



# 視聴学習室・図書室からのお知らせ

**NEW**

空間整備としての  
プチラーニングコ  
モンズはじめました♪

**ポイント**

学生の自主学習をサポートする環境を整える

フレキシブルな環境への提案

学生が空間をどう使うか！自ら選択できる空間

みなさんに安心してご利用いただけるよう図書室をリニューアルしました(\*´∩`\*)  
学生一人ひとりの学習スタイルに寄り添うフレキシブル(柔軟な)空間であることを  
めざし、まずは環境空間をすみ分けて、図書室をリニューアルしました(^^) /

【例えば】

静・動空間のエリアをすみ分けよう！  
動：PC使用やPC操作や放送大学 WAKABA など  
操作手順指導等の会話も含む学習スペース。【①】  
静：空間を仕切られた「個人学習スペース」で静かに  
学習に向き合うことができる空間です。【②・③】

固定化の概念を外してみよう！  
原状回復を原則とし、固定席と位置づけすることなく、  
好きな空間でPCやアイパットを使用が可能です。【①】

学生の学習スタイルによって、好きな空間エリアを選択  
し、より学習に対しての意欲を深める環境提供づくりに努  
める♪

## 1 IT活用学習スペース (動の空間)



学習机



PCエリア



システム WAKABA のご利用、  
インターネット検索などはこちらから！

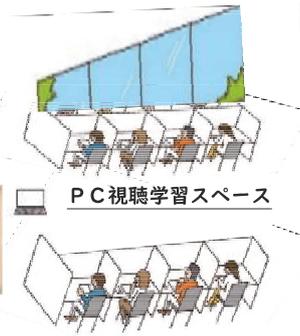
固定席という概念を外し  
ノート型 PC をお好きな  
テーブルへ移動して使用  
したり、アイパットを  
活用したりして学習  
することができます。

お掃除  
します

定期的に窓をあけて換気をして  
いますので、ご自身の衣服での  
調整をお願いします。

## 2 個人学習エリア (静の空間)

放送授業を視聴する時はこちらから！何度でも繰り返し  
学習することができます。



PC視聴学習スペース



一般雑誌コーナー

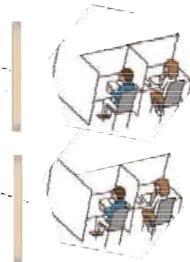


雑誌種類も増やし、多種多様  
な分野の雑誌が揃い充実して  
います(^^) /

読書コーナー



DVD 視聴学習  
スペース



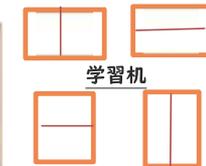
新着本コーナー



図書室に新しく仲間入りした  
本をおいています。  
最新の本はここをチェック



## 3 集中学習エリア



学習机



集中自習室  
INTENSIVE STUDY ROOM

いいね!

学生Oさんの提案で  
机と仕切り版の向きを  
格子状に変えたみた  
ところ大好評！  
学習しやすくなったとい  
う声が多数寄せられていま  
す。それぞれの使い方から  
発明が生まれる！  
面白いね(^^) /

音読ルーム。集中学習室は  
個室になっています。  
こちらは窓口申請になります。  
また、感染症対策のため、長時間の  
ご利用はご遠慮ください。  
ご利用後は必ず窓を開け換気を!!



みんなが気持ちよく利用出来るよう  
7つのお約束を掲示しています!

# 客員教員が選ぶオススメ本 ベスト5 大湾知子先生編



ベスト5までの書籍は沖縄学習センターに  
カウンター横に配架しています。

## No.1

もっといい方法が見つかる  
目からウロコの感染対策



大湾知子/藤田次郎 編集 (株)南江堂

ゼロにできない院内感染にお悩みのナース必見。感染管理では、「わかつつもり」「できてつつもり」の落とし穴が少なくありません。この「つもり」にハッと気づかされるような事例や方法を根拠に基づいて解説。院内のマニュアルに掲載されていないこと、原則通りにやってもうまくいかないことなど、日々の悩みの種を解決する“目からウロコ”の1冊。

## No.3

アンガーマネジメント11の方法  
怒りを上手に解消しよう

ロナルド・T・ポッターエフロン /パトリシア・S・ポッターエフロン  
金剛出版



怒りは誰にでもある。よい、悪いはない。問題はその感情の処理である。本書は怒りを11種類に分け、それぞれの怒りについて理解を深め、自身で怒りのマネジメントをできるようにしていく。心理臨床職に関わる方はもちろん、ソーシャルワーカーや看護師にもとても役立つ1冊です。

## No.5

自己主張トレーニング 改訂新版



ロバート・E・アルベルティ/マイケル・L.エモンズ  
菅沼憲治他 東京図書

アサーティブな生き方を40年以上にわたり追求してきたバイブル本、待望の改訂新版。「アサーティブ」という自己表現のスタイルを提唱し、アサーティブネスの本質を実体的、実現的に化学的根拠を示して解説する。

