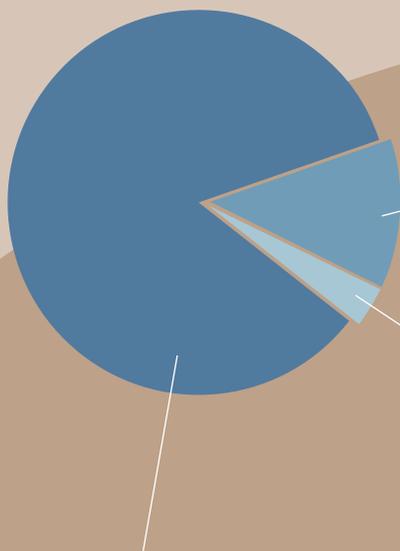


クリエイティブラボ生に聞いた！

ボクらのうち時間

「まいったな 2020」 そんなビルボード広告が掲げられた渋谷。
人々の行き交う巨大都市もまた、パンデミックという未曾有の事態に巻き込まれました。
東京オリンピックは延期、不要不急の外出は制限され、点々と目立つのはテナント募集ポスター。
ボクらのキャンパスライフも変わってしまいました。あるのは先の見えない不安だけ。
ピークから約半年。社会が日常へ戻るなか、未だ学生だけ取り残されています。
でも、こんなときだからできること、こんなときにしかできないこともあるでしょう。
そこで今回は、ラボ生に“うち時間”を聞いてみました。あなたの“うち時間”のご参考に！

Q. 今振り返ってみて、自粛期間があったことは自分にとって実りある時間になったと思いますか？



あまり良い時間ではなかった (16.7%)

“ 体への負担は少ないが、出来なくなったことが多すぎる。
外に出て人と何かをしたりすることに生きがいをを感じる。 ”

良いこともあれば、良くないこともあった (2.4%)

“ 時間が取れたから普段できないことに挑戦したり
生活リズムを整えたりできたが、その分だらけることも多かった。 ”

実りある良い時間になった (81%)

“ 自分にとって大切なものは何か、そういうことを再考するきっかけになった。
今までできていなかったことにチャレンジできた。
就職活動が始まる前に、ゆっくり自分と向き合い、また自分を休めてあげる良い機会となった。
これまでになかった家族との時間を楽しむことができた。
好きなことに時間を割けたこと、自分の気持ちにも余裕がもてたこと。
今までの人生を振り返り、どんなことをしてたか感じ、そこから色々なことを改めて学んだ。 ”

この自粛期間は、自分にとって良い時間となったのか、良くない時間だったのか。ラボ生にアンケートを取った結果、その大半のラボ生が“実りある良い時間だった”と捉えていることがわかりました。外出自粛により“うち時間”が増え、かねてからやってみたかったことに挑戦したり、年齢を重ねる度に少なくなっていた家族との時間を楽しんだり、将来を見据えて自分を見つめ直したり。多くの自由が失われた時間ではありましたが、この期間をポジティブに捉えて過ごしたラボ生が多かったようです。

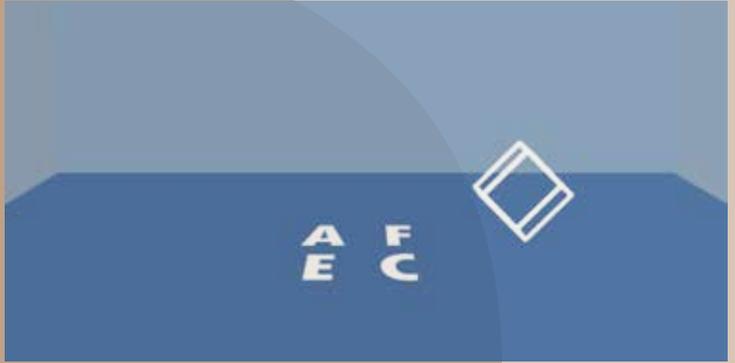
それでは、ラボ生の“うち時間”を写真とともにのぞいてみましょう！

新しく始めたこと / やっていたこと
▶いつから始めたか / 費やした時間 ▶やってみようと思った理由やきっかけ ▶推しポイント ▶得られたこと
▶おすすめの一言 ▶学年・イニシャル



