

# Living Leader Group オンラインセッション



社会学科2年

前坂龍太郎 / Ryutaro Maesaka

3F LGL

岡山県出身。カンボジアと地元岡山をこよなく愛する。大学では学内ツアーガイドとしても活躍する。「TEDxSophiaUniversity」の運営メンバーとしても活動中。

静岡県出身。世界連邦ユースフォーラム学生代表を務め、国を跨いで活躍するほか、模擬国連四ツ谷支部の会員としても活動している。



4F LGL

国際関係法学科2年

山内建人 / Taketo Yamauchi

Q: みなさん、こんにちは。寮内での交流はどのような雰囲気ですか？

前坂: 自分らしさを持っているから、意外な一面を持ってたり、とか、お互いの得意分野を教え合うみたいなことができるよね。

矢ヶ崎: うんうん、お互いに高め合える。いろいろなお話が出来て楽しい。

Q: お互いに違う面で補い合うのでしょうか。

前坂: そうだね。お互いを高め合うことに繋がるっていう感じだね。

太田: アルペの良さって、無理して自分からガツガツ行かなくても自然と交流出来ると思うんだよね。

自分らしく過ごしてほしいと個人的には思う。

矢ヶ崎: いわば家族みたいになれるよね、生活を共にしているから気も使わなくなるし。帰ってきたらおかえり！っていう、普通に会話が始まる感じが好き。

山内: 国も文化も言語も違う人が一緒に

暮らしていると、新しい価値観が得られて、すごく良い環境だと思う。

Q: 普段LGLはどのようにユニットを管理していますか？

前坂: 僕がいたユニットは自分以外留学生ばかりだったので、コミュニケーションを多くとることを心がけました。

それは自分の当たり前が、相手にとっては当たり前ではなく、それによってお互いがフラストレーションを溜めてしまわないよう心がけたからです。コミュニケーションをとりながら、お互いの考えを理解する、そうすれば、お互いにとっての妥協点が見つかってくるという感じ。

山内: 基本的な情報共有と交流促進、後はユニットメンバーが生活で困っていること・改善して欲しいことはないかという声を拾うことかな。

矢ヶ崎: LGLはユニットと一緒にいるメンバーでもあるけれど、リーダーでもあります。



みんながルールを守って気持ちよく暮らせるために必要な存在となる役割を果たさなければと思います。

**前坂**：LGLとしての自分とあくまで寮生の一人という二つの「アイデンティティ」みたいなものを持った状態で、生活をしないといけないから、声かけするタイミングとか、内容もすごく大事だと感じる。

**太田**：料理を作るのでも、部屋を掃除するのでも、自分が動かなきゃみんな何したらいいかわからないと思うので、自分が最初に動くことを意識してる。後は、なるべくほとんどの時間をリビングで過ごすことで、誰かが来たときに1人にならないようにしてる！相談事とかもそっちのがしやすい気がするの。

**矢ヶ崎**：24時間、寮生の見本となることがLGLの役割でもあるもんね。

**山内**：国や文化によって「キレイ」の基準も違うから、「キッチンキレイにして」って言っても、相手はすでにキレイ

だと思ってる、みたいなことが起きるよね。

**矢ヶ崎**：言語、文化の壁が立ち上がる時も多いね。でも、その壁を乗り越えてみんなと仲良くできると、めちゃくちゃ楽しい！

**Q**：LGL活動とその他の兼ね合いについて聞かせてください。

**前坂**：建人だったらWFMの代表との。花音だったら、ソフィア祭実行委員会。悠斗だったらアリオゾの編集長。

**山内**：今のところは大丈夫だけど、テスト前とかは大変かも。

**太田**：たぶん、やろうと思えばいくらでも仕事を増やせちゃうのがLGLの怖さなのかな、とは思う！

**前坂**：新たな「何か」、それこそ、イベントなど生み出して実行にうつすことができるのは面白いと思う！！

**矢ヶ崎**：お金をもらってやっていることだから、責任があるよね。自分たちで、企画から全てやらなければいけないから



新聞学科2年

太田 悠斗 / Yuto Ota

7F LGL

愛知県出身。幼少期を米国で過ごす。学生団体「アリオゾ」では本誌、ソフィアンズコンテスト誌編集長を経験、2020年度「アリオゾWeb」統括を務める。「津軽三味線愛好会三津巴」でも活動中。

山梨県出身。アルペではイベントリーダーを務める。ソフィア会実行委員会広報局、アカペラサークル「L'arbre de harmonie」、ポルトガル語劇団などでも活動中。

