

# Who Do?

ここでは誰にでもできる簡単レシピをご紹介します!  
今日の献立に迷っていたら、ぜひ Let's try!

カレー

第1回

メンズメシ



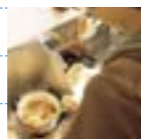
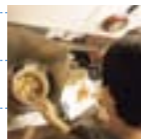
材料(5食分)

カレールー…1パック  
しめじ…お好みで  
えりんぎ…お好みで  
シイタケ…お好みで  
マッシュルーム…1缶  
とりもも肉…お好みで  
玉ねぎ(L)…1玉  
にんじん…1本  
ニンニク…適量  
ショウガ…適量

作り方

目にしみる~!!

- 1 具材をすべて、お好みで切る
- 2 ニンニク、ショウガを炒める
- 3 玉ねぎを弱火で10分炒める
- 4 肉を入れ強火で炒める
- 5 野菜(マッシュルーム以外)を入れ炒める
- 6 水を入れて沸騰させ、マッシュルームを入れる
- 7 一晩寝かせる
- 8 鍋を再沸騰させてルーを入れる
- 9 味見する(不味かったら、試行錯誤する exルーを足す)
- 10 おいしくなるようにおまじないをする
- 11 完成



「ボランティア開発論」の皆さんに  
食べていただきました。

どんな時にカレーを作りますか

松澤●忙しい時  
滝澤●がっつり食べたいとき  
嶋岡●実家に帰りたくなった時

あなたにとってカレーの  
こだわりはありますか

計良●あくはきっちり取る  
山田●野菜の多さ

自分だけが知っている

おいしいカレーの作り方はありますか

滝澤●心を込める  
森 ●野菜はとろけるくらい煮込む

カレーの見た目の印象はどうですか

松澤●きのこがたくさん  
計良●おいしそう! 普段のカレーとは何かし  
ら違う雰囲気が

山田●普通(思ってたより)

味はどうでしたか

中谷●きのこがたくさん入って  
いておいしかった

ボランティア開発論はどんな授業ですか

森 ●自由で楽しい授業です  
嶋岡●深く考えさせられる授業です

角地●めっちゃ良い

中谷●いろいろな人がいて  
すごく楽しい



おいしいな!



とにかく楽しい♡

いただきま〜す



「ボランティア開発論」とは、  
ボランティアの現実と理論を学び、ボランティアを自発的に展開出来る人材を育成  
する講義。金曜5限に開講中!!

新大生がつくる・つどう・つながる

## 新大広報 談話室

vol.1

### 投稿方法

お手持ちの携帯電話でQRコードを読み取り、**学部・  
学年・ペンネーム・コメント**を添えて投稿してください。  
タイトルはコーナー名をお願いします。



新大広報に対するご意見・ご感想も  
こちらのアドレスにどうぞ。

QRコードが読み取れない場合や、  
パソコンからの投稿はこちらから↓

[nu-press@adm.niigata-u.ac.jp](mailto:nu-press@adm.niigata-u.ac.jp)

個人情報の取り扱いについて■新大広報では皆様からお預かりした個人情報につき  
まして、責任をもって管理することをお約束いたします。■アンケートや紙面へのご意  
見、掲載希望他、お預かりした個人情報は新大広報の企画にさせていただきます。この  
目的以外に使用したり、第三者に提供したりいたしません。■ご記入いただいた  
個人情報に変更が生じた場合は速やかに上記アドレスまでご連絡ください。また、  
上記にご連絡いただくことによって、ご本人に限り個人情報の開示・削除・訂正をも  
とめることができます。

### クロスワードパズル

ヒントを参考に、文字を埋めてピンク色のところの文字を並び替えて答えを出してください。  
答えは、編集後記のところにあります。

1	8		14	18	21	27		31
2			15					30
3		10			22			
4				19				
		11	16		23		29	32
	9				24			
5		12		20				
6			17			28		
		13			25			
7					26			

タテのカギ

- 1 朝起きてとる食事
- 5 歯について勉強する学科
- 8 威張ってばかりいる人
- 9 かしら、こうべ
- 10 家、お化け○○○
- 12 生体の機構を調べ、生体の保健や  
疾病・傷害の診断・治療・予防などに  
ついでの方法を研究する学問。
- 14 四つの角がある多角形
- 16 原子番号15の元素
- 17 ○○○岬、北海道中南部、幌泉郡  
の町。
- 18 フランスの国の花
- 19 ○○さき、鶏○○
- 20 首都がリマの国
- 21 ○○○をわかつ。着物の○○○
- 23 蛇使いがよく使う。○○○ツリスト
- 25 コンサートの○○ット。切符。
- 27 ぶたの先祖
- 28 Yes, We ○○○。○○○パスライフ
- 29 勢揃い。総出演。
- 30 元の鞘に収まること。元に戻ること。
- 31 毒○○○、○○○雲
- 32 新潟県内で活動している学生の就  
労支援団体

ヨコのカギ

- 1 特殊相対性理論、ドイツ生まれ
- 2 数をごまかすときに言う言葉。○○を  
読む。
- 3 お参りに行くとき○○○○がある。
- 4 ○○○ライス、オム○○○
- 5 変○○○、水○○○、焼○○○
- 6 ヒキガエルの俗称
- 7 とり○○、牛○○、○○上、○○下
- 11 気体中に霧滴をつくって荷電粒子  
の飛跡を観測する装置
- 13 被造物、創造物、生き物
- 15 ○○○○競争、返すもの
- 20 外国語を流暢に話せること。  
英語○○×2
- 22 生まれ年が、その年の干支にあ  
たる男。
- 24 遠慮がないこと
- 26 剣術を極める部活
- 28 刃物の切れぐあい。○○○○抜群。
- 29 幅の広い道、大通り
- 30 「一つの」を意味するギリシャ語系の  
接頭辞。