

新大広報

Public Relations Magazine of Niigata University

2017年冬号 No.205



[特集]

ダブルホームって? 「第二のふるさとづくし」 地域の思いに寄り添う



Interview!!
自分の居場所
— 学生編 —
— OB・OG編 —



教えて!あなたの
ゼミ・研究室



チャレポ!!
(Challenge&Report)



ひとりdeli



真の強さを学ぶ。

新潟大学

ダブルホームって?

地域の思いに寄り添う「第2のふるさとづくり」

今回の特集では、10周年を迎えた本学独自の取り組みである「ダブルホーム」について、新大広報スタッフの活動体験記も交えて改めてご紹介します!

ダブルホーム制とは??

自分の所属する学部とは別に、学部学科の枠を越えて学生が集い地域で活動する取り組みです。「地域の教育力を活かした学びの場」をテーマに、ダブルホームに所属する学生たちは、ミーティングで具体的な活動内容や地域のために出来ることを話し合いながら、教職員と協働で新潟県内や山形県の一部の地域で地域行事に参加したり、自分達で考えた企画を実践しています。

2007年、文部科学省の学生支援プログラムに採択され始動した本活動は、2011年度からは本学独自の取り組みとして生まれ変わり、今年で10周年を迎えました。

今年は370人を超える学生と、約80人の教職員が参加しています。



ダブルホームの活動について、担当の櫻井典子先生に聞きました!

教育・学生支援機構
櫻井 典子 特任准教授



第1のホーム・第2のホームって何ですか?

第1のホームは学生が所属する学部学科などの専門の学び場です。それに対して第2のホームは学部学科を越えて設けられた学び場であり、自分のふるさとのように地域への温かい思いを持って活動に取り組んで欲しいと思っています。

1 学部学科の専門の学び場

2 学部学科を越えた学び場

活動ホームを途中で変えることはできますか?

1年生の9月までは最初に入ったホームで活動します。その後は、担当の教職員や学生支援部門のスタッフに相談して変更することもできます。

今後の課題はありますか?

どうやったら楽しく活動できるか、チャレンジ精神をもって地域のために考え、実践できるかをみんなで考えていくたいです。

グループごとの特徴はありますか?

17 HOMES

グループはホームと呼ばれています。17あります。毎年新しいメンバーが加わり、ホームごとに個性があります。地域とのかかわり方や活動内容もそれぞれです。

学生に学んでほしいこと・向き合ってほしいことは何ですか?

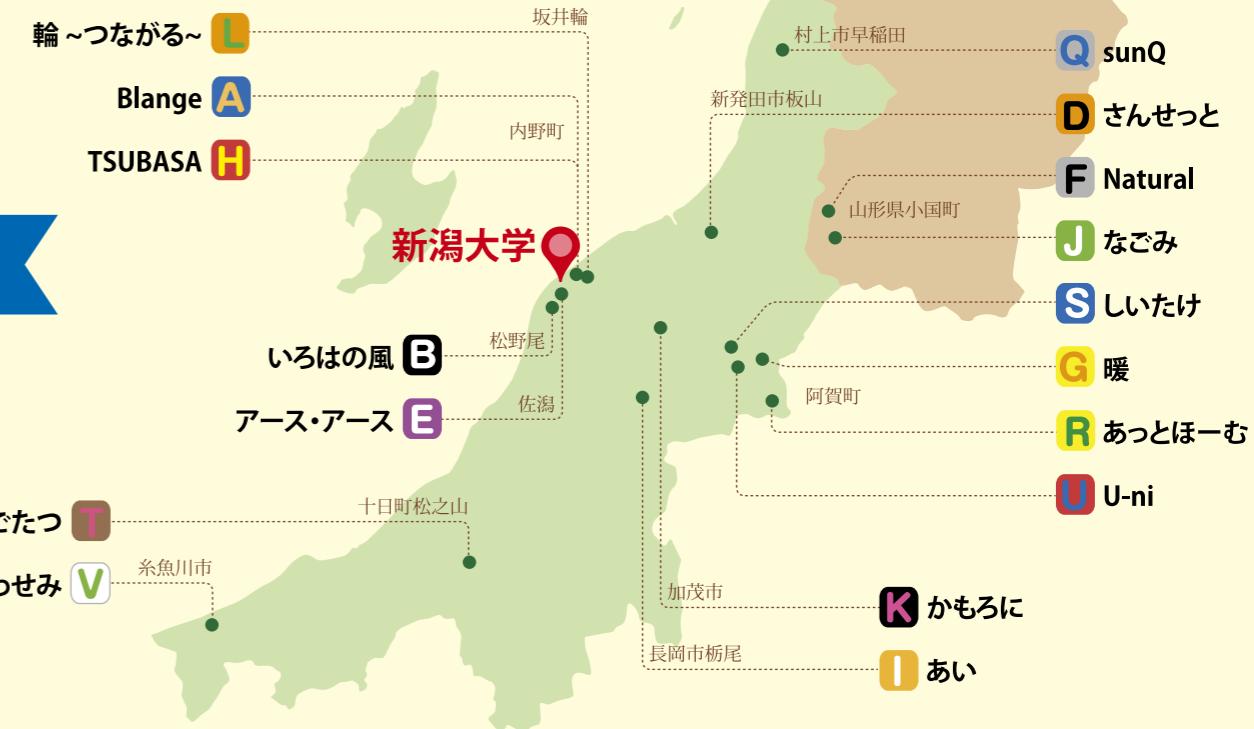
社会に出てチームで仕事に取り組む活躍することに備えて、自分だけでなく相手が何を考えているかを知り、協力して何かを達成するチーム力を学び、活動を通して発揮して欲しいです。また、チームメンバーの力を引き出すリーダーシップも身につけてほしいです。