4F LGL

ポルトガル語学科2年

矢ヶ崎花音 / Kanon Yagasaki



大変なことも多いかな。でも、その分、やりがいはある！サークルとの両立は出来ているよ、ミーティングの時間も決まっているし。

**太田**：文化も言語も違う人がみんなで楽しめるようにするためにはどうしたら良いんだろう、ってのを考えながら企画を立てるプロセスには沢山の「気づき」があって、実際に成功したときにはやりがいを感じる！

**山内**：前例とかがないから、自分たちが手探りで作り上げているっていうのは感じるね。かえっていろんなことに縛られずにできてる。

**Q**：アルペに住むかどうか迷っている学生に最後に何か言ってみてください。

**前坂**：LGLに興味がある人、ないひと、どちらにとってもアルペ寮はとても楽しい寮です！最高の友人と最高の大学生活の思い出を作れると思います！

寮生一同、新たに来る仲間たちと最高の思い出を作ることを心から楽しみにしています！

**矢ヶ崎**：アルペ寮に住んだら、学部も学年も、国さえも飛び越えて仲良くなれると思います！一生の友達が出来ること間違いなしです。もし、迷っているなら、ぜひアルペに住んでください。絶対、後悔はしませんよ！

**太田**：地球規模で一生の友達が作れるかも！アルペはどんな人でも大歓迎。入って後悔はさせません！是非是非一度、見学に来てみて下さいね～！

**山内**：不安に思うこともあるかもしれませんが、考えすぎず飛び込んでみてください。もし自分がアルペに入らなかったら、全く違う大学生活を送っていたと思います。それぐらい大きな変化をあなたにもたらしてくれると思います。



アルペに入寮したきっかけはなんでしたか？

→一番の理由は教育プログラムや学生リーダーシステムが面白いと思ったからです！  
あと、アルペ寮は新しくおしゃれて、どこにでもすぐにいけるからです！

アルペで生活していたからこそ助かったこと

→友達ができるか不安がありました。けど、入寮して見たら、すぐにたくさん友達ができたので、不安はすぐに吹っ飛びました！

日本への留学を考える人・アルペに関心がある人へのメッセージ

→本当に本当にオススメします！すごく大切な友達と忘れない思い出が作れると思います！是非来てください！

毎朝1限にある日本語の小テストに備えてテスト勉強！

空きコマは図書館で勉強！  
たまに東京探検に行くときもある！

7:30 起床

8:00 起床

ご飯の時はハラール料理以外もよく食べる！  
豚肉さえないなら問題ない！！

国際教養学科3年

ミケイラパン / Mikaela Phang

ニュージーランド・オークランド出身。  
NZではオークランド大学日本語学部所属。  
あだ名はミキ。  
交換留学生として2019年の秋に来日。  
高校時代にも日本留学を経験。



自炊をする時には昔のホストマザーに教えてもらった日本食を料理することも！

15:00 スーパーで買い物

21:30 勉強

授業の後には箏曲部の活動に参加して日本文化を堪能しています！！

次の日の日本語の授業の小テストの勉強！！  
終わったらみんなでおしゃべり！

国際教養学科3年

カリール イスパハニ / Khaleel Ispahani

パキスタン・カラチ出身。  
日本滞在歴半年。  
パキスタンの大学から上智大学に編入してきたという異色の経歴を持つ。  
大学では箏曲部に所属し、日本文化を嗜む。

アルペ寮の魅力は何ですか？

→みんなとても寛容で心を開いていることです。困った時にはいつも誰かが助けてくれます。自分が入寮した時にはとても歓迎されていると感じました！

アルペで生活していて驚いたことはありますか？

→一人で食事をするということですね。パキスタンでは家族や友人と一緒にするのが普通なので、一人でご飯を初めて食べに行った時はすごい変な気持ちでした(笑)

アルペでの生活から得た「学び」があれば教えてください

→様々な文化や価値観を持つ人と出会ったことで、私の世界観を広げるのにつながりました。この経験は私の将来のキャリアにとってかけがえのない財産になると思います！



# イベント紹介 #アルペの一年

3  
March

4  
April

- ・ウェルカムパーティー
- ・教育プログラム
- ・履修相談会

10  
October

11  
November

- ・ウェルカムパーティー
- ・アメイジングレース

5  
May

6  
June

- ・夜の金曜ロードショー
- ・ポットラックパーティー

12  
December

- ・地域散策ツアー
- ・クリスマスパーティー
- ・異文化理解ワークショップ

7  
July

- ・鎌倉旅行
- ・BBQ

8  
August

- ・日光旅行
- ・花火大会
- ・台湾旅行
- ・キャンプ

1  
January

- 2  
February
- ・送別会
  - ・ポットラックパーティー





# 教育プログラムを受けて…



アルペ国際学生寮では**学生が隔週で集って教育プログラムに参加**します。寮生は教育プログラムを通してプランを立てる上でのビジョンの立て方、実現方法を学ぶ講義・ワークショップに参加し、それを踏まえて**一人一人が実践的な目標やビジョンを形成**しアクションプランを立て、寮生同士で協働しながらプロジェクトを進行させることで、**実行する力やコミュニケーション能力、リーダーシップ能力を育てています**。高木南菜佳（英語学科2年）

