

## 選択の先にある成長

私の大学生活は、思っている以上に「自分で選ぶ」場面が多いと感じました。ゼミやアルバイト、進路など、正解が一つではない選択に迷うこともたくさんありました。大学生活中でも、ゼミ選択はとても大きな決断の一つだと思います。2年間という時間を共に過ごす仲間や環境は、自分を大きく成長させてくれる存在になります。だからこそ、なんとなくではなく、自分が納得できる選択をしてほしいと思います。

私が首藤ゼミを選んだ理由の一つは、「大変だけれど、その分本気で向き合える場所」だと感じたからです。実際に活動してみて、楽なことばかりではありませんでした。その分、仲間との関係は家族のように深まりました。もともと私は協働作業があまり得意ではありませんでした。しかし、ゼミ活動を通して、周りに頼りながら一緒に何かを作る楽しさを知りました。自分一人で答えが出ないときは、誰かに話してみる。頼ってみる。そうすることで、新しい気づきや自分の本音に出会えることがあります。

ゼミの思い出で特に印象に残っているのが、ジョイントセミナーです。チームで一つのテーマについてプレゼンを作り上げ、準備期間はほぼ毎日電話で練習をしたり、集まってリハーサルを重ねたりしました。大変さもありましたが、その時間は今振り返ると本当に大切な思い出です。当日は不思議と緊張よりも「楽しい」という気持ちが勝ち、みんなで一つのものを作り上げた達成感を強く感じました。それと同時に、首藤ゼミでよかったと心から思った瞬間です。

人生は選択の連続です。直感で選ぶのも時には良いかもしれませんが、「本当に自分に合っているのか」と、一度立ち止まって考える時間も大切だと感じています。大学生という時間は自由だからこそ、不安や迷いもつきものです。でもその分、選択肢はたくさんあります。無理に自分を追い込まず、時には立ち止まりながら、自分らしい道を見つけていってください。そして、困ったときは一人で抱え込まず、ぜひ周りを頼ってください。

2026年3月15日

首藤ゼミ第5期 副ゼミ長

藤谷朋香