関連図書(看護や介護職・教員・SCに関わる方に **おすすめ**)

	書籍名	配架場所
①	マンガでわかる介護職のためのアンガーマネジメント	沖縄SC
②	ナースのためのアンガーマネジメント 怒りに支配されない自分をつくる7つの視点	本部 (OPAC)
③	セルフ・アサーション・トレーニング 疲れない人生を送るために	
④	自己主張(アサーティブネス)トレーニング 人に操られず人を操らず	
⑤	イラスト版子どものアンガーマネジメント 怒りをコントロールする43のスキル	



大湾 知子 先生

専門分野:成人看護学、感染看護学、尿失禁看護学

放送大学の学生さんの中には看護師を目指し学習されている方も多くいらっしゃいます。看護師を目指す学生さんはもちろん、コロナ禍の今だからこそ読んでほしい本をご紹介します♪

## No.2

慢性期看護論 第3版

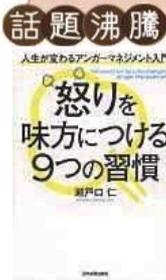


鈴木志津枝/藤田佐和 編集  
ヌーヴェルヒロカワ

慢性期看護論の理解を深め、看護実践を展開していくうえで役立つテキスト。慢性期にある人が病気と上手につき合いながら、自らの力で生活を拡大し、その人らしい生活が営めるように援助できることを目指し、そのための看護理論、実践、事例により解説しています。

## No.4

怒りを味方につける9つの習慣  
人生が変わるアンガーマネジメント入門



瀬戸ロ仁 著 日本実業出版社

怒りの感情をコントロールすれば、プラスの力になる!

「アンガーマネジメント」は、怒りに対する理解を深め、うまくつきあっていく手法。怒りへのさまざまな対処法を「9つの習慣」として紹介し、日常生活の中で怒りをコントロールする方法が詰まった1冊。対人関係によるイライラカムカに振り回されたい!嫌われない、相手の傷つけない秘訣を学ぼう(\*'▽')

### Q&A アサーティブとは?

アサーティブとは、自分の言いたいことを大切にすると同じに相手の伝えたいことも尊重し理解しようとする考え方です

### Q&A アンガーマネジメントとは?

人間が抱える混沌とした怒りや悲しみ、劣等感などを自分の中で整理し、その状態を客観的にみることで怒りなどの強い気持ちが生じて、それを適切にコントロールし、問題解決を図るスキルのことです。

## 図書室からご協力お願い

- ◆「3密」にならないよう、距離を空けて着席してください。
- ◆ヘッドホンは図書カウンターにあります。利用される方は、図書カウンターに申し出てください。
- ※感染防止のため、ご自身の物を使用することをおすすめします。
- ◆ヘッドホン、CD、DVD、書籍はカウンターに返却してください。

# 沖縄学習センター サークル・同好会のご紹介

新型コロナウイルス感染症対策をしながら活動しています。見学をご希望の方は、各サークルまでお問合せください。

※サークル内での連絡事項等は各サークルでメンバーの皆様にご連絡をお願い致します。

## サークル

### Enjoy English



#### 活動日

毎週火曜日  
14:00 ~ 16:00

#### 場所

サークル室

### 三線サークル



#### 活動日

毎週水曜日  
15:00 ~ 17:00

#### 場所

サークル室

### 煎茶サークル「和」



#### 活動日

第4水曜日  
15:00 ~ 17:30

※当面の間 15:00~17:00

#### 場所

非常勤講師室

### 体操サークル



#### 活動日

毎週金曜日  
10:30 ~ 12:00

#### 場所

サークル室

### パソコンサークル



#### 活動日

毎週金曜日  
12:30 ~ 15:30

#### 場所

実習室

### 中国語勉強会 「你好倶楽部」



#### 活動日

第1~4土曜日  
12:40 ~ 14:40

#### 場所

第1・3(土) 学生相談室  
第2・4(土) サークル室

### 英語クラブ 「BRUSH UP」



#### 活動日

第1・3土曜日  
14:00 ~ 16:00

#### 場所

サークル室

### 旅の会



#### 活動日

第1日曜日  
13:00 ~ 16:00

※当面の間、活動休止

#### 場所

サークル室

## 同好会

### 琉球舞踊同好会



#### 活動日

毎週金曜日  
13:00 ~ 15:30

#### 場所

サークル室

### 心理学研究会



#### 活動日

第2・4土曜日  
15:00 ~ 17:00

#### 場所

サークル室

※当面の間、オンラインで活動

※心理学研究会の見学をご希望の方は [utina.sinri@gmail.com](mailto:utina.sinri@gmail.com) までご連絡ください ↑