論　文

研究中心型のキャンパスにおいて学生相談のグループ活動とその広報が果たす役割に関する一考察

河本 緑[1]

[要約]
郊外に大型の実験設備や研究施設を配置した研究中心型のキャンパスでは，学生は，研究や実験の進捗や成果を求められ，多くの重圧が掛かる環境にある。また，学生の中に，他大学出身者や社会人経験者，留学生などがいる場合，新しい環境に適応するうえで負荷を抱える傾向にある。これらの学生が，研究や生活・心理社会面で様々なサポートを受けることは重要であると考えられる。本論では，筆者が所属する宇治相談室の取り組みの１つとして行っているグループ活動を取り上げ，研究中心型キャンパスにおいて果たす役割と意義を検討した。その結果，学生とのやり取りを通して継続的に企画・運営されるグループ活動が生み出す双方向性が，学生生活や研究，対人関係において重要であり，またグループ活動が参加学生にとって学生生活のマネジメントのツールとしての役割や研究活動に好循環をもたらす可能性が示された。これに加え，グループ活動に参加をせずとも学生支援機関の広報に触れることは，学生が自己・他者理解を深める契機となり，学生間などの交流を促進し，互いに配慮し合う環境や多様性を受け入れる土壌を生み出す可能性が見出された。

[キーワード]
研究中心型キャンパス，グループ活動，広報，学生相談

1　問題と目的

総合大学や理系大学の中には，研究環境を整備するために本部キャンパスと分離をして，郊外に大型の実験設備や研究施設を配置した，研究中心型のキャンパスを有する場合がある。京都大学の宇治キャンパスも1949年に京都大学宇治分校として隣接する市に発足し，現在は主に自然科学・エネルギー系の研究所が置かれ，研究中心型のキャンパスとして機能している。

研究中心型のキャンパスの特徴として，研究や実験を行うことに比重が置かれるため，学生は修士・博士課程の大学院生が主な割合を占めている場合が多い。これらの学生は，学生生活において研究が中心となりその進捗や成果が求められるため，実験や論文執筆などに多くの時間を割き，常に重圧が掛かる。そのため，ストレスの増大や精神的健康の問題が指摘されている（小野田，2019；堀井，2020；横路，2021）。さらに，斎藤ら（1998）は，研究中心郊外型のキャンパスが，対人ネットワークからの分断による不安や戸惑い，限定的な人間関係，リフレッシュ環境・資源の乏しさなどといった様々な適応上の諸問題を抱えやすい環境であることを指摘している。

また，本学の場合，内部進学者以外に，他大学を卒業してから本学の大学院に進学したり，社会人を経験した後に研究に従事する者もいる。加えて，教育・研究活動のグローバル化が推進されていることもあり，留学生の数も多い。黄ら（2019）も指摘するように，これらの学生は，これまでのネットワークを離れ，異なる土地で新しい環境や文化で生活をし，適応していく負荷をさらに抱えていると考えられる。

[1]　学生総合支援機構・学生相談部門・特定専門業務職員

こうした重圧や負荷の掛かる環境においては，支援の潜在的なニーズを有する学生は相当数いると考えられ，中には個別の相談に至る学生もいる。しかし，実験や研究が中心の学生生活は多忙であるため，何らかの困難を抱えていてもその対応を先送りする者もいるだろう。また，深刻な相談でなくとも，セルフケアを含めた関わりや，息抜きができる場を必要とする者も一定数いると思われる。河本（2023）も，斎藤ら（1998）の指摘と合わせて，宇治キャンパスの学生が有する心理的テーマとして「①高ストレス状態，②孤立傾向，③新しい土地・環境への適応」の３つを挙げている。

このような中，学生支援活動の一環として，集団を対象とするグループ活動がある。グループ活動は，悩みや困難の有無にかかわらず，全ての学生を対象とした心理･社会的発達の支援を１つの目的としている（早坂ら，2020）。研究中心型キャンパスにおいて，その環境に見合う形で様々な内容のプログラムを行うことで，幅広い層の学生の多様なニーズに応じることができると考えられる。

宇治キャンパスにおいても，2022年度に相談室を開設した当初より，グループ活動を実施し，研究を中心とする分離キャンパスという環境で学生が抱え得る心理的な困難に対し，どのような意義があるのかを検討してきた（河本，2022；2023）。しかし，それらは実施したプログラムの一部を取り上げたものであり，研究中心型のキャンパスにおけるグループ活動の全体的な意義を考察するには至っていない。

本論では，宇治相談室での主要なグループ活動を取り上げ，研究中心型キャンパスにおいて，継続的なグループ活動が果たす役割を検討し，その意義について考察する。また，その際，グループ活動と共に実施した広報が，学生支援活動が学生や研究中心型の大学コミュニティに身近なものとして受け入れられるうえで果たした役割と可能性についても考察する。最後に，グループ活動とその広報が，多様な背景やニーズを有する学生が多くいる研究中心型キャンパスにもたらしうる効果を述べる。

