



DO YOU KNOW SEIWA?

2025年



学校生活

～入学式の服装と持ち物について～

※入学式の日程や持ち物等は、短大からの案内を確認しよう！

〈服装〉



『女性』

- ・スーツの色は黒など落ち着いた色を短大が推奨されています。
- ・中に着るブラウスはレギュラーカラーで、一番上までボタンがあるものの方が、この先の就活の事も考えるとおススメです。
- ・メイクは派手なものは避け、ナチュラルなものにしましょう。
- ・スカートスタイル、パンツスタイルどちらでも OK。



『男性』

- ・スーツの色は黒など落ち着いた色が推奨されています。
- ・ワイシャツは白など薄めのものがおススメです。
- ・ネクタイは派手すぎないものを準備すると就活でも使えます。
- ・靴下は紺や黒が良いかと思います。

※年間 4 回行われる仏教行事も例年はスーツ着用での出席になります。
就活での着用も視野に入れてスーツを選ぶと良いです。

〈持ち物〉

- ・筆記用具
- ・カバン
- ・ファイル（A4 サイズ）
- ・提出書類（卒業証明書、奨学金申請書類など）

入学式では資料や後日学校に提出する書類が配布されます。
紛失しないようファイルにまとめてカバンに入れて持ち帰り
ましょう。カバンの指定はないので大きすぎず小さすぎず容
量に余裕のあるものがおススメです。



～短大の日常生活～ 保育学科編！

1限から4限までの1日

1限が始まる8時50分までに登校



1限～4限

聖和短大には電車とバスを使
って登下校する人が多いよ！
学生駐車場もあるから車で通
学してる人もいるね。



保育学科は授業のなかでサツマイモを
育てます！（環境の授業）

育てた後は焼き芋パーティー！



腕にオムツをつける！？

赤ちゃんのオムツをつけている感覚を理解する実技！



造形の授業では保育現場でつかえる作品をたくさん作るよ！



授業が急遽休みになることも！

そんな時は食堂でアイスを食べたり外にご飯を食べに行っちゃう！



お昼休みは12時～12時40分まで！

食堂で食べるもよし！生協で昼食を買って食べるもよし！
お弁当を作ってきて節約もよし！

～短大の日常生活～
時間割をのぞいてみよう！

キャリア開発総合学科 1 年（履修ユニット：上級情報処理士）

	1 限 8:50～10:20	2 限 10:30～12:00	3 限 12:40～14:10	4 限 14:20～15:50	5 限 16:00～17:30
月	心理学入門		情報処理演習 I	マルチメディア演習	
火	聖和総合教育	カラーコーディネート I	人間と仏教		
水	情報処理論	情報科学	MOS スペシャリスト Word		
木	キャリアデザイン I	簿記検定 I	秘書検定講座	AI 概論	
金					
土					

キャリア開発総合学科は時間割の大半を自分で組むことになります。
自分好みの時間割を組める分、単位が足りるかどうか自分で考えながら組まなければなりません。
受講したい講座の時間が重なっているなど難航するかもしれませんが、ゼミ担任の先生とよく相談して調整し、自分だけの時間割を組もう！時間割の組み方は入学後に説明があります。

保育学科 1 年

	1 限 8:50～10:20	2 限 10:30～12:00	3 限 12:40～14:10	4 限 14:20～15:50	5 限 16:00～17:30
月	ピアノ I	幼児と健康	保育実習指導 I A	教育実習事前事後指導 I	
火	聖和総合教育	社会福祉	情報処理演習 I		
水	英語コミュニケーション	子供の食と栄養		保育者論	保育の心理学
木	幼児と環境	幼児と人間関係		子どもと音楽	子どもと運動あそび
金	社会的養護 I	子どもと造形遊び	乳児保育 I	教育の制度と原理	幼児と表現
土	幼児と言葉	教育の制度と原理	教育の制度と原理		