モーショングラフィックス制作

▶3月くらいから ▶オンライン新歓映像を作ったのがきっかけ ▶正解がないところ。0.1秒までこだわり抜けるところ。▶映像編集スキルが上がった。▶0から1を生み出す、まさにクリエイティブな作業です。▶ものづくりが好きな人におすすめです！▶3年 S.Kさん



ラジオ体操

▶3月くらいから ▶時間があすぎてだらだらしてしまうので、早起きをして健康生活をしようと思ったからと、おじいちゃんがやっていたから。▶1日を気持ちよく迎えられる。▶健康な体 ▶おじいちゃん、おばあちゃんの朝は早い。健康生活は素敵です。▶2年 M.Kさん

地元観光地巡り

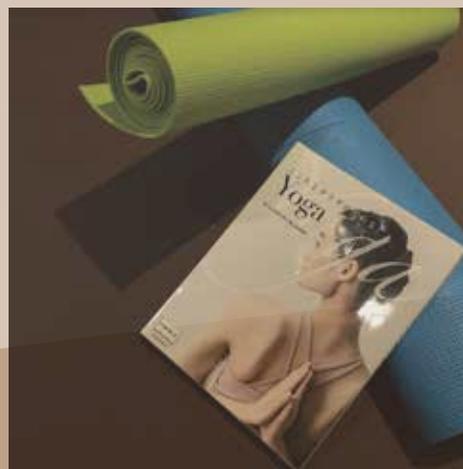


▶7月くらいから ▶意外にプチ田舎な(地元)の良さや観光地を知らないなと思い、半日とかで行ける距離の地元観光地をもっと知ろうと思ったから。▶東京から1時間かからない距離で、地方観光気分が楽しめるスポットがいっぱいある！▶旅行の楽しみは、実際のスポットなのか、それとも移動のプロセスや準備のプロセスなのかという疑問や視点 ▶ぜひ千葉にも遊びにきてみてくださいw ▶3年 M.Iさん



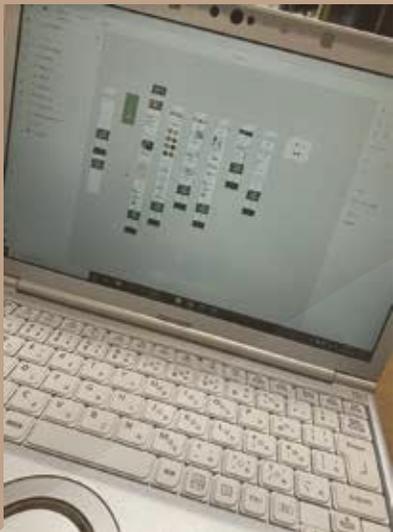
▶4月初旬から ▶暇だったから ▶知らない人から反応が来るのがおもしろい ▶簡単な動画編集ができるようになった ▶2年 K.Sさん

YouTube 動画投稿



ヨガ

▶4月初旬から ▶母がオンラインヨガ(ヨガの先生とzoomで繋がって、リアルタイムでヨガを一緒に行うもの)を始めたのがきっかけ。家において鈍る体を動かしたかった。▶頭が冴えてスッキリする！1日頑張ろうと思える。▶ヨガは呼吸が大事なのでヨガで呼吸を意識したら焦った時でも呼吸を整えられるようになった。▶朝イチやると色々はかどります ▶3年 S.Iさん



Adobe

▶7月くらいから▶WEBプログラミングが楽しそうだなと思ったのと、デザインが好きで、この期間で使いこなせるようにになりたいと思ったから。▶Adobe XD は従来のプログラミングと違って視覚的に見やすいし楽しい。▶Illustrator、Photoshop、XDの基礎知識▶できないものをできるようにしていくことは単純に楽しいです。▶2年 M.Fさん