2　宇治相談室でのグループ活動の取り組み

2.1　初年度のグループ活動

ではここで，宇治キャンパスにおけるグループ活動の取り組みについて述べる[1)]。宇治相談室が開室された初年度は，開催側である相談室では赴任したてのため，まだ学生の状況がよく分からなかった。そのため，様々なニーズを想定して，なるべく多くの学生が興味を持ちやすいようなプログラムを複数企画した。グループ活動の枠組みは，頻度は概ね月に１度，１回あたり１時間とし，原則，予約制とした。

次に，実施したプログラムであるが，ここでは，学生のニーズを把握するため，各プログラムを活動種別として「系」に分類した。初年度に実施したプログラムが表１，各活動の分類を説明したものが表２である。

表１．初年度に実施したグループ活動

活動種別	グループ活動	参加者内訳	
		学生	教職員
①運動系	Let's Try YOGA!（７月）	3	1
②交流系	KAPLA® de ナイアガラ（８月）	1	2
	マシュマロ・チャレンジ（10月／３キャンパス交流戦）	4	0
③体験系	書き初め大会2023（１月）	13	5
	Preparation for the SPRING（２月／植栽）	雨天中止	
④創作系	Let's 温活！ホットアイピローを作ろう（12月）	5	0
⑤遠足系	学内ツアー（６月）	3	4
	秋の萬福寺へ行こう（11月）	5	2
⑥その他	OPEN DAY（６月）	内訳不明	

表２．グループ活動の分類と目的

活動種別	想定される学生の背景	企画の目的
①運動系	実験や研究に多くの時間を費やし，PC 作業も多く，運動の機会が少ない。	健康増進や疲労感・ストレスの軽減への取り組みのきっかけを提供。
②交流系	研究室だけの限られた人間関係になりがちになる。	研究室外の人とも楽しく交流する機会を提供。
③体験系	意識的に思考し論理的にアウトプットすることが中心の生活。	五感を通した体験により情緒性・身体性の活性化。
④創作系	実験や研究では，粘り強く取り組み続ける姿勢が求められる。	自分の物を創作し完成する喜びを味わうことで，達成感や満足感，リフレッシュ効果を得る。
⑤遠足系	多忙で家と研究室の往復となりやすい。	自分が生活している土地を訪れ詳しく知ることで，新しい発見や体験に開ける機会を提供。
⑥その他		相談室の紹介など

2.1.1　各系とプログラム

表１，２にあるように，それぞれの活動を，【①運動系，②交流系，③体験系，④創作系，⑤遠足系，⑥その他】の６系統に大まかに分類した。①～⑤の分類について説明すると，まず，【①運動系】は，ヨガやエクササイズなどの軽い運動が含まれ，身体を動かし自身の健康へ意識を向け，健康増進や疲労感・ストレスの軽減への取り組みのきっかけを提供することを目的としたものである。これは，実験や研究に多くの時間を費やし，PC 作業も多く，学生は運動の機会が少ないことを想定してのことである。

次に，【②交流系】は，茶話会やゲームを通した活動などを含み，普段関わりのない人とも１つの目標に向け楽しく協力し交流する機会を提供することを目的としたものである。背景には，学生が，人間関係が研究室だけの限られたものになりがちになることが想定されたことがある。

【③体験系】は，実際に草花に触れたり文化を体験する活動で，五感を通した体験をすることによって，情緒性・身体性が活性化されることを目的としている。日頃，学生は，実験や論文執筆といった意識的に思考し論理的にアウトプットすることに終始して日々を過ごしているため，様々な体験を取り入れることが重要と考えられたためである。

さらに，【④創作系】は，季節の装飾やセルフケアグッズといった簡単な物作りの活動で，普段とは違った手作業に没頭し，物を作り完成する喜びを味わうことで，達成感や満足感を得ることを目的としたものである。これは，学生は，実験や研究では簡単には望む結果が出ない中，粘り強く取り組み続ける姿勢が求められるため，これらがリフレッシュにつながるのではないかと考えたためである。

最後に，【⑤遠足系】は，近隣の歴史的・文化的施設や自然公園などを訪れるものである。学生は，家や下宿先と研究室の往復となりやすく，興味はあっても用事がない限り学内の他の場所や近隣を訪れる機会も少ないと考えられた。そのため，近くにある場所を人と訪れ，自分が生活の基盤を置き生活している土地を知ることは，新しい発見や体験につながることが期待された。

