・どういことをしている時に充実感を得られるのか
  - ・それを満足させてくれる場所とはどこか
- ということを重点的に考えてみてください。これがわ

向かったのは	訪問したのは	教えてくれたのは
<b>キャリアセンター</b> 就職活動中の学生だけでなく、すべての学生を対象にキャリア支援を行っている。場所はクラーク会館1階、開室時間中(平日8:30-18:00)はいつでも対応可能。詳細はWebへ。 <a href="http://cc.academic.hokudai.ac.jp/">http://cc.academic.hokudai.ac.jp/</a>	学生サポーター <b>井上 沙織</b> さん 文学部3年生。就職活動を間近に控え、これからの自分について悩んでいます。そのヒントを掴むため、お話を伺い、レポートします！	キャリアセンター <b>梶 栄治</b> さん 

かっていないと将来を考えることができません。わかっていれば、あとはやりたい自分を実現できる場所を探すというステップに進んでいけます。それが就職だったり進学だったりするわけです」

しかし、自己分析をしても先が見えてこない、やったけど何が違う、という人もいます。自分を間違った見方で捉えてしまうと、色々なことが上手くいかず、自分とは何なのかと悩んでしまう人も多いのだとか。そういう時は一度相談に来てほしいと梶さんは言います。

「自分だけで分析するんじゃなくて、友達や仲間など他者から見た自分もしっかり洗い出して、自分を見据えるのがベストです。キャリアセンターでは学生さんの相談に力を入れていますので、困ったときにはぜひ相談しに来ていただきたいですね」



### 学ぶこと・働くこと・生きること

自分の将来については就職活動や進学を控えた学生だけでなく、1・2年生にも考えてみてもらいたいそう

です。  
「学ぶこと・働くこと・生きていくことってリンクしていると思うんです。学生さんには勉強や部活をとにかく一生懸命やってほしいのですが、少しだけでもいいので自分の将来や何をしたいのかについても考えてもらいたい。それらが混ざり合いながら、いい学生生活を送ってもらえればと思います」

1・2年生には縁遠く思えるキャリアセンターですが、意識の高い学生は、同じ学部先輩がどういところに就職しているのか調べに来ることがあるそうです。将来を考えることは早いうちから始めて損はありません。

「企業の人事の方は、部活も勉強も一生懸命やる人は会社に入ってからもしっかり伸びる、と口を揃えておっしゃいます。将来を考える時期が来たら、勉強や部活やバイトと同じくらい一生懸命に、自分のこれらを考えてほしいです。キャリアセンターではそんなみなさんを全力でサポートします！」

### まとめ

これからどうやって働くことを考えていけばいいのだろうと不安に思っていたが、自己分析によって自分を知ることが将来を考える一歩になるということが分かりました。これから自分の振り返りを進めつつ、自己分析の深みにはまりすぎず、大学卒業後の道を考えていきたいです。

## その2 図書館で 未来の自分を 見つける

### 就職を目指す人は

就活に役立つ  
データがいっぱい! 



### ジャパンナレッジ

北大で利用できる「ジャパンナレッジ(JapanKnowledge)」を使うと、企業情報の収集に便利な「会社四季報」をPCで読むことができます。また、面接や時事問題対策に役立つ「現代用語の基礎知識」「イミダス」をはじめとする多数の辞典や図書類に掲載されているキーワードを一括検索することも可能です。

### PCで新聞イッキ読み



### 新聞データベース

北大では、「ヨミダス歴史館」(読売新聞)や「聞蔵IIビジュアル」(朝日新聞)をはじめ、多くの新聞データベースが利用可能です。過去の記事から最新記事まで、まとめて読めるので企業研究や面接対策に便利です。

ジャパンナレッジや新聞データベースへのアクセスは、図書館ホームページから!

### 留学や大学院への 進学を目指す人は

海外留学をめざす人へ 



### 『大学院留学のすべて』

佐藤庸善 著 (明日香出版社, 2013)

留学に関する間違った情報を正し、思い立ってから入学するまでの手続きを徹底解説! 入学後、絶対後悔しないために読んでおきましょう。

### 院試対策にはコレ!



### 『大学院に合格する研究計画書の書き方』

工藤美知尋 編・監修 (ダイヤモンド社, 2009)

成功する研究計画書の作成ポイントが掲載されています。志望校別に実際の合格例が紹介されているのも嬉しいところです。

### 進学したら

どんな生活が待っている? 



### 『理系のための研究生活ガイド 第2版』

坪田一男 著 (講談社, 2010)

iPS細胞の山中先生が研究分野を変えるきっかけになった本です。研究室選びや学会発表・時間管理法は文系の人も参考になります。

### これから未来の自分を 見つける人は

自分の道を探す

ヒントを探しに行こう! 



### 北図書館

マルチメディア公開利用室の映画・DVD

「プロジェクトX」はシリーズで揃っているの、やる気をみなぎらせたい時にぴったり。ドキュメンタリーや、壮大な世界を描いた映画を観て未来をじっくり考えてみるのも良いですね。

まずは自分の頭の中を整理することからスタートしよう 



### 『ザ・マインドマップ: 脳の無限の可能性を引き出す技術』

トニー・ブザン、バリー・ブザン 著; 近田美季子 訳 (ダイヤモンド社, 2013)

