

セルフコントロール

動物応用科学科3年寺内麻里絵

新学期が始まった。新しい学年に、新しく分けられたコース。学年が一つ上がったという実感はなかなか得られないが、後者の方は痛いほど感じている。今まで2年間、授業や昼食など、ほとんどの時間一緒にいた友人達の大半とは違うコースとなってしまい、会える機会もぐっと減った。もちろん学校が変わったわけではないし、卒業したわけでもないので会おうと思えばいくらでも会える。しかし、今までずっと一緒にいた仲間に会える時間が少なくなってしまうと、やっぱり寂しいものだ。...

使い古された言葉で『春は出会いと別れの季節』という表現があるが、今年は自分にとってまさにそんな春だった。上に書いたように、これまでずっと一緒だった友達と別れて、新しい学年と新しいコースでのスタートを切った。一方、新しい出会いもあった。それは研究室に入ったことである。厳密に言えば、去年も金華山調査に参加させて頂いたおかげで既に先生方や何人かの先輩とは面識があったし、同学年の室生とは大抵それまでの授業

で顔を合わせたことがあったので完全に初対面ではなかった。しかし、それでも自分にとって新しい出会いには違いなかった。研究室の人たちは本当にみんな良い人ばかりだし、先生・先輩方はもちろんだが同学年でも尊敬出来る人達がたくさんいる。この研究室に決めて良かったと心底思えるのは本当に幸せなことだと思う。

ただ周囲の環境が新しくなると、自分でも気付かぬ内に疲れが溜まってくる。元々、日々の生活管理が苦手な自分は、そういったことがたまたまよく体調を崩す。今もまさにその絶不調期なのである。しかし、大学生にもなって生活管理が苦手だ、だから体調を崩す、といっているでも何も始まらないし何の言い訳にもならない。そこで新年度を期に、自分に課題を出した。それは『セルフコントロール出来るようになる』である。早寝早起き、適正な食事、それからTVやパソコンを見過ぎない...なんていう事まで、あらゆる面で自分を律していきたいと思う。これを今年度の抱負としたい。