また，日々研究中心の生活を送る学生にとって季節感が大事であると考えられたため，各プログラムで四季を感じてもらえるよう実施時期を調整した。

2.1.2　参加学生の人数

次にグループ活動に参加した学生数を見ると，各回おおむね３～５名の参加となっている（表１）。特に多かったのは，【③体験系】の「書き初め大会2023」で13名であった。次に多いのは，【④創作系】の「Let's 温活！ホットアイピローを作ろう」と【⑤遠足系】の「秋の萬福寺へ行こう」で，ともに５名であった。一方，参加者の少ない企画を見ると，【②交流系】の「KAPLA® de ナイアガラ」の参加は１名であった。

2.1.3　参加学生の様子

実際に参加した学生の様子としては，参加の多かった【③体験系】の「書き初め大会2023」は，当日参加を可能とし活動の開催中にも学生に声掛けをしたこともあり，ひとりで参加する者も数人連れ立って来る者もいた。それぞれに好きな言葉を考え選び，さっと書き上げる者もいれば，何枚も納得いくまで書く者もおり，それぞれ書いた紙を嬉しそうに持ち帰っていた。また，立ち寄り型の実施形態で出入りも自由にできたため，ひとりで行動する学生の場合は，自分のペースでできる活動や短時間の設定である方が気軽に参加しやすい様子がうかがわれた。

次に，【④創作系】の「Let's 温活！ホットアイピローを作ろう」は，寒い時期にリラックスでき PC 作業による目の疲れが取れるようアイピローを作るものである。手縫いにやや苦戦する学生もいたものの，出来上がって目の上に乗せたときには，伝わってくる温もりにどの参加者からも声が漏れ，心地よさと共に達成感を味わっている様子であった。また，【⑤遠足系】の「秋の萬福寺へ行こう」では，現地で僧侶の案内に聞き入り，紅葉の中を歩き境内の雰囲気に非日常感を堪能している様子であった。

【①運動系】の「Let's Try YOGA!」は文字通りヨガをするが，自分のヨガマットなどを持参した参加者もおり，身体を動かすことに加えて，家でひとりで行うのではなく人と一緒にできる機会を喜んでいる様子がうかがえた。

最後に，【②交流系】の「マシュマロ・チャレンジ」は，学内のキャンパス交流戦でオンラインで各会場をつないで実施したものである。各キャンパスでチームを作り，制限時間があるため初対面でも協力しアイデアを出し合っていた。一方，「KAPLA® de ナイアガラ」は1,000ピースある木片を協力して積み重ねて“ナイアガラの滝”を作り崩すものだが，黙々と作業した後，きれいな音を立てて崩れていく際には感嘆の声と拍手が起きていた。

2.1.4　初年度の所感とグループ活動の機能

様々なプログラムを実施した中で，学生の参加が多かったものは，正月のイベントや紅葉，寒い時期の温活といった季節の要素を取り入れた企画であり，季節感を味わうことへのニーズが高いことや，書道や寺社といった文化に親しむ【体験系】への関心も高いことが見受けられる。一方で，【交流系】に関して，学生に交流へのニーズはある程度認められたが，参加が少なかったものについては，８月の夏休み期間といった実施時期も大きく影響したと考えられる。

また，参加した学生の様子からは，例えば，ヨガのような一見ひとりで取り組む【運動系】であっても，人と一緒に何かを行い場や時間を共有することが，参加者に副次的な良い効果をもたらしたと思われる。つまり，１つの活動の中には複数の要素が混ざっている面があり，それを提供できることもグループ活動の機能の１つと考えられる。

その一方で，コミュニケーションが苦手で，人との交流を求めてはいても集団に参加しにくい者や，さらには対人関係の広がりや交流をあまり求めず，自分のペースでの体験や過ごし方を望む者も一定数いたと考えられた。そのため，学生の中には対人関係の持ち方において個人差があり，グループ活動は個々の学生の領域を守りつつも様々な体験の機会を提供できることが重要と考えられる。このことは，次年度のグループ活動の企画を練るうえで大切であると思われる。

学生にとって，実際に五感を通して体験を味わい文化に触れることは，研究から少し離れ，普段とは異なる思考回路や感覚を用いるため，リフレッシュにつながった面があったと考えられる。また，同じ活動テーマに関心を持ち集まったという共通性のもと，普段は顔を合わせることのない人と場や時間を分かち合うことで，新鮮な感覚を得られたと思われる。そのため，グループ活動には，このような「非日常性」やその中

での新たなつながりを提供する機能があるといえる。

１年を通して感じられたのは，幅広い学生の関心が集まるプログラムを企画することは，多くの学生のニーズに応えることになり大切ではあるものの，それだけでは十分ではないということである。逆に，対象となる学生を明確に絞った，より特定のニーズにも対応するプログラムも織り交ぜていくことで，多様な学生の支援につながると考えられる。この点についても，２年目に取り組むべき課題といえよう。

