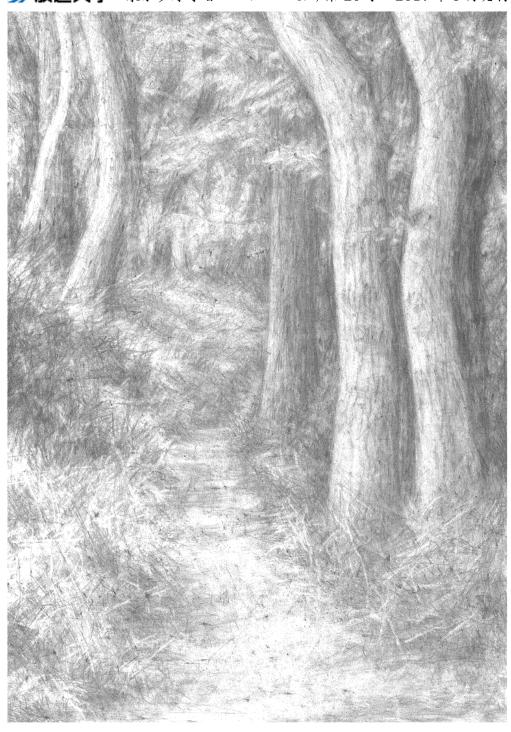


|| 放送大学 東京多摩学習センターだより第 20 号 2017 年 9 月発行



「多摩の風景3-夏の雑木林-」齋藤文孝

発行 放送大学東京多摩学習センター 〒187-0045 東京都小平市学園西町 1-29-1

TEL: 042-349-3467 E-mail: tama-sc@ouj.ac.jp URL: http://www.sc.ouj.ac.jp/center/tama/

公開講演会「計画と先送りの心理学」のご報告



講師:森津太子が送大学教授(社会心理学/認知心理学)

担当科目: 社会心理学('14)、危機の心理学('17) ほか





去る7月15日(土)、東京多摩学習センターで公開講演会「計画 と先送りの心理学」が開講されました。

講師の森教授は本学教養学部心理と教育コースの専任教員で、人が日常生活の中で行う様々な社会的判断の背後にある認知的なメカニズムの検討が主な研究テーマです。

放送授業科目は、「社会心理学('14)」をはじめ、心理学の基礎から専門まで幅広く担当されています。

面接授業科目は、東京多摩学習センター(平成29年度第2学期)においては「社会的認知における非意識的過程」を10月14日 (土)・15日(日)に開講予定です。

今回の講演会では、なぜ人は計画通りに事を遂行できるとは限らず 締め切りに間に合わないことがあるのかという問題を、心理学の知見 をもとに考えていくことができました。講演概要は以下の通りです。

そもそも計画が間違っている(計画錯誤)。そして、やるべきこと をやらずに先送りにする。いずれも多くの人に共通して見られる傾向 といえます。

計画錯誤が生じる背景には、過去に課題遂行の遅れ(失敗)を経験していても将来について楽観的なシナリオを描いてしまう傾向があります。楽観的なシナリオは、自己高揚動機(自分自身に対する評価を維持・高揚しようとする動機づけ)およびポジティブ・イリュージョン(自分に関係する出来事の意味を、現実より楽観的に、自分にとって都合が良い方向に歪めて考える傾向)という心の働きから導かれます。

先送り(先延ばし)を引き起こす要因には、現在志向バイアス(目先の利益を優先させる傾向)、満足の遅延(すぐに得られる価値の少ない報酬よりも、より価値のある報酬を得るまで欲求充足を遅延させるよう自己制御する)能力の不足などが考えられます。

締め切りに間に合わせるために、どうすればよいか。背景にある人間の普遍的な心の働きについて理解する。個人内の変動(自己制御能力、気分の影響)を理解する。個人間の変動(個人差、個人によって先送りを助長する要因が異なる)を理解する。外在的な要因をコントロールする(人間の行動は、その行動をする人とその人を取り巻く環境によって決まる。状況の力は我々が想像する以上に強い)。近くにある誘惑・強い誘惑は先送りを助長しやすいので、時間的余裕があるときに誘惑を絶っておく習慣化をすることが大切です。