保育学科の時間割は基本的には固定で、選択科目は前期にしかありません。（令和 6 年度の場合）
2 年次からは本格的な実習が始まります。

※学科問わず祝日は必ずしも休校とは限りません。知らないうちに欠席になってしまわないように
掲示板で補講日と祝日の授業の有無を確認しよう！

空きコマについて

空きコマ（時間割の空欄）は食事をするもよし、寝るもよし、遊びに行くもよし、勉強するもよし、一旦帰宅するもよしの自由時間です。この空きコマを有効活用しましょう！入学後は非常に時間が足りません。アルバイトをしていたり、登下校に時間が掛かったりすると家で課題をやらなくてはなりません。しかし、空きコマを利用して課題を終わらせてしまえば家で課題をする必要はありません。提出期限に遅れないためにも課題は早めに終わらせてしまうのが良いでしょう。限られた時間でいかに多くの物事をこなすことができるかが大切です。隙間時間でできることを見つけて隙間時間を有効活用しよう！

〈仏教行事〉

4 月	ごうたんえ 降誕会	お釈迦様の誕生をお祝いする
7 月	しょうりょうえ 精霊会	ご先祖様の霊を祀る
12 月	しょうどうえ 成道会	お釈迦様が悟りを開いた日
1 月	ねはんえ 涅槃会	お釈迦様が亡くなった日



聖和短大は仏教系の大学なので、一年に 4 回上記仏教行事が行われます。
スーツ着用での出席なので前日からスーツの準備をしておきましょう。
当日の 3 限目以降は補講があるので、掲示板で自分の履修する授業の補講があるかどうか確認しよう！

通学方法

○登校方法 ※2024年10月現在

① 市営バス利用 ※仙台駅・泉中央駅ともに聖和短大への宮城交通バスはありません！ ※2024年10月現在

仙台駅前―聖和短大前
泉中央駅―聖和短大前

朝のバスはけっこう時間がかかるので、時間に余裕をもって登校しようね。
学都仙台フリーパスの助成金もあるから、バス通学の人は活用しよう！



② 聖和短大無料バス ※遠隔者等通学者優先、1日1本・往路のみ 申込みは学生課になります。 仙台駅前発があります。

③ 自家用車・二輪車（バイク）

通学許可申請と駐車登録が必要になります。

駐車場使用料金は6ヶ月で3,000円、一日単位で使用する場合は、一日200円です。

（令和6年の料金）

無断駐車は、タイヤのロックと違反料金を支払うことになるので利用者は必ず学生課に申請しましょう。

○下校方法

登校とは逆の順序です。

○バスの利用について

聖和短大前のバス停は3か所あります。時間や通るルートによって変わるので確認が必要です。

特に下校の際は、仙台駅行きは＜北仙台経由＞＜貝ヶ森経由＞＜南吉成経由＞があります。

行き先によってバス停が変わるので確認しましょう！ ※2024年10月現在



〈どこバス仙台〉 ※2024年10月現在

バスの接近情報や乗車人数などが確認できるサイトがあります。バスを利用する人によって必要な情報が確認できるのでとても便利です。スマートフォンなどインターネットが使える端末で試してみてください！