2.2　２年目のグループ活動

次に，２年目のグループ活動について述べる。まず，２年目に実施したグループ活動を表３に示す。前述した初年度に参加した学生の様子に加え，個別面接などを通して見えてくる学生生活や日常を踏まえ，２年目には，a）文化も取り入れた【③体験系】の活動を増やし，また新しいプログラムとして，b）交流を求めない，あるいは交流を求めているが苦手な学生でも参加しやすい【①運動系・③体験系】を織り交ぜた活動，c）他大学出身者向けの活動【②交流系】の２点を加えた。

表３．２年目に実施したグループ活動

活動種別	グループ活動	参加者内訳	
		学生	教職員
②交流系	春から京大！宇治キャンパス～他大学出身者あつまれ～（全３回／４～５月）	6	0
③体験系	野点体験をしよう（５月／雨天のため室内に変更）	10	4
	お月見団子を作ろう（９月）	1	1
	FLOWERS IN AUTUMN（10月／植栽）	0	1
	秋の野点体験をしよう（11月）	13	6
	書き初め大会2024（１月）	18	8
	百人一首 de 坊主めくり（２月）	0	2
④創作系	アロマスプレーを作ろう（７月）	5	0
	ヒンメリを作って飾ろう（12月）	4	3
⑤遠足系	三室戸寺あじさいツアー（６月）	5	0
⑥その他	OPEN DAY（４月）	内訳不明	
①運動系 ③体験系	POP IN EVENTS（全64回） ［月：エクササイズ／木：マインドフルネス瞑想及びアート］	のべ56	のべ193

2.2.1　２年目に加えたプログラム

まず，a）の文化を取り入れた活動であるが，昨年の書き初めに加え，新たに，野外で自分で抹茶を点てて飲む企画（「（秋の）野点体験をしよう」）とお月見団子を作って食べる企画（「お月見団子を作ろう」），そして百人一首を使った企画「百人一首 de 坊主めくり」の３つを実施した。坊主めくりにしたのは，読み札の絵を使って遊ぶため日本語を読めない留学生でも参加しやすいようにしたためである。

次に，b）の交流をあまり求めない学生のために，ひとりでも参加しやすく，また，周りに人がいてもそこまで関わらず穏やかに過ごしながら，短時間で様々な体験ができる「POP IN EVENTS」を開催した。ここでは，学生が気軽に参加しやすくなるように，開催する頻度を週に２回，１回あたり20分間で行い，事前の予約は不要とし出入りも自由にした。また，筆者のもう１つの狙いとしては，孤立傾向のある学生に参加してもらうことがあったため，昼休みの時間帯に設定した。

企画は，エクササイズ[2)]やマインドフルネス瞑想，アート（写経，マンダラ塗り絵，スクラッチアート

や手芸・工作など）といった比較的簡単に行えるものにした。

最後に，c）の他大学出身者向けの企画であるが，これは他大学を卒業して大学院進学をした学生が，新たな環境に来て，人間関係を広げたりネットワークを作ることが難しい状況にある現状が見えてきたために企画をしたものである。

そこで，年度初めの時期に，他大学出身者同士で知り合い情報交換ができるよう交流会「春から京大！宇治キャンパス～他大学出身者あつまれ～」を実施した[3)]。開催時期は，年度初めは様々な行事が重なりやすいため，予定を合わせやすいように４～５月に３回と複数設定し，より交流を深められるよう複数回の参加も可能とした。

2.2.2　参加学生の人数

表３のグループ活動に参加した学生の数を見ると，【③体験系】の「書き初め大会2024」が18名と昨年に引き続き最多であった。次に多かったのも同じ【③体験系】であり，a）の新しく取り入れた「秋の野点体験をしよう」「野点体験をしよう」の13名と10名であった。

また，c）の【②交流系】の「春から京大！宇治キャンパス～他大学出身者あつまれ～」は，全３回実施し合計して６名の参加があり，各回は１～３名であった。

【④創作系】で自分の好みでアロマオイルをブレンドしてオリジナルのスプレーを作る「アロマスプレーを作ろう」と，【⑤遠足系】の「三室戸寺あじさいツアー」は，それぞれ５名であった。この２つは，昨年度の【④創作系】と【⑤遠足系】と同様の傾向を示していた。

一方で，学生の参加者が少ない，もしくはいなかったのが，それぞれ【③体験系】で，a）の新しく取り入れたものも含まれていた（「お月見団子を作ろう」１名，「百人一首 de 坊主めくり」・「FLOWERS IN AUTUMN」各０名）。そのため，文化を取り入れた体験のプログラムを２年目に新しく増やしたものの，プログラムによって学生の参加が二極化する結果となった。

さらに，b）の「POP IN EVENTS」に関しては，64回実施され，参加学生ののべ人数は56名であった。しかし，表には示されていないが，実人数は５名で，各回は，学生が２～３名参加する時もあれば，１人ないしはいない時もある状況であった。