<参加者の感想>

- ・資料もお話もわかりやすくてとても面白かったです。もっと学んでみたいなと思わされる講演でした。
- ・日々の生活で役に立つお話が多かった。
- ・勉強しなくてはいけない状況で、掃除をしたくなる理由が分かりすっきりしました。
- ・今どうしても先送りしていることがあり、なぜ?どうすれば?の問題意識を持って聞きました。ファミレスに行くとなぜ捗るか。誘惑の遮断!ですね。
- ・ついやってしまうことに心理学的裏づけがあるとわかることで前向きに対策を考えることができると思いました。
- ・娘がなぜやる気を出さないのか少々理解できました。森先生の授業を是非受講したいと考えております。
- ・話のテンポ・滑舌が良く、聞きやすく拝聴させていただきました。
- ・大学で心理学を専攻していましたが「社会心理学」の講座はありませんでしたので、新鮮で「人間を知る」という 意味でとても楽しかったです。自分の反省するところもたくさんありました。
- ・あまりにも言い当てられすぎていて恥ずかしいと思うくらい面白かったです。役に立てられるようがんばります。

公開講演会「宇宙の謎ー私たちはなぜここにいるのか?ー」のご報告



講師: 谷口 義明 放送大学教授(宇宙物理学/銀河天文学/光学・赤外線天文学)

担当科目:生命・物質研究法(8)「宇宙物理学研究法」ほか



天文学者になってわかったこと この宇宙は 宇宙が理解できる今の時代、 人類に宇宙を見せたかった 去る8月27日(日)、東京多摩学習センターで公開講演会「宇宙の謎ー私たちはなぜここにいるのか?ー」が開講されました。

講師の谷口教授は本学大学院博士後期課程自然科学プログラムの専任教員で、銀河の形成と進化・巨大ブラックホールの形成と進化・観測的宇宙論・太陽系小天体などを研究されている世界の第一線で活躍中の天文学者です。

今回の講演会では、銀河の成り立ち・宇宙の成分・宇宙の未来予想 図・人類が宇宙を観測できる事の不思議さ等、壮大なスケールの宇宙 論を、美しい映像を流しながら、ユーモアを交えつつ分かりやすく語 っていただきました。講演概要は以下の通りです。

大学に入った頃は、自分がまさか本当に天文学者になり国際的に活躍できるとは思っていませんでした。研究者になるには、好奇心・集中力・継続力を持ち続け、ひらめき力を育てることが大切です。自分を信じてやってみましょう。

私たちが住んでいる地球·太陽系のある銀河系(天の川銀河)は約200億個の星の大集団です。ただし宇宙全体には1兆個の銀河・

10の23乗個の星があります。私たちの銀河系だけが特別というわけではありません。

たくさんの銀河はどのように生まれ育ってきたのでしょう。 138億年前のビッグバンによる誕生以降、宇宙は膨張しながら、あちこちに星を作るガスが集まり合体して銀河の「種」が育っていきました。この際重要な役割を果たしたのが暗黒物質(ダークマター)と考えられます。

暗黒物質は、おそらく未知の素粒子で私たちが知っているどの原子より質量が重いと想定されます。電荷を持たず 電磁波を出さず原子とほとんど相互作用しないため、観測が困難です。しかし、宇宙望遠鏡によって大規模な質量解 析を行い暗黒物質の分布を推定した結果、暗黒物質の重力で星を作るガスが引き寄せられていることが明らかになり ました。すなわち、銀河は暗黒物質のゆりかごの中で生まれ育ったといえるのです。

宇宙を研究していると、様々な事柄が人類にとって適度に調節されていると感じることがあります。例えば、もし太陽の核融合反応の定数が0.007より大きければ暑すぎて、小さければ寒すぎて人類は地球に住めません。もし光の速度が有限(秒速30万km)でなく無限大だったら、人類は「現在」しか見えず、遠くの天体を観測して「過去」を調べることができません。「私たちの住む宇宙は絶妙にチューンされている」というのが一つの結論です。

宇宙の未来予想図として、50億年後には太陽が死に、100兆年後には全ての銀河が死に、10034乗年後には全ての原子が死ぬという説があります。私が天文学者になってわかったことは、「この宇宙は宇宙が理解できる今の時代、人類に宇宙を見せたかった」ということです。さあ、ぜひ放送大学で宇宙を学びましょう!(笑)