仙台市営どこバス

<https://www.dokobasu.kotsu.city.sendai.jp/wgsys/wqp/search.htm>

宮城交通どこバス

<https://miyakou.bus-navigation.jp/wgsys/wqp/search.htm>

仙台市営



宮城交通

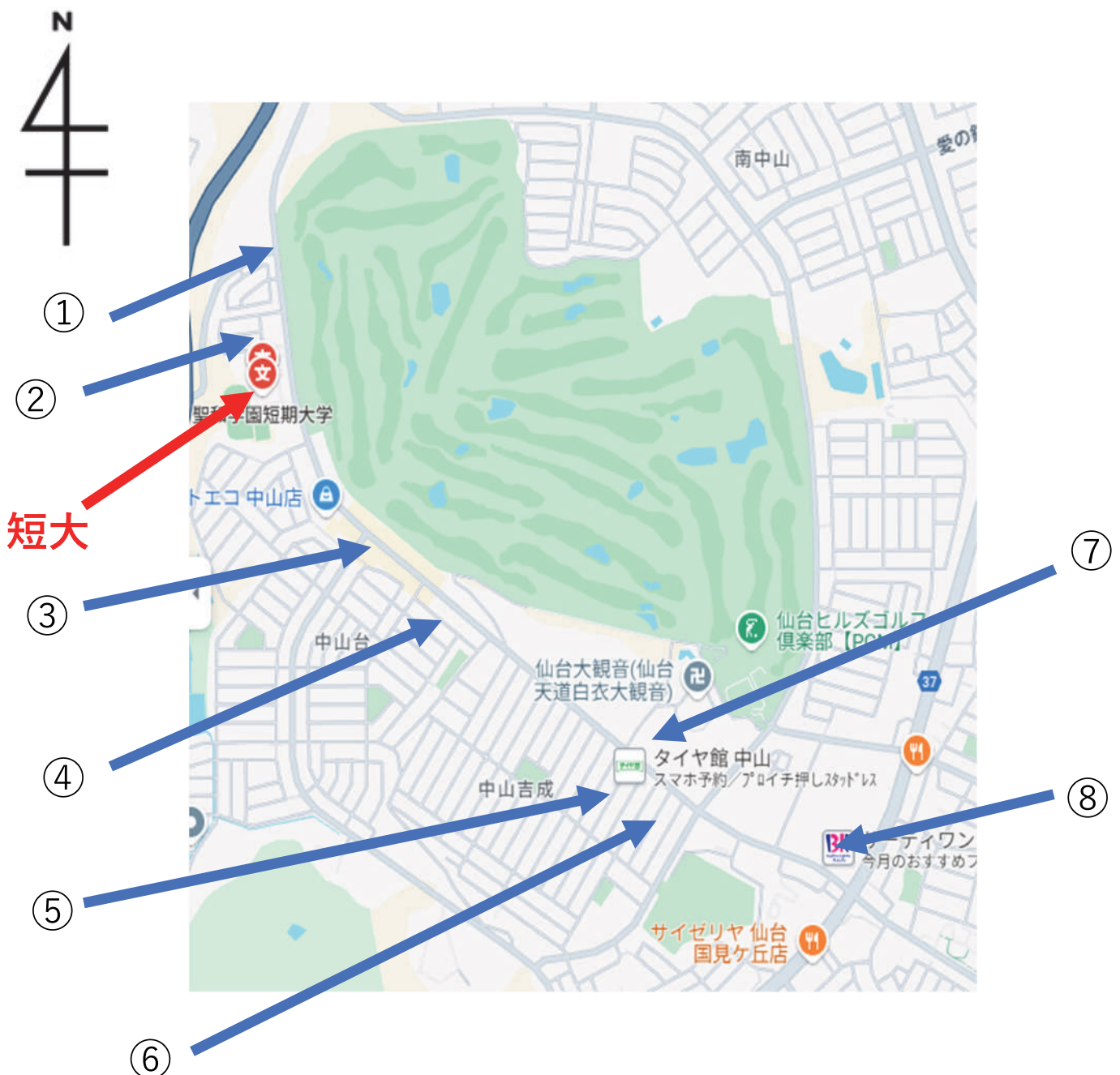


便利なので、お気に入りに入れておくといいよ！



聖和短大周辺MAP
※2024年10月現在

短大周辺にあるお店を紹介します！
聖和短大前の道路を中心に、徒歩約20分圏内の聖和
短大生がよく利用する場所です。
一人暮らしをする人は、特に押さえておきましょう！
天気の良い日には歩いてほかのお店も探してみると
良いね！