2.2.3　参加学生の様子

２年目に参加した学生の様子としては，【③体験系】の「書き初め大会2024」では，一度ひとりで参加した後に研究室の友人を連れて再来する学生もいた。また，自分のために書くだけでなく，他の研究室にそこの研究テーマを書いてプレゼントし，もらった研究室では喜んで画像と共に SNS に投稿するという展開もあり，企画をきっかけに交流が促進される様子が見られた。

また，【③体験系】の「（秋の）野点体験をしよう」では，３人１組となり一緒に抹茶を点てて飲んだが，点てるのが難しいときは，隣の人同士が教え合う場面も見られ，交流の機会にもなっていた。不慣れながらに自分で点てた抹茶は，香りや味わいもまた一段と特別に感じられているようで，嬉しそうな笑顔を見せていた。

【②交流系】の「春から京大！宇治キャンパス～他大学出身者あつまれ～」は，はじめは緊張した面持ちであっても，研究室の様子や進路，地元の生活情報などが話題にあがると，次第に打ち解けていった様子であった。ひとりだけの参加となった学生は，期待が外れ残念そうであったが，スタッフと話しその中で学内や近隣の情報を得られたことは収穫となったようであった。

さらに，【④創作系】の「アロマスプレーを作ろう」では，香りの研究をしている研究室から誘い合って

参加した人たちもいて，成分表を見ては専門的な話も交えながら取り組んでいた。

【⑤遠足系】の「三室戸寺あじさいツアー」は，庭園のあじさいが満開で，それぞれのペースで見学し，寺社の歴史や文化とともに季節感を味わい自然を堪能している様子であった。特に帰り道は，歩きながらお互いの研究について話すなど交流が増えていた。

一方，【③体験系】の「お月見団子を作ろう」では，参加者は少ない分，１つ１つの工程をじっくりと体験したり，時間いっぱいを使って楽しむことができた様子であった。

最後に，b）の「POP IN EVENTS」は，活動の時間はおおむね静かに黙々と取り組むが，前後の時間や活動中でも相手や周囲の様子を見て，少し雑談する場面も見られた。また，何度かともに参加するうちに顔馴染みとなり，挨拶をするようにもなっていた。

2.2.4　２年目の所感と考察

では，ここで２年目のグループ活動の所感と考察を述べる。まず，２年目の参加者の総数は増えており，グループ活動の学内の認知度が上がってきたものと思われる。

２年目に取り入れた新しい試みを振り返ると，a）の文化を体験するプログラムには，10名を超える学生が集まるものが複数見られ，依然としてニーズの高さがうかがわれる。

その一方で，同じ文化体験でも，学生があまり集まらないプログラムもあった。しかし，僅かな学生の参加であっても，参加した学生の様子からその学生にとっては意味のある時間や体験となったと思われ，グループ活動を実施する価値はあったと考えられる。

次に，b）の他大学出身者の交流会であるが，なかなか人と知り合う機会がなく，周囲に気軽に頼れる人がいない中での交流会を貴重な機会ととらえる学生が多かった。参加した学生の様子から，切実なニーズがあることが確認され，グループ活動が学生相互の交流を促進することは重要な役割の１つと考えられる。ただ，同じ境遇にある学生同士の交流を求めて参加したものの，参加が自分ひとりであった場合，スタッフと話すことはできても学生同士の交流を深めるというニーズに応じることが難しくなる。そのため，学生同士の「交流」に重点を置く場合は，前年度の参加者にあらかじめ協力してもらうなど相応の準備が必要になり，共通の関心やテーマのある学生を募り，その場を提供することも相談室の役割といえる。

c）の交流をあまり求めない学生でも参加しやすいよう企画したプログラムでは，毎週という頻度のため適度で緩やかな交流も生まれて，一部の継続して参加する学生のニーズを満たすことができた面はあったと思われる。しかし，当初想定したような，孤立傾向のある学生の参加はほとんどなく，十分に活動の意図がアピールできなかったと考えられる。

以上が２年目に新たに実施したグループ活動であるが，全体を通して言えることは，グループ活動の様々なプログラムや集団での活動が媒介となり，学生は文化を体験したり，リフレッシュができたり，参加者間に自然と交流が生まれたことである。これらの複合的な要素が，学生の心理・社会的な側面に貢献すると考えられる。

また，グループ活動において，参加者数は学生のニーズを計るうえで１つの指標ではあるが，それだけで活動の必要性や意義を判断することは難しい。参加者が多く集まるように内容や開催時期を再検討することも大切であるが，参加者数ばかりに着目するのではなく，参加者が少なくとも，学生の個別のニーズに対応できる多様なグループ活動も求められる。

