

## 寮生活とライフスタイル

ハードな看護の学びを支えるきちんとした生活習慣と  
友達と楽しく過ごしながら自分を磨ける環境



### ハードな学びを支える 健康的な生活と 寮生活を通して得られる 貴重な人生経験

高校の頃に憧れていた養護の先生が三育学院 OG だったので、私も三育学院大学で学びたいと思い入学しました。高校も全寮制だったので寮生活にも何の抵抗もありませんでした。

「おはよう」から「おやすみ」まで、友達がいっぱい身近にいて、楽しいことをたくさんしたり、テスト勉強などもみんなで協力し合っているのが、寮生活の一番良いところ。なんでも自分勝手にというわけにはいきませんが、寮生みんなでどのようにしたら快適に生活できるのか考えるなど、一人ひとりを身近に感じて他者を大切することを学べるのは寮生活だからこそだと思います。

睡眠時間は 6～7 時間。通学時間がかからない分勉強時間や休息もしっかり取れます。食堂で出される食事は全てベジタリアン。地元の野菜や米をふんだんに使った食事が健康的な学生生活を支えてくれます。肉や魚が食べたいときもありますが、そういう時は近所のスーパーで食材を買って、友達と一緒にご飯を作って食べています。

この学生生活ははとでもユニークですが、その全てがハードな看護の学びを健康面で支えてくれるもの。看護師として役立つ貴重な人生経験もたくさん積むことができます。

**岡本 愛実**さん Manami Okamoto  
私立 基督教独立学園高等学校出身  
趣味：お菓子作り

「看護師の仕事は人に寄り添って手助けすることが一番大切」と話す岡本さん。学業の傍ら、「子山ホーム」というボランティア活動にも参加するなど、人に寄り添い助けようとする姿勢を学生生活でも存分に発揮しています。