

学生生活だより

T U T 生活が楽しくなるエッセイ、コラムや情報

2021.12.10

第 21 号

発行：学生生活委員会

学生支援センター



変身すること

留学生相談コーディネーター：野原一徳

私は 10 年くらい前から、発生生物学で脱皮や変態とよばれる現象について妙に関心を持つようになりました。調べてみるといろいろと興味深い事実に出会いました。

考えさせられたことのひとつに、昆虫の脱皮の仕組みがあります。昆虫のからだは、外側が硬いクチクラ層で覆われていて、その下に真皮細胞があります。脱皮の過程は、まず真皮細胞が酵素を分泌してクチクラ層の内側を分解することから始まります。そうやってクチクラ層と真皮細胞の間に空間を作ります。この空間に、新しくより大きなクチクラ層を形成していきます。その際、この新しいクチクラ層の合成にあたっては、分解された古いクチクラ層が再利用されます。すなわち脱皮とは、古い自分をただ脱ぎ捨てる作業ではなく、古い自分（古いクチクラ層）を分解し組み替えて新しい自分（新しいクチクラ層）を作る作業なのです。新たな自分を作るには古い自分も必要だということです。

私がなぜ脱皮や変態に関心をもつようになったかというと、学生相談で学生のみなさんと会うようになったからだと思います。もちろん、みなさんが物理的に脱

目次

—

メッセージ：変身すること

野原一徳

Column: How my good day starts

Yuko Maruyama

お知らせ：寒くなりましたね

学生支援センター

皮をするわけではありません。物理的にではないのですが、私は学生のみなさんと日々会っているなかで心理的に大きな変容をとげていると、日々感じています。この変容は目に見えるものではないので密やかな過程ではありません。ただ一方で、劇的な過程だとも思います。

実際、みなさんは自分の経験をもとに、それぞれのペースで、一生懸命大人になるために取り組んでいるのではないのでしょうか。ある人は、学問や研究の世界になじもうとしているのかもしれないし、ある人は友達との付き合い方を考え直したいと思っているのかもしれないし、またある人は、これから来るべき修了後や卒業後に向けて準備をし始めているかもしれません。ひとつだけでなく、いくつかを同時に取り組むことも十分にあり得ます。そうやって、試行錯誤しながら新しい自分を作っています。

今までの自分も大事にしながら試行錯誤する過程では、友達や先生といったみなさんをとりまく人々がきっと助けとなってくれるでしょう。みなさんがいろんな人々と交流することで、たくさんの刺激や喜びをもらうことができます。大学時代は、みなさんが大人へと脱皮していく素敵な時間だと思います。



How my good day starts

International Affairs Division :
Yuko Maruyama



How does your day start? Do you have a morning routine? I have a morning routine, and my routine starts with a coffee time. I live in the moment to decide which equipment to use to make a coffee, but everyday I try to make it the best.

The minutes I make the coffee are very precious and give me an energy to live through a day. This tiny moment already makes the day good. Especially the day I could make a great cup of coffee, I feel invincible. It feels like nothing is impossible.

How does your day start? Do you have a morning routine? How about adding a coffee time in your morning routine?

寒くなりましたね

からだもこころも暖かくして
風邪をひかないように過ごしま
しょう。

豊橋技術科学大学 学生支援センター

受付窓口の場所： B201B（2021年8月から2022年3月まで）

受付時間： 月～金曜日の9:00～17:00（祝日・休日を除く）

電話番号： 0532-44-6588

Eメールアドレス： gakroom☆office.tut.ac.jp（☆を@に変えてください）