この意味で，決まったグループ活動を実施するだけではなく，毎回の活動での学生の様子や反応を受けて学生に必要なものを探り，考え，提供することも，相談室が実施するグループ活動が有する重要な機能であると思われる。これが継続的に積み重ねられることで，学生と相談室との間に双方向性が生まれ，多様な学

生の様々なニーズに寄り添う支援につながると考えられる。

また，２年目の活動をする中で，自分の研究テーマに近い内容の企画に参加する学生が一部いた（【④創作系】「アロマスプレーを作ろう」）。学生にとって気分転換となるためには，研究と少し離れる時間も大切であるため，専門性とは離れた企画も有用かもしれない。しかし，逆に学生の専門に近いテーマのグループ活動を実施することで，これまで参加しなかったであろう学生の興味が生まれ，参加につながる可能性がある。それにより，心身のケアと共に，自身の研究を違った角度から見直し，新鮮で有意義な体験につながるとも考えられる。今後，研究テーマとグループ活動のプログラムを関連づけた企画を実施することで，様々な効果が得られる可能性がある。

３　グループ活動の広報実践と果たした役割

ここで，グループ活動そのものからは少し離れるが，これまでのグループ活動を実践し，学内で認知され，浸透する上で，広報活動が大きな役割を果たしたため触れておきたい。

まず，相談室で行ったグループ活動の広報は，主に１．グループ活動の広報資料の作成，２．配信，３．活動の報告の３段階であり，ここではこの３点を中心に述べていく。

まず，１点目の広報資料の作成であるが，各グループ活動で行うプログラムを案内するチラシを作成した。チラシは，実施日時，参加方法が明確に伝わるわかりやすい文体にし，プログラムの魅力が伝わり，非日常感が刺激され新たな世界が広がるような写真・イラストやフレーズを考えた。また，関心やニーズとマッチしない者が読んだ場合でも，広報に触れたことがきっかけで，何かしらの興味や関心が広がるようにインパクトのある案内になるように工夫した。これ以外に，案内チラシを拡大したポスターも印刷し，構内の学生・教職員が多く目にする場所に掲示した。

次に配信であるが，毎月宇治相談室がキャンパス全構成員を対象にメール配信している「宇治相談室・こころの保健室だより」にグループ活動の告知と案内を行った。

また，開設から半年後に創設した宇治相談室のSNSでの配信も始めた。SNSは，リアルタイムでの様子を細かく公開できるメリットがあるため，SNSを見た人が関心を持てたり，参加予定の人がプログラム当日までの期待感が高まるように活動を準備する様子も投稿した。

そして，３つ目の活動報告について，グループ活動の後には，毎回，当日の写真をSNSや相談室だよりで報告した。これは，参加したことのない人でもグループ活動の様子が分かり，今後の活動に参加する際の敷居を下げることを狙いとしたためである。また，学内には，参加せずとも，活動に興味を持ち，その様子を見守るスタンスの学生や教職員もいることを想定し，そのような人にも相談室が行っている活動のプロセスが届くようにした。

これらの広報活動がもたらした効果であるが，広報を配信した直後から参加の申込みが入る時もあれば，申込みが徐々に増えたり，実施前日に入ることもあった。申込みに至っては多少のタイムラグはあるものの，相談室の存在が知られていない状態から活動を始めたことを考えると，周知をしたことによる一定の宣伝効果はあったといえる。

また，グループ活動の回数を重ねていくうちに，参加をしていない学内の教職員などからも，「（グループ活動を）行ってくれてありがとう」，「次はどんなことをするのかいつも配信を楽しみにしています」，「このポスターが個人的にツボ」などの反応が返ってくるようになった。このように広報を通して相談室が少しずつ学内に認知されていることが実感された。

広報は，グループ活動を周知し，参加者を募ることが重要な機能の１つと考えられるが，広報を通じて，

このようにキャンパスの学生・教職員との関係性が育まれる面もあると考えられる。これは言い換えると，グループ活動の広報には，キャンパスの構成員と主催する相談室とを緩やかにつなぐ「橋渡し」の機能を有していると考えらえる。

4　総合考察

4.1　学生にとってのグループ活動の役割と意義

では，ここで研究中心型キャンパスの学生にとり，グループ活動やその広報にはどのような役割や意義があるかについて論じてみたい。

まず，グループ活動に参加する学生を見ると，参加する回数や参加の動機は様々である。例えば，興味のある特定のプログラムをピンポイントで選んで１～２回のみ参加する学生がいるが，これらの学生は，少ない回数であっても，必要とするものを自ら選ぶことで自身のリフレッシュなどに活用していると考えられる。言い換えると，日々の研究・実験を行い，多忙な時間を過ごす中に，自身の興味・関心を効果的に取り入れていると思われる。