<参加者の感想>

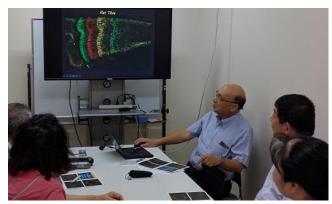
- ・谷口先生の講演を拝聴したくて茨城県から来ました。とても面白くてわかりやすく、あっという間の1時間半でした。是非、先生の授業を受講したいです!
- ・谷口先生の軽妙なお話、またとても内容のあるお話に感銘を受けました。私たちがここに存在していることが絶妙 な宇宙のチューンの結果であることが、非常に不思議であり、何とも幸福であると感じました。
- ・映像がとても美しくて、涙が出そうでした。宇宙の事をもっと深く学んでみたくなりました。
- ・巧みなご説明で、今まで書物を見てもイメージ出来なかったいくつかの事象が、多少理解できたように思います。
- ・宇宙は絶妙にチューンされているという、この現状認識を大切にしたい。宇宙が理解できる今の時代は、人類にとって幸せなのである。

多摩ゼミ「骨と歯の病気の薬物治療(アドバンスコース)」

去る6月15日(木)から7月6日(木)にかけて全4回、東京多摩学習センター大谷啓一客員教授によるゼミ 「骨と歯の病気の薬物治療(アドバンスコース)」が開催されました。

骨と歯の病気と薬物治療の知識と現在問題となっている課題などについて、観察・発表・討論等を行いました。

ゼミ最終回には御茶ノ水にある東京医科歯科大学歯学部共用研究室に場所をお借りしてゼミが開講されました。本 学習センターの面接授業をご担当いただいている青木和弘教授のご協力もあり、大学所有の蛍光顕微鏡を使うことが できました。蛍光顕微鏡を用いることにより、蛍光物質のテトラサイクリンが骨に沈着する様相を、色分けされた骨 の蛍光断層像を視覚的に捉えることにより理解することができました。ゼミの参加者にとって非常に興味深い体験で あり、面接授業の内容の理解を更に深めることができたと好評でした。





多摩ゼミ「プルーストを読む」

去る5月11日(木)から6月22日(木)にかけて全5回、東京多摩学習センター中野知律客員教授によるゼミ「プルーストを読む」が開催されました。

フランスの作家マルセル・プルースト(1871~1922)の小説『失われた時を求めて』の第一篇『スワン家のほうへ』第一部「コンブレー」を邦訳(吉川一義訳/岩波文庫)で精読しました。

本ゼミは輪読(各受講生が数ページずつ分担し、順番に音読・発表等をする)形式で行われました。『失われた時を求めて』は長大で難解な作品であり通読しづらいとよく言われますが、一人ではなくグループで少しずつ読み進めていくことで、読書のモチベーションが維持・向上できたと思われます。

中野先生の作品解説も本当に素晴らしかったです。繊細な感性で紡がれた文章を丁寧に読み解きプルースト独特の 意識の世界を語る先生の姿には、まるで作者プルースト自身が先生に乗り移ったかのような迫力を感じました。「中 野先生の解釈にうっとりしてしまった」と感想を述べていた受講生もいました。

ゼミ終了後、「ぜひ2学期も今回の続きのゼミを開講してほしい」という要望が多数ありました。学生の読書離れが言われるようになって久しいですが、本格的な文学作品を読むことで教養を高めたいという方々が確実にいるということを、本ゼミを通して感じました。





2017年度2学期 多摩ゼミ開講予定

1学期に開講した「多摩ゼミ」について、ご好評により2学期も開講が決定しました。

ゼミとは、放送授業や面接授業とは異なり、少人数の学生による自主的な発表や討論が中心の授業形態です。

学生・教員とのより深いつながりの中で、学びを深めてみてはいかがでしょうか。

各ゼミの授業詳細・申込方法は、当学習センターのホームページ・掲示等でお知らせします。

- ※受講料は無料です(ただし、実費がかかることがあります)。
- ※1学期に多摩ゼミに参加されていない方も受講可能です。
- ※多摩ゼミは正規の授業ではありませんので、単位は取得できません。