お菓子作り



▶5月上旬から▶暇だったので▶レシピを見れば誰でもできる!▶料理の手際が良くなった▶暇つぶしに最適です!▶2年 Y.Sさん

あつまれ どうぶつの森

▶4月から▶前作がとても好きだったのと、家にいる時間が多くなったため。▶鳥を自分好みに飾り付けられるところ、どうぶつたちがかわいところ。▶得られたものは、癒しです。▶やり始めたらず夢中になってしまいます!▶3年 Y.Sさん



プログラミング

▶6月くらいから▶ラボで教わったことがきっかけ▶プログラミングした後、自分の思い通りの配置になっていると達成感があります。▶パソコンスキル、特にショートカットコマンドなどは、日々役に立っています。▶気持ちが折れさえしなければ楽しいです!▶2年 M.Iさん



韓国語の勉強 部屋の模様替え

▶6月くらいから▶好きな韓国ドラマを見返していて、ふと「いざこの状況が改善されて、韓国旅行に行けるようになって方が一推しに遭遇してもその場で愛を伝えられない!」と思い、語学習得しようと考えたため。▶言語がわかるようになったことで、ふとした会話やCM、歌詞が頭にすっと入ってくるようになったこと。日常生活にも取り入れることで、QOLが上がった気がする。▶コミュニケーションスキル▶語学は人生を豊かにします!▶2年 H.Nさん

▶4月上旬から▶自粛期間毎日同じような日を過ごしているけど、中でも毎日一緒ではなくて同じ時はないということを感じたから▶どんな小さいことでも自然なものが撮れる▶写真の角度とか、どんな感じに撮ったら、写真の良さが伝わるのか▶何気ない瞬間を写真でおさめてみるの楽しいよ!▶3年 A.Gさん



一日一枚写真撮影



ギター

▶4月初旬から▶楽器を弾けたらいいなと以前から思っていたため▶こつこつやれば簡単に弾けるようになる。好きな曲を自分で弾くことができるのはすごく楽しい。ギターの音色が良い。▶もっといろいろな楽器を弾きたくなった。音感が良くなった気がする。▶意外と簡単だし楽しいのでぜひ挑戦してみてください!▶2年 R.Tさん

家族 6 人分の 夕飯作り

▶4月から▶自粛で家に引きこもっていて暇になったから▶家族がおいしい!と言ってくれたときに大きな喜びを感じ、母のありがたさが身に染みて分かり、花嫁修行になる▶沢山の量を美味しく、短時間で作れるかというスキル▶3年 A.Sさん



料理、 資格勉強、 読書、 妹と遊ぶ

▶3月くらいから▶この機会に女子力をあげたい▶喜んでもらえる、やればやるほど腕が上がる▶スキル、家族からの感謝▶自分を磨ける & 喜んでもらえる!一石二鳥▶3年 H.Sさん

▶3月から▶料理女子に憧れたから▶ずっと続けられること▶料理に関する知識(重曹とベーキングパウダーの違いなど)▶長期的にできるから、是非挑戦してみてください!▶3年 R.Iさん



お菓子 作り

▶夏前くらいから▶イタリアンでバイトしているのにワインに詳しくないのが悔しくて!笑▶ワインがわかると料理もわかるようになる!▶まだまだ勉強中です、、▶青学生であることを活かして、美味しいご飯とワインに詳しくなりたい!▶3年 M.Iさん



ソムリエの勉強



睡眠 グッズ 集め

▶4月上旬から▶以前よりも睡眠に費やす時間が増えたため、より良い睡眠を追求しようと思ったから。これまではわざわざ睡眠グッズにお金をかけていませんでしたが、自粛期間中は金の使い道がなく、何か自分がリラックスできることにお金を使いたいと思ったから。▶オンライン授業によって疲れた目をしっかりと休め、自分が好きな香りを身にまとうというたった一手間だけで、次の日の朝の目覚めの良さが全く違います!!良い香りに包まれて目覚めると、今日も1日頑張ろう!と思います。▶睡眠は、ただ眠れば言い訳ではなく、その質によって効果が全然違うということ。▶私たちがパソコンと向き合う時間は間違いなく増えています。ということは、知らない間に疲れが溜まっているはず!▶今こそ自分を労わり、質の高い睡眠を目指しましょう!▶3年 H.Kさん