一方で，相談室が実施するプログラムに，複数回に渡って参加する学生もいる。これらの学生は，グループ活動の様々なプログラムに幅広く参加することで，自身の生活に普段とは異なる体験や交流の時間を組み込んでいると考えられる。また，一連のグループ活動に継続的に参加することで，自身のメンテナンスやリフレッシュをするなどして，そこに価値を見出している可能性もある。

このように，グループ活動は，様々な背景を有している学生が自分のニーズに応じて参加し，主体的に学生生活をマネジメントする１つのツールとして機能している側面がある。

また，企画に意義を感じ興味を持って参加する学生以外にも，実験の合間に「時間つぶし」で参加したり，研究室の人に誘われて参加する者もいた。これらの学生は，必ずしも明確な目的を持たずに参加しているといえる。しかし，グループ活動は，早坂ら（2020）が述べるように，全ての学生を対象とした活動であり，参加動機の強さや主体性を問うものではない。そのため，このような学生でも，グループ活動への参加という機会が，思い掛けない新たな体験や発見の場になったり，他の学生やスタッフとの交流の場となった可能性がある。このような「敷居の低さ」も，グループ活動ならではの特徴といえるだろう。

さらに，学生の心理・身体面に関して言うと，研究中心型キャンパスの学生は，それぞれの専門領域においてテーマを絞り，それに特化して追究をし，高い専門性に基づいた思考や作業に常に集中する状態にある。このような厳しい研究生活を遂行するうえで，心理・身体・生活面，そして環境はそれらを支える基盤となる。

学生支援機関による様々なグループ活動でなされる体験や交流は，学生が自身の心身にアプローチしケアする側面があり，学生が生活し，研究をする上での基盤を支えているともいえるであろう。また，自身の心身に着目するプログラムを通して，学生の人としての全体のあり方を柔軟にし，思考や情緒を活性化する面もある。これらは，研究上の創造性にも影響し，専門性の追究においても好循環をもたらすと考えられる。

また，相談室が実施するグループ活動での体験やその広報は，それがどのような系統のプログラムであっても，学生の「遊び心」を刺激する機会となるように工夫をされている。遊び心には，普段の生き方や価値観から離れ，自分の感覚に基づいて何らかに挑戦し，楽しみながら新たに発見できる側面がある。それは，創造的思考を生み，探究心や生きるエネルギーにつながるものであるが，研究においても，遊び心の要素が新たな発想や発見を産出していると言っても過言ではなく，グループ活動は，学生が研究を邁進していく一助となることが期待される。

4.2　グループ活動の広報がもたらす影響と可能性

グループ活動の広報については，３章において，キャンパス構成員と主催する相談室とを緩やかにつなぐ「橋渡し」という機能があることは述べた。しかし，グループ活動の広報は，これ以外にも大学内の人同士の相互扶助的な土壌を形成する上で重要な役割を果たすと思われる。

研究中心型キャンパスに身を置く学生にとり，研究を真面目に頑張り，生活の中心に据えるほど，実験スケジュールに自分の寝食を合わせ，自分の身体やこころを後回しにしたり蔑ろにすることが常態化しやすいと思われる。しかし，数年間に渡る学生生活において，質の高い研究活動を維持・継続するためには，体力面や身体的な健康と安定して落ち着いたメンタルが必要不可欠になる。そのときに例えば，心身のケアに関する相談室の企画の広報を目にした学生は，自身の生活を振り返り，身体やこころのメンテナンスを取り入れることへの重要性を知り考える契機となる可能性がある。

また，内部から進学した学生で，周囲の学生に特に問題がないように感じていた場合でも，他大学出身者や留学生などの多様な背景を持つ学生を対象とした活動の広報に触れることで，彼ら彼女らの状況を理解するきっかけになりうる。そして，もし，自分の周りの他大学出身者や留学生を気にかけ，声を掛けるなどの行動につながれば，お互いの間に会話が生まれ，関係が促進される可能性がある。このような小さな声かけこそが，外部から来た者にとり大きな支えになると思われる。

広報やグループ活動の案内では，相談室と学生との双方向的なやり取りにおいて，学生から受け止めたものを基に発信している。そこには，企画者の考えや姿勢が反映されており，学生やキャンパスにいる人に様々な情報やメッセージを伝えているといえる。

4.3　グループ活動とその広報が研究中心型キャンパスにもたらす効果

これまで，学生がグループ活動に参加することで，学生生活のマネジメントのツールとして利用でき，そこでの体験が研究活動にも還元される機会となる可能性を示した。また，グループ活動の広報に触れることで，自己や他者への理解が促進される契機となる可能性についても示された。

ここで強調したいのは，グループ活動に参加した学生，そしてグループ活動に参加していない学生であっても，相談室の活動や広報に含まれるメッセージを通して，様々な気づきを得て，変化につながりうる点である。

