

都立大生のお気に入りなものを紹介！ 第4弾は、学生3人に空きコマの過ごし方をインタビュー！勉強や練習、大学周辺のお散歩など勉強の合間のリフレッシュにもつながる過ごし方を教えてもらいました。

都市環境科学研究科
観光科学域
博士前期課程 1年
牧田 奏さん



空きコマの過ごし方

合唱の練習

Point

私は、空きコマの時間を使って合唱の練習をしています。大学で「エリカ混声合唱団」と男声合唱団の「グリークラブ」を兼団していて、大会や地域のイベントに出演することも多く、練習が欠かせません。合唱は、楽器を使わずにいつでも気軽に活動できるところが魅力ではありますが、とはいえ大声で歌える場所は限られるので、大体はサークル棟で練習しています。大学の研究室では一人パソコンに向かい作業することが多いので、歌うことでリフレッシュしています。研究で成果をあげるためには、有効な時間の使い方がとても重要です。空きコマの時間を上手に使うことで気分を切り替え、ときにはサークル活動に打ち込んだり、美味しいものを食べに行ったりすることで生活にメリハリが出て、充実した毎日を過ごしています。



空きコマの過ごし方

診療放射線技師の国家試験対策

Point

私の学ぶ健康福祉学部では4年次になると、国家試験対策の授業と研究室の活動以外は、ほとんどの時間が空きコマになります。3年次までは空きコマに予習や復習をして過ごすことが多かったのですが、今は少し余裕をもって過ごしています。試験対策の勉強時には、必ずしも大学に行く必要はありません。ただ私の場合は、自宅では勉強に集中できないため、研究室に来て国家試験対策を進めています。わからないことがあれば友達や大学院の先輩に相談することもできて、近くに友達がいるからこそ切磋琢磨できますし、ランチタイムには友達と息抜きもできます。通学に時間がかかるとしても結果的には効率的だと思っています。ちなみに、効率的な勉強に一役買っているのはタブレット。教科書もノートも全てがタブレットに入っていて便利です。



健康福祉学部
放射線学科 4年
本橋 純さん



空きコマの過ごし方

街の散策

Point

大学3年次になると、1・2年次と比べ空きコマが増えます。そんな時私は、都立大南大沢キャンパスにある松木日向緑地遊歩道を散歩して季節の景色を楽しんだり、南大沢駅周辺を散策したりして、一人の時間を楽しみます。思いがけないところできれいな景色に出会ったり、おしゃれなカフェを発見することもあると、ワクワクして楽しいです。最近のお気に入り、大学から駅を挟んで南側に少し歩いた先にあるカフェ（星乃珈琲店）です。通常の店舗とは少し違ったおしゃれな内装で落ちついた雰囲気の中、コーヒーを飲みながらリラックスしています。大学から少し距離があって、学生が少ないこともあり、自分の時間をゆったり楽しめるのが気に入っています。勉強へのモチベーションアップにも欠かせない私の大切な時間です。



理学部
数理科学科 3年
山崎 遊斗さん