①ミニストップ



②シベール



③サンドラッグ



④矢野内科クリニック



⑤セブンイレブン
モスバーガー



⑥シャトレーゼ
ココ壱番屋



⑦しまむら



⑧イオン



一人暮らし living alone



このページでは、一人暮らしについて紹介していくよ。二人の学生の生活をのぞいてみよう！

◇ 登校時間・距離は？



自転車 10 分・徒歩 20 分くらいかな。距離は 2km くらい。



徒歩 10 分くらいで、距離は 900m くらいだよ。

◇ 家での過ごし方は？



毎朝 8:00 に起きて、0:00 頃に寝ているよ。
学校の課題は、数日ごとにまとめてやっているわ。



朝は 5:00 に起きて、21:00 に就寝してる。
課題は、当日中に学校で終わらせているよ。



◇ 食事はどうしてる？



自炊は夕食だけ。時間が無くてサッと作れるパスタなどの麺類を愛用してるよ。



夜に二食分作って、朝は夜に作ったものを温めて食べているよ。昼食はミール定期を使って、美味しい学食を食べているよ。



【ある日の献立】

朝：野菜炒め 味噌汁 ご飯
ほうれんそうの胡麻和え
茄子の漬物 パナナ オレンジジュース

昼：学食

夜：そばろ丼 豆乳
かきたまスープ



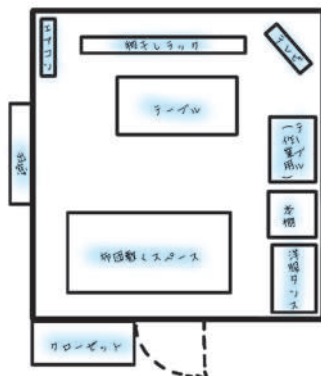
◇ 住んでいる部屋はどんな感じ？



1R 8.5 帖で、家賃は 5 万程度だね。水道光熱費なども含めると 7 万程度かな。



1K 8.5 帖で、家賃は 3.5 万くらいかな。水道光熱費込で 5.5 万くらい。



とある学生の
リビング

友達と家で遊ぶことも！
(ほかのお部屋への配慮
も忘れずに)



◇ 金銭面について



食費はだいたい 1 万円。趣味のものも含め、月 2 万の仕送りでやりくりしてるよ。



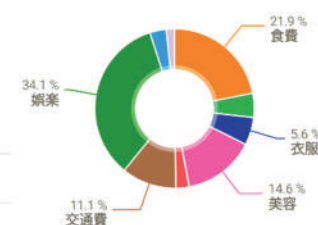
食費は 1 万円程度。月 5 万の仕送りで生活している。

とある学生の 1 か月のやりくり
(あくまで参考なので、個人差があります)



月	火	水	木	金	土	日
30	31	1	2	3	4	5
		50,000				2,250
6	7	8	9	10	11	12
180	1,500	1,000	1,000	2,740	8,300	1,560
13	14	15	16	17	18	19
2,192	1,500	1,000	1,250	130	2,316	
20	21	22	23	24	25	26
1,000	1,630	1,000	8,750	2,560	1,274	
27	28	29	30	1	2	3
	750	1,000				
収入		支出		合計		
50,750円		44,882円		5,868円		

食費	9,840円	21.9%
日用品	2,192円	4.9%
衣服	2,530円	5.6%
美容	6,550円	14.6%
教育費	1,200円	2.7%
交通費	5,000円	11.1%
娯楽	15,320円	34.1%
病院	1,500円	3.3%