学生は，自分自身の中に，意識的で論理的で強い自分を持つと同時に，傷つきやすく心許ない世界を生きている自分とがいる。しかし，常に実験や研究に打ち込むためには，傷つきやすく不安を感じる自分を知らず知らずのうちに否認していることもあるだろう。そして，気付かないうちに自分を精神的にも身体的にも追い込んでしまう危険性がある。そのため，学生支援機関が発する案内やメッセージに触れる中で，それが自分の疲れや，傷つきやすい部分に気づく端緒となり，自分を大切に扱うようになるなど，予防的な効果をもたらすであろう。

また，それは自分だけではなく，同時に困っている可能性のある他者への理解が深まり，学生間や学生と教職員との間の関係を潤滑にし，好循環をもたらすであろう。そして，このことが，キャンパス内で相互に配慮し合う環境が生まれ，多様な背景を持つ人を包摂する土壌が育まれる契機になるとは考えられないだろうか。

研究中心型のキャンパスという環境で，学生支援機関がグループ活動の企画・運営を行い，そして，学生や大学コミュニティとの円環的なやり取りが積み重ねられることで，学生支援の１つの資源がキャンパス内にゆっくりとしかし着実に浸透していくことにつながるのではないかと思われる。

5　今後の展望

本論では，研究中心型キャンパスの学生が抱える様々な困難にアプローチするために行ってきたグループ活動について論じてきた。しかし，本論で対象にできたのは，実際にグループ活動に参加した学生や，個人面接で会った学生が主であり，相談室に関わっていない他の学生の状況やニーズについては今後も探っていく必要がある。これは，今後の課題としたい。

また，理系の大学院生の中には，本論で述べた以外にも多くの困難を抱えている者もいる。例えば，理系分野では，周囲に進学する者が多いから自身も進学するという消極的理由で大学院に進学したことで適応に悩む学生も少なくない（布柴，2011）。また，積極的理由によって進学した場合でも，真面目な学生ほど教員の期待に応えようと長時間研究に携わり，研究室に過剰適応した結果，自分を見失う者もいる（川西ら，2017）。

今後，これらの学生にグループ活動やその広報，さらには個人面接がいかに貢献できるのかは課題であり，今後のグループ活動や個人面接を通して得られる知見を積み重ねていくことが求められる。

［注］

1）本論では，学生相談センター全体で開催したセミナーシリーズの活動は除外する。また，宇治相談室内にこころの保健室があるため，グループ活動には教職員も参加可能としているが，本論では主に学生について取り上げる。

2）エクササイズは，宇治相談室内にあるこころの保健室の養護教諭が担当した。

3）詳細は，本紀要の実践報告を参照されたい。

［文献］

早坂浩志・鈴木佳子・鈴木英一郎．学生に向けた活動．日本学生相談学会（編）学生相談ハンドブック新訂版．学苑社．2020.

堀井俊章．大学院生における精神的健康と不登校傾向との関係．横浜国立大学教育学部紀要Ⅰ教育科学．2020，3，168–177.

黄正国・小澤郁美・石田貴洋・野口由華・川﨑のぞみ・阿部祐也・石山奈菜美・髙垣耕企．大学院新入生を対象としたサポートグループによる支援の試み．総合保健科学．2019，35，15–21.

河本緑．学生相談室立ち上げ時期にグループ活動を実施することの意義に関する一考察――宇治キャンパスにおける取り組み――．京都大学学生総合支援機構紀要．2022，1，57–69.

河本緑．地域の文化的・歴史的資源を学生相談のグループ活動に活用することの意義――分離キャンパスにおける取り組み――．京都大学学生総合支援機構紀要．2023，2，27–37.

川西利昌・小川貫・香取照臣・三宅方子・谷川寛樹．理工系の学生相談．理工系大学生と教員の心のケア――学生相談のはたらき――第2版．テクネ．2020.

京都大学宇治キャンパスホームページ．キャンパスデータ．http://www.uji.kyoto-u.ac.jp/campus/total.html（2024年8月30日取得）

布柴達男・吉武清實．教員による予防的学生支援の試み――理系大学院新入生初期適応のための交流ワークショップとその実施効果評価――．学生相談研究．2011，32，131–143.

小野田淳人．大学生および大学院生の研究時間とメンタルヘルス．日本幼少児健康教育学会第37回大会論文集．2019.

斎藤憲司・道又紀子．分離キャンパスを視野に入れた学生相談活動．学生相談研究．1998，19，2，1–7.
横路佳幸．大学院生におけるメンタルヘルス問題について．人文×社会．2021，1，1，107–123.

［謝辞］
グループ活動の企画・運営にあたって，ともに尽力くださる学生相談センター宇治相談室のスタッフの皆さまに深謝いたします。また，学生総合支援機構学生相談部門のみなさまにも，ご理解とご協力をいただき心よりお礼申し上げます。