担当教員	ゼミテーマ	開催日程	定員
山﨑 秀記		10月26日・11月2日・9日・16日・	
東京多摩学習センター客員教授	プログラミングで遊ぶ:	30日(全5回・木曜日)	10名
一橋大学名誉教授	JAVA編	13:30~15:00	
中野 知律		10月12日・26日・11月9日・30日	
東京多摩学習センター客員教授	プルーストを読む②	・12月7日(全5回・木曜日)	8名
一橋大学大学院社会学研究科教授		14:30~16:00	
姫野 敦子		10月18日・11月1日・15日・29日	
東京多摩学習センター客員准教授	能『隅田川』を読む	(全4回・水曜日)	8名
清泉女子大学准教授		13:30~15:00	
坂内 德明		10月31日・11月14日・12月5日・	
東京多摩学習センター所長	ロシア文化への招待	19日・1月16日・2月13日・27日の	10名
一橋大学名誉教授		日程内で全5回 13:30~15:00	

学びの窓口(所長・客員教員による学習相談)のご案内

学習の方法・進め方・卒業研究・大学院進学など修学上の諸問題について、当学習センターの所長・客員教員が個別相談に応じます。

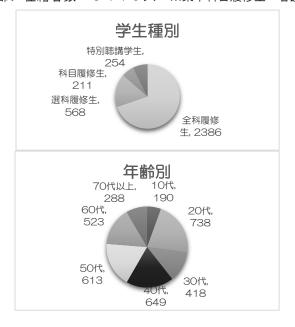
希望者は、下記の表を参考に、電話・メール・事務室窓口にて事前にお申し込みください。希望者と教員双方の日程 を調整したうえで、相談日を決定します。

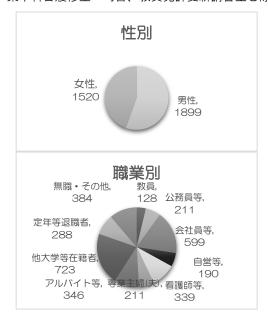
各教員の出校日は、当学習センターのホームページ(「学習相談一覧」に当月の出校表を掲載)・掲示をご確認ください。なお、出校日は変更になることがありますので、事前に必ず事務室に確認願います。

教員名・現職	出校日	専門分野	メッセージ	2017年度 担当面接授業科目名
大谷 啓一		薬理学・	薬の効き方や、どうして薬が病気を治	骨と歯の病気の薬物治療
東京多摩学習センター客員教授	水・木	歯科薬理学	せるのか、また人と医療の問題も話し	(2学期)
東京医科歯科大学名誉教授	午後		合って考えましょう。	
			コンピュータについて、一緒に考えて	計算機科学入門
山﨑 秀記	火・木	理論計算機科学	みませんか。なぜ万能で小さく速いの	(1 学期)※終了済
東京多摩学習センター客員教授	午後		か。何でもほんとうにできるのか。そ	言語理論とオートマトン
一橋大学名誉教授			こには先人の知恵と工夫が詰まってい	(2学期)
			ます。	
中野 知律		フランス語圏	フランス文学のさまざまなかたちにつ	『失われた時を求めて』
東京多摩学習センター客員教授	木	文芸思想	いて、文学作品を読みながらご一緒に	の世界
一橋大学大学院社会学研究科教授	午後		考えていきましょう。	(1 学期)※終了済
姫野 敦子			日本の古典文学と歌について、一緒に	室町時代の小歌集を読む
東京多摩学習センター客員准教授	水	日本中世文学·	語り合いましょう。鎌倉時代や室町時	(1 学期)※終了済
清泉女子大学准教授	午後	歌謡文学	代の人々の想いに耳を傾けてみません	
			か?	
星薫			初めての試験を控えている方、そろそ	心理学文献講読2
東京多摩学習センター客員准教授	土	心理学	ろ卒業研究を考え始めている方、認定	(1 学期)※終了済
前放送大学准教授	午後		心理士について相談してみたい方な	心理学文献講読3
	(月1回)		ど、どうぞご相談ください。	(2学期)
坂内 德明		ロシア民俗学・	民衆文化の歴史と構造について考える	民衆文化史序説
東京多摩学習センター所長	火~土	文化史	ための「テクスト」作りのサポータア	(1 学期)※終了済
一橋大学名誉教授			になります。	版画に見るロシア庶民生
				活誌(2学期)

数字で見る東京多摩学習センター[2017年度第1学期]