機材を揃えて 宅録

▶5月くらいから▶いつもスマホで録音していたがマイクの性能に限界を感じていたため。また、自粛によってバンドが対面できなくなってしまった打開策としてそれぞれが録音してオンラインセッションができるようにしたかったから。▶ライブハウスでのバンド演奏と異なり、音源が形として残る点。自分はボーカルなのですがハモリパートを入れた瞬間は最高に楽しいです。▶録音をするとリズムのズレや音程のズレが顕著にわかるのでもっと正確に歌えるようになろうと練習するようになった。▶対面でもリモートでも音楽を誰かと一緒にやることは楽しい▶2年 K.Iさん



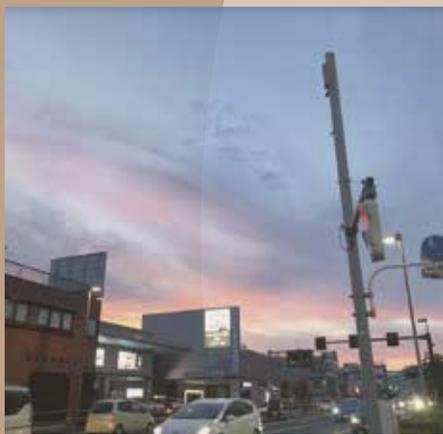


ピアノ

▶6月くらいから ▶おうち時間が長くなるにつれて、家の中でできる新しいことに挑戦してみたいと思ったから。▶初心者でも少し練習すれば弾ける曲も多くある。▶練習すれば上達するというのに改めて気付いた。▶今からでも楽しめるので楽しんでみてください ▶2年 N.Tさん

読書

▶4月くらいから ▶実家の本棚を整理しようと思って片付けを始めたら、手に取って読み始めてしまったから。▶物語を読む楽しさは文化、時代、性別、様々なものが異なる舞台に生きる主人公の人生に触れることで、自分の中に世界を見つめる視点が增えること、そして思いがけずそんな本に出逢えることだと思います。▶自分で考えるためにはやっぱり枠組み、教養が必要で、その1番要となる「言葉」を学ぶことが出来ました。▶「世の中には、一生かけても読みきれないほど無数の名著があり、読んだ本が自分の血肉となるというのなら、まだ読んでいない本と同じ数だけ、自分自身の可能性もまた眠っています」(山本多津也著「読書会入門」より) ▶2年 M.Aさん



▶1日30分くらい ▶これから料理を始めてみたい ▶2年 R.Bさん

散歩

就職活動 / ウェブテスト対策

▶週に5日ほど ▶これから津軽三味線をやってみよう ▶3年 R.Oさん



ダイエット、筋トレ、Netflix鑑賞、犬と遊ぶ

▶1日1時間くらい ▶これからギターや映像系の編集をやってみよう ▶3年 M.Iさん



▶週に2日ほど ▶これから運動を始めてみたい ▶3年 M.Fさん

四つ葉のクローバー集め



運動と野菜中心食生活

▶毎日 ▶これから韓国語の勉強を始めてみたい ▶3年 M.Iさん



▶9月中旬から▶自分でも動画編集して、それをアップする機会が欲しいと思ったから。▶YouTuberのような色んなことに挑戦できる！▶日常から見る人に面白いと思ってもらえるポイントはどこか考えるようになった。▶みんなに面白いと思ってもらえるようなものを作っていきましょう！▶3年 E.Uさん