◇ バイトはしてる？



私は週 5 日(平日 3.5 時間、休日 5 時間)。家から自転車で 15 分の場所にあるんだ。



僕はしてないかな。趣味の時間を楽しみたいから。

◇ サークルは入ってる？



私はアルバイトで忙しいから入っていないよ。



僕は、いろいろなサークルを掛け持ちしているよ。



それぞれのやり方で、それぞれの生活の色に溢れていたね。

最後に、二人に一人暮らしをしての思いを聞いてみよう。

◇ 二人からのコメント



「一人暮らしはお金や健康管理だったり、自分のことを自分で管理するって大変！

だけど、自由に時間が使えたり友達とお泊りをしたり、一人暮らしならではの自由さもあって楽しいよ。」



「始めたての頃は大変だと身構えていたけど、すぐに生活に慣れ、大変という気持ちは自然となくなっていたよ。

だから、これから一人暮らしを始める人も、怖がらなくて大丈夫！」

部活・サークル

スポーツ部・サークル

※【 】は令和6年度の活動曜日 未記入の団体は曜日不定



バレーボール部【月】



球技部【火水】



ストリートダンス部『PEEK-A-BOO!』【火木】



フットサル部【金】



バドミントン部【木】



ソフトテニス部【月】

✧ 文化部・サークル



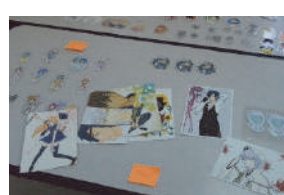
軽音楽部



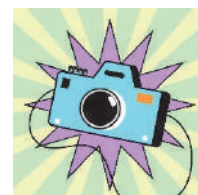
吹奏楽部



eスポーツ同好会



現代視覚文化研究会



写真部



ハンドメイド部



ビューティーサロン部



書道部



日本文化研究所

✧ 特別サークル・課外活動



YOSAKOI チーム『和敬』【月水金】



すずめ隊【水木】



ゆめパレット

大学生協 購買店・食堂店

購買店について

大学生協では、お弁当やお菓子のほかにも文房具や教科書、参考書など、様々なものが販売されています。保育学科の授業で使用する教材なども取り扱っていて、外へ探しに行かなくても学内で揃える事ができます。

2022 年秋からは HOT ケースが導入され(右写真参照)、いつでも温かくて美味しいお弁当とホットスナックが食べられます！

他にも自動車学校の教習代金や、提携している卒業袴は生協価格が適用されオトクです。

大学生協は聖和短大生だけが利用できるお店なので、職員さんもリクエストを聞いてくれたり、色々教えてくれたりします。

優しく面白い方ばかりなので何か困ったことがあれば気軽に声を掛けてみてください！



食堂店について

食堂では、毎日日替わりで美味しいご飯が食べられます。ランチメニューや丼、時々出てくる企画メニューはとても人気です。

また、小鉢やデザートなどが日替わりで用意されているという点もおすすめしたい一点です！

どれも本当に美味しいしバランスも完璧なので、特に一人暮らしの方にお勧めです！ミール定期というシステムもあって便利です。

ぜひ入学後、食堂に足を運んで温かいご飯を食べてみてください！



聖和短大 生協学生委員会【せいコミ】

生協学生委員会は、大学生協の組合員である学生たちで構成されています。自分たちの大学にあるお店を良くしていこう！大学生活がより良いものとなるように活動しよう！という想いで、聖和短大では2022年に初結成されました。通称：せいコミ（せいわコミュニティ）

現在、両学科の一年生10名、二年生14名の合計24名が所属しています。もうすぐ結成3年目で、少しずつ活動の幅を広げている最中です！これからもできる事を増やしながら、充実したキャンパスライフを送れるようにしていきたいと思います。

◇◇これまでの活動記録◇◇



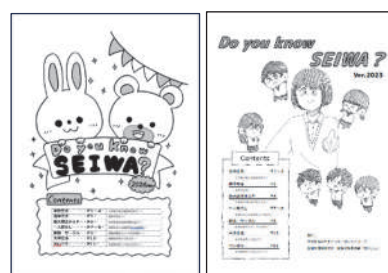
弁当容器のリサイクル活動

学内にポスターを掲示。
モデルはもちろんせいコミ学生。



夏祭り企画

購買店内を七夕飾りで飾り付け。
お菓子釣りなどのミニゲームも
企画・運営しました。



新入生冊子の製作

入学前の新入生に
役立つものとなるように
学生目線で作りました。



入学準備説明会

生協が主催の説明会では
自分たちの経験や体験談を
お話します。



パソコンスクール

企画から携わり、内容も学生の立場
から考えています。
当日のサポートも行いました。



新入生歓迎会

入学する前の友達作り。
私達も加わりゲームや会話を
楽しみました。



この他にも、せいコミでは自分たちで計画を立てて、様々な活動をしていきます。
学年や学科の関係ない関わりができ、また自分のスキルアップもできるのが「せいコミ」
です。一緒に活動する仲間を募集しています！興味のある方は、生協へ！！
2年しかない短大生活を一緒に楽しみましょう！