<教養学部>在籍者数:3419人 ※集中科目履修生・看護、集中科目履修生・司書、教員免許更新講習生を除く

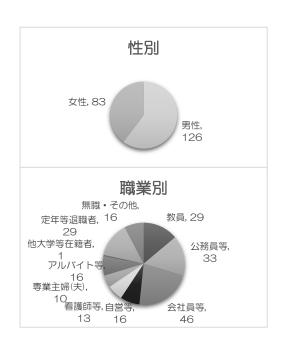




<大学院>在籍者数:209人



順位



◆学生数の多い市トップ10◆

◆登録者の多い放送授業科目(学部)トップ10◆

科目名

人数

順位	市名	学生数
1	八王子市	717
2	小平市	260
3	所沢市	167
4	府中市	163
5	力川市	153
6	東村山市	147
7	国分寺市	142
8	日野市	123
9	小金井市	111
10	西東京市	108

子市	717	1	英語事始め('17)	302
ӣ	260	2	運動と健康('13)	202
市	167	3	身近な統計('12)	147
市	163	4	都市社会の社会学('12)	145
市	153	5	日本語とコミュニケーション('15)	135
市山	147	6	健康長寿のためのスポートロジー('15)	128
寺市	142	6	心理学概論('12)	128
市	123	6	中国語 [('14)	128
井市	111	6	人体の構造と機能('12)	128
京市	108	10	博物館概論('11)	122

※学部生・院生両方含む

2017年春の所長表彰



去る4月2日(日)、春の所長表彰が行われました。東京多摩学 習センターでは、卒業(修了)者の中から優秀な成績を修めた方 に「成績優秀者賞」を、センターで定めた複数のコース等を卒業 (修了) した方に「生涯学習奨励賞」を授与しています。

今回、成績優秀者賞は学部12名・修士2名、生涯学習奨励賞 は学部27名・修士9名が受賞されました。教職員一同、心より お祝い申し上げます。



(高橋悠里・作)

所長の迷想

東京多摩学習センター所長 坂内徳明(ばんない とくあき)

8月に二週間ロシアに出かけ、地方に残る貴族館跡のミュジアムをいくつか見て回 りました。果てしなく広大なロシアの平原と森にひっそりと、きらびやかに聳える宮 殿のごとき屋敷を目にした時は心が高揚する思いでした。その帰路にスモレンスク市 近郊「カティンの森」を訪ね、20世紀現代史の傷跡に言葉を失いました。事実認識 をめぐるさまざまな議論と経緯の中、どこかの国の隠蔽ぶりとは対照的に、過去=現 在にどこまでも向き合い、保存することの大切さを実感しました。

■新仟のご挨拶

※東京多摩学習センターでは、今年度新たに2名の職員が着任しました。皆様どうぞよろしくお願いいたします。

総務係長:本間敏朗(ほんま としあき)

4月から総務係に勤務しております本間と申します。東京多摩学習センターがスタートした平成14年頃は、 小平市の住人として、このキャンパス内を通勤や散歩コースとして毎日のように利用させていただきました。 この度、ご縁がありお世話になっておりますが、甚だ微力で至らないこともあるかと存じます。ご指導ご鞭撻

のほど、よろしくお願いいたします。

教務係長:林智朗(はやし ともあき)

8月より着任しました林と申します。こちらに来てまだ一月ほどですが、当センターやその周りの地域は緑が 多く穏やかで、とてもよい雰囲気だと感じております。

日々覚えることが多く勉強中ですが、学生の皆様によいサポートができるよう頑張ってまいりますので、どう ぞよろしくお願いいたします。

■今号の表紙について

<作品詳細>2017年、210×297、水彩紙、鉛筆

者>東京多摩学習センター図書室・視聴学習室担当職員 齋藤文孝(さいとう ふみたか)

<作者略歴>1998年武蔵野美術大学油絵学科卒。2007年上野の森美術館大賞展入選、08年賞候補。09年 はままつ絵画公募入選。12年~16年創画展、13年~16年春季創画展入選、第40回創画展奨励 賞。03年~15年個展・グループ展多数。現在創画会会友。

<絵について>「新芽が芽吹き、新緑の春となり、大きく育った葉が幾重にも重なりあって林を覆う夏がくる。秋に は一面紅葉し、やがて落ち葉となって冬を迎える。雑木林の一年は葉の変化に象徴される。同じ周期 を繰り返しながら時が流れ、いつ訪れても人々に同様の心地よさを与えてくれる。」(齋藤文孝)