**ヘルス&ビューティープロジェクト**では、「どうすればより多くの人が健康と美容を意識した生活を送ることができるのか」をテーマに企画を進めています。想像を膨らませることの面白さを感じる一方、**アイデアを形にすることの難しさ**も感じますが、講師の皆さまのサポートを受けながら、楽しくアクションプランを描いています。**今後の大学・社会人生活でも生きる力が身に付くと感じています**。木村まみ（経済学科4年）



**オリンピックパラリンピック**に向けて日本人と訪れる外国人を繋げることができるイベントづくりを行っています。折角オリンピックが日本にやってくるタイミングで**日本と海外を繋げる**ことが出来ることに**喜び**を感じています。井村美結（英語学科2年）

## 教育プログラムの様子



私たちは、「**島スクール spin off**」と題して、自分たちの「**やりたい**」と、佐渡の人たちの「**やりたい**」を掛け合わせて、一緒にプロジェクトを進めていく予定です。私たちのやりたいことは、「**持続可能な地球をつくる**」ことです。そのために、**世界の環境問題をみんなで知るプロジェクトや、人とのつながりを大切にするプロジェクト**、他の人の努力や継続力を知って自分の目標に活かすためのプロジェクトなどがあります。内山きらり（総合グローバル学科2年）

ポルトガル、リスボン生まれ。  
1991年に来日し、2021年には30周年。  
上智大学や外務省で非常勤講師を務める。  
専門は神学で、アルペの隣の真正会館で「ワカゲ」という学生向けの活動の場を設ける。



パウラ先生

## ポットラックパーティー ～パウラ先生と異文化を学ぶ～

参加者は、一人または自分のユニットで料理を作り、1Fの多目的エリアへ持ち寄ってみんなで食べ合うという食事会です。寮内には様々な国から来た寮生はもちろん、ベジタリアンやムスリムといった寮生もいます。そのような寮生が、普段どんな料理を作って食べているか、ということを実際に体験し、作った本人から話を聞きながら学ぶことができる、とても貴重な場です。中島雄生（経済学科3年）



# FAQ ～よくある質問～

## Q. セキュリティーについて

A. スタッフまたは警備員が24時間常駐し、寮の入り口等に防犯カメラを設置しています。寮生以外の訪問には、事前の連絡と記名、ゲストと分かるタグの着用をお願いしています。また、カードキーでオートロック式の玄関から各居室、及び生活スペースは同様にゲートで仕切られており、カードキーを持っていない人が侵入した場合は警報音が鳴り、警備員が駆け付けます。

## Q. 男女棟の分かれ方と共有スペース

A. カードキーと連動したゲートで男女棟は区切られているため、自室の無い棟に入ることは出来ません。それぞれのゲートは、常に警備員・職員の居る office を挟んで反対側にあります。共有スペースは1Fのスタディールーム、シアタールーム、テラス、ロビーのみで、その他の場所に侵入した場合は処分が下されます。

## Q. ユニット内の生活スタイル

A. ユニット内の構成は、各居室×7、シャワー室×2、洗面台×2、お手洗い×2、キッチン×1です。キッチンには食器、炊飯器、冷蔵庫、電子レンジ、オーブン、包丁などの調理器具が備え付けられており、キッチンペーパーなどの備品はofficeから配給されます。トイレトペーパーも同様です。また、掃除機などの掃除用具、アイロン、アイロン台も各ユニットに一台ずつあります。最大7人が同じユニットを利用しますが、譲り合って使うようにしています。

## Q. 清掃について

A. 各居室以外の場所には、毎日、清掃業者が入ります。清掃を依頼するにあたり、いくつかのルールがあります。例えば、キッチンに食器や私物を放置していたり、洗い物をそのままにしてあった場合は清掃範囲から除外されます。各ユニットごとにだいたい決まった時間に清掃が始まるため、それまでに片付ける必要があります。

## Q. 寮の周りの施設について

A. 徒歩1分以内に、コンビニ、郵便局、JR信濃町駅、大学病院、ATMがあります。また、寮生は、徒歩15分圏内の丸正総本店というスーパーをよく利用します。その隣にドラッグストア、花屋があります。その他にも、多くの飲食店やジムが徒歩10分圏内にあります。



アルペ国際学生寮  
〒160-0016  
東京都新宿区信濃町 33-7  
tel: 03-3351-1028  
JR 総武線  
信濃町駅から徒歩一分



パンフレット制作班  
前坂龍太郎 太田悠斗  
伊藤恵亮 ルップリ文雄  
涂詩語 窪田真奈 渡部黎 高沢結衣  
製作年：2020年  
Special thanks to..All Arrupe residents