YouTube



「オンライン学園祭」プロジェクト

▶4月初旬くらい▶このご時世で多くのイベントが中止になり、発表の場を失った学生が全国にたくさんいるだろうと思っていました。そのなかで、全国の学生が参加できるオンライン学園祭を企画しようという話を知りました。当事者としても、ぜひ学生に発表の場をつくりたいと思い、立ち上がりました。▶学校という枠にとらわれず、全国の誰もが参加できる▶0から1を作り上げることの大変さを学んだ▶2年 R.Tさん

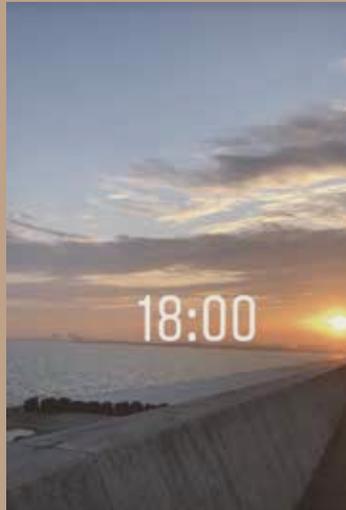


▶10月から▶自粛期間中に一人の部屋では楽しいと感じることが少なくなってしまったためそんな生活の中にも嬉しかったことを見つけないかと思いつつ始めた。▶変わらない日でも意外と嬉しかったことはある！後から振り返った時に嬉しかったことが溜まっていくのを見て幸せな気持ちになる。▶つまらないと思う毎日の中でも楽しいことを見つける視点が見つかった。楽しむ天才になれた。▶どんな環境でも楽しむ天才になれば少しは毎日が楽しくなると思えます！▶3年 K.Hさん

嬉しかったことノート

(毎日寝る前に嬉しかったことをノートに3つずつ記録していく)

海辺の散歩



▶週に2日くらい▶ファッション分野のアルバイトがインターン▶2年 K.Tさん



料理 ▶5月くらい▶暇だったから▶料理のスキルアップ▶楽しい美味しいさ！▶3年 M.Sさん



ギター

▶5月くらい▶YouTubeでギターの弾き語り動画を見るのが好きでいつか自分も弾けるようになりたいと感じたから。▶難しいコードが弾けるようになる時や、練習してある程度曲として完成した時が楽しいです。▶夢中になれる趣味が一つ増えたこと、新しく何かを学ぶことの楽しさを実感できたこと。▶ギターを弾きながら好きな歌を口ずさむ時間はとってもリラックスできます！▶2年 R.Nさん



ネットコンピューターとのチェス対戦

▶週に2回くらい▶将棋の勝勢をAIの評価値を見ないでなんとなく分かるようにしたいなと思っています。▶3年 S.Mさん

▶週に3日くらい▶これからはタイピングの練習と読書を始めた▶2年 S.Wさん

動画編集



▶3月くらいから▶暇だった▶思いつきをすぐ形にできる▶目に入る動画の新しい視点▶基本操作は簡単なので、軽く触るくらいでもいいかも▶3年 Y.Yさん



ピアノ

筋トレ

▶週に3回くらい▶就活に向けての準備、部屋の片付け▶2年 R.Oさん



絵を描くこと

▶週に1回くらい▶これから筋トレ始めてみたい▶3年 M.Tさん

料理

▶4月くらいから▶今まであまり料理はやってこなかったけど、時間ができてやってみようと思った▶自分が好きなものを好きなだけ作れるところ▶料理をする習慣がついた、コンビニなどでの無駄買いがなくなった▶料理は難しそうにみえるけど、やり出したら意外と簡単だしとても楽しいです▶3年 K.Tさん



動画編集

▶3月頃▶友達からのおすすめ▶色んなところで動画が見られるようになってきているこの時代で、自分の表現したいことを形にでき、人に見てもらえることができるのが魅力です。▶普段目にする映像がどのように作られているかを具体的に考えることができるようになった。▶動画編集は自分の想像を形にできる最高の技術です。▶2年 Y.Oさん

NO
IMAGE

アニメとドラマ鑑賞

▶週に6日くらい▶Blender使えたらいいなって感じてすかね…▶2年 H.Tさん