【編集後記】

今年の夏、東京は雨の日続きで記録的な日照不足でした。湿気も多く体調不良に悩まされた学生の皆様も多いのではないでしょ うか。どうぞお体を大切にしながら学業をお続けください。教職員一同、陰ながら皆様の学生生活を応援しております。

おかげさまで当学習センター機関紙「多まなび」は今回で20号目の発行となりました。毎号多くのご理解・ご協力を賜り誠に ありがとうございます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。 [総務係 小林]

2017(H29)年度第2学期カレンダー(教養学部・修士選科生・修士科目生)

注)大学院修士全科生は『「研究指導」履修の手引』・博士全科生は『大学院博士後期課程履修の手引』と『学生生活の栞』をあわせてご参照下さい。

		1	IO月							1月			
月(】 》	水	木	金	土	В	月	火	水	木	金	土	В
						1 入学者の	1	2	3	4	5	6	7
				放送教材貸! (10/1~		集いたま祭	元旦	年始閉所	年始閉所	パソコン学習相談	防	放送教材貸出停. 計 1/5~1/2 部 1/7~1/2	20
2	3	4	5	6	7	8	8	9	10	11	12	13	14
閉所日	パソコン学習相談		パソコン学習相談		大学院 入試		閉所日	成人の日		パソコン学習相談			
9	10	11	12	13	14	15	15	16	17	18	19	20	21
体育の日	臨時 閉所日		学生 研修旅行		面接授業 空席発表		閉所日	パソコン 学習相談		パソコン 学習相談	試験(院 • 看護再)	試験 (院)	試験 (学部)
16	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28
閉所日	パソコン 学習相談		パソコン 学習相談	面接授業 追加登録 抽選会			閉所日	試験 (学部)	試験 (学部)	試験 (学部)	臨時 閉所日	試験 (学部)	試験 (学部)
23	24	25	26	27	28	29	29	30	31				
閉所日	パソコン学習相談						閉所日	臨時 閉所日					
30	31												
閉所日	パソコン 学習相談												
			11月				•			2月			
月	火	水	木		土	В	月	火	水	木	金	土	В
	₩ □ ₩ · · ·	1	2	3	4	5	>	8		1	2	3	4
		型新講習生 3(11/1~ (24)		文化の日						パソコン学習相談			
6	7	8	9	10	11	12	5	6	7	8	9	10	11
閉所日	パソコン 学習相談				web 11/9	出期間について ~11/30 17:00 5 ~11/30(必着	0	パソコン 学習相談		パソコン 学習相談			建国記念の日
13	14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17	18
閉所日	パソコン 学習相談						閉所日	パソコン 学習相談		パソコン 学習相談			
20	21	22	23	24	25	26	19	20	21	22	23	24	25
閉所日	パソコン学習相談		勤労感 謝の日				閉所日	パソコン学習相談		パソコン 学習相談			
27	28	29	30				26	27	28			・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	
閉所日	パソコン 学習相談						閉所日	パソコン 学習相談	30-1 学生募集			¥送 2/13~2/	
			12月							3月			
月	火	水	木	金	土	В	月	火	水	木	金	土	В
				1	2	3	***			1	2	3	4
				▼ 30-1 学生募集閉				**		パソコン 学習相談		講習	許更新 試験
4	5	6	7	8	9	10	5	6	7	8	9	10	11
閉所日	パソコン学習相談		パソコン学習相談				閉所日	パソコン学習相談		パソコン学習相談			
11	12	13	14	15	16	17	12	13	14	15	16	17	18
閉所日	パソコン 学習相談		パソコン学習相談				閉所日	パソコン 学習相談		パソコン 学習相談		放送教材貸 (3/18~	~3/31)
18	19	20	21	22	23	24	30-1学生募集 期限② ◆	20	21	22	23	24 学位記	25
閉所日	パソコン 学習相談		パソコン 学習相談		天皇 誕生日		閉所日	パソコン 学習相談	春分の日	パソコン 学習相談		授与式 (NHK ホール)	
25	26	27	28	29	30	31	26	27	28	29	30	31	
25 閉所日	26 パソコン 学習相談	27	28 パソコン 学習相談			年末閉所	閉所日	27 パソコン 学習相談 教材入替作		パソコン学習相談			

パソコン学習相談開催予定日(講師:山﨑客員教授)