思いや情報を図や絵で整理し、新たな発想を導く技法の入門書。自分の興味や関心、理想を可視化すれば、やりたいことが見えてくるかもしれません。

## キャリアセンターでできる「自分を知る」あれこれ



### ガイダンス

合同企業説明会から1・2年生を対象としたものまで種類は様々。実施済みのガイダンスのなかにはDVD視聴できるものもあり。



### 図書コーナー

就活本・業界本・公務員試験対策本など、就職関連の図書が自由に閲覧できる。貸出も可能。



### 相談ブース

1対1で話ができる個別相談(要予約)は学生の強い味方。簡単な相談なら予約なしでも受け付けている。

## コーケツ直也のつげき!!

今回は… 重田勝介先生

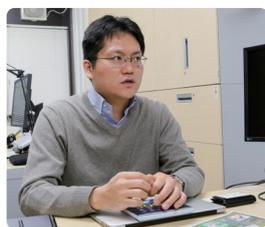
図書館スタッフのコーケツ直也が気になる「あの人」を突撃取材するコーナーです。第3回は情報基盤センターの重田勝介先生に、これからの学び方のヒントを伺ってきました。



みなさんこんにちは!今回「つげき」するのは、2014年から附属図書館研究開発室の室員として活動していただいている重田勝介先生です。重田先生は、教育工学やオープンエデュケーション(OE)がご専門で、日本のMOOC(ムーク)研究の第一人者でもあります。図書館サポーターの木村瑠菜さん(文学部2年)と一緒に、OEが学生のみなさんに一体どう関わってくるのかについてお話を伺いました。

コーケツ)まずOEとMOOCについて簡単に教えていただけますか?

重田)OEとは、教育を学校や大学の中に限定せず、ウェブ上で講座や教材を提供することで、誰でも無料で学べる機会を提供しようとする取り組みを指します。文字通り教育をオープンにしようとする活動ですね。北大がオープンコースウェア(OCW)で授業を公開しているのも、大学によるOEの一例です。



MOOCとはOEの一つの発展型で、無料でオンライン上での授業が受けられる大規模な教育サービスです。MOOCによって、大学に通わなくても高等教育を受けられ、スキルを獲得できる時代になってきました。

コーケツ)OEやMOOCが広がっていくと、北大生の学びのスタイルはどう変わってしまうのでしょうか?

重田)世界中のMOOCでは様々な分野をカバーしているので、大学のカリキュラムから離れて自分の興味を広げるために活用できると思います。また例えば大学の中で自分の専門分野を選ぶときに、MOOCの講義を見ることで、どんな分野があるのか、どんなことをやっているのかを事前に知ることができますね。

木村)それはいいですね!私もこれから卒業論文指導の先生を選ぶことになるので、事前に研究内容がわかればミスマッチが少なくなっていくかなと思います。

ところで、私は以前ある企業にインターンシップに行き、社員の教育プログラムを見て来たのですが、もしかしたらMOOCは社会人になってからの学習にも活用できるのでしょうか?

重田)企業内教育にMOOCを使っている事例もありますし、働きながらキャリアアップするためとか、新しい職業に転職する時に、その職種の知識を得るためにも活用できます。また、オンライン・インターンのような、その企業に必要な知識や技術をMOOCで教え、そこで成績のよい学生を企業がリクルートするというのも将来的にあるのではと思います。

コーケツ)時代の変化のスピードが速くなっていますので、大学を卒業すれば学びは終わりではなく、働き始めてからも継続的に学ぶ必要があるのでは?そう意味では、誰でも知識や技術を磨くことのできるMOOCは、これから社会人となる北大生の学びを支えるものになるのではないのでしょうか。

それでは最後に学生へ応援メッセージをお願いします。

重田)自分の好きなことを追求していくことが重要だと思います。好きなことでないと続かないですからね。大学側も、学生がよりよく学んでもらうためにいい教材をたくさん作ろうとしています。また図書館は知の収蔵庫であり、学生が授業から離れて自ら学ぶ場としても重要だと考えています。様々な学習リソースを活用しながら、学生時代は自分が何を好きなかを問いかけて、それを追求する時間にしてほしいですね。



MOOCの一つ、「gacco」のウェブサイト



## 学生サポーターのまとめ

MOOCという新しい学びの方法について貴重なお話を聞くことができ、とても勉強になりました。大学での勉強はどうしても自分の専門分野にばかり目が行ってしましますが、MOOCの利用や様々な分野の本を通して、積極的に視野を広げていきたいです。

また、先生への取材を通し、図書館の魅力を再発見することが出来ました!これからの就職活動や卒業に向けて、図書館を今よりも更に有効活用していこうと思いました。



## 附属図書館からのお知らせ

## iPadを館内貸出します!(北大学部学生・院生限定)



本館・北図書館では、情報検索や電子ジャーナル・電子ブックの閲覧などを無線LANが繋がる館内のどこからでも手軽におこなえるよう、「iPad」の貸出サービスをはじめています。予約は不要。利用可能時間は平日9:00~17:00です。学生証をお持ちの上、カウンターまでお越しください。

## 本館・北図書館の開館時間が変わります

〈大学入試センター試験〉

本館・北図書館ともに1月16日(金)は17時閉館、1月17日(土)・18日(日)は休館します

〈試験期間中〉

土日祝日も22時まで開館します

本館:1月24日(土)~2月8日(日)

北図書館:1月24日(土)~2月1日(日)

〈春季休業期間中〉

夜間開館はおこないません(毎日17時で閉館します)

本館:3月1日(日)~4月上旬

北図書館:3月1日(日)~4月上旬(詳細は図書館ホームページへ)

※3月19日(木)は本館、3月26日(木)は北図書館が12時開館となります



公式Facebookページでは、ホームページと併せて図書館の最新情報をお届けしています。ぜひご覧ください。  
<https://www.facebook.com/hokudailibrary>



【編集・発行】



北海道大学附属図書館

〒060-0808 札幌市北区北8条西5丁目

Tel: 011-706-2967

E-mail: shomu2@lib.hokudai.ac.jp

<http://www.lib.hokudai.ac.jp/>