最後に一言

何年生でもいつでも入ることができるので皆さんのが第2のホームとしてお待ちしています。



ダブルホーム活動地域



2017年度ダブルホーム活動一覧

ホーム チーム名
プロジェクトテーマ (活動地域)

●活動内容

A Blange
「内野」の地域を活性化しよう (新潟市西区内野町)

●うちのクイズグランプリ ●海岸清掃 ●大学南ヶ丘行事の企画と運営補助 ●防災訓練 ●餅つき大会

B いろはの風
松野尾と共に歩む新生Bホーム (新潟市西蒲区松野尾地区)

●西蒲区見本市への参加 ●地域散策 ●田舎乗船体験 ●お月見会 ●小学生学習会 ●クリスマス会 ●知と技の競技会での企画と運営補助

D さんせppo
ヒメサユリ復元を通した村づくり (新発田市板山地区)

●ヒメサユリ培養と移植 ●米作り ●キッズキャンプ ●イベントや祭事の手伝いや出店

E アース・アース
自然とつながる佐潟交流プロジェクト (新潟市西区佐潟)

●佐潟の行事の手伝い (佐潟まつり、ラムサールフェス、鯉まつり等) ●自然観察 ●地域散策 ●新大祭への出店

F Natural
玉川発掘プロジェクト (山形県小国町玉川地区)

●行事や祭事 (しめ縄づくり、グランドゴルフ) の手伝い ●敷石掘り ●新大祭への出店「玉こん」 ●雪掘り

L 輪~つながる~
地域の人を知り、まちづくり協議会とホームの新しいつながりを作る (坂井輪中学校区)

●坂井輪中学校区まちづくり協議会の活動への参加 ●坂井輪マップめぐり

Q SunQ
早稲田げんきプロジェクト (村上市早稲田地区)

●地域行事 (お花見、三吉様参拝、収穫祭)への参加と手伝い ●しめ縄作り ●フォトOの企画・運営 ●和菓子作り

R atttobamu
阿賀町上川地区との交流と絆づくり (阿賀町七名地区)

●七福の里祭り手伝いと参加 ●地域散策 ●そば栽培 ●そば打ち交流会の開催 ●上川地区イベントのボランティアスタッフ (上川そば祭り、かんじきレース)

S shiitake
阿賀町中ノ沢ふれあいプロジェクト (阿賀町中ノ沢地区)

●観桜会 ●しいたけ&なめこ栽培 ●田植え ●稻刈りイベント参加と手伝い ●さいのかみ ●かや刈り ●収穫祭運営 ●炭焼きの再興と活用

T ほりごたつ
十日町×しちべえ×美人林=ほりごたつ (十日町市松之山下川手集落)

●湿地米しちべえの栽培 (田植え、草取り、稻刈り) ●道普請 ●しちべえ販売 ●「かわら版」の発行

U U-ni
つながる発信 from 津川 (阿賀町津川地区)

●津川街歩き ●狐の里帰り市参加 ●大牧ショウキ様祭りの準備手伝いと参加 ●狐の嫁入り祭り参加

V Kawasemi
ジオパークの普及と地域の方との交流 (糸魚川市小滝地区)

●ジオパーク訪問 ●笹寿司作り ●まるごとヒスイツアー (企画、参加) ●まるごと小滝ウォーキング (企画、参加) ●かわら版「かわせみ」の作成

突撃
レポート!

ダブルホーム 活動記



今回は加茂市で活動しているKホームが参加した
大通り秋祭りに参加してきました。

Kホームは様々な学部の25名の学生が所属しています。学年も様々で1年生から大学院生まで幅広い学年の学生が交流できる場となっています。また、大学生ならではの柔軟な発想と活発な行動力を活かして加茂の魅力を知って発信することを目標として、9月に開催される「小京都を楽しむ会AKARIBA」を中心に加茂市内で活動しています。



10月15日に行われた「大通り秋祭り」では、多くの出店が並び、bingoやカレー選手権、ワークショップなどが大きな賑わいを見せっていました。Kホームの皆さんには地域の方々と協力してワークショップや、「ウォーリーを探せ!」、清掃活動などのイベントを行うことで積極的に交流を深めていました。



ワークショップでは、ほかの団体の方々が行っていた活動場所の一角を貸してもらい、ビーズや牛乳パックを使ったフォトフレームの作り方を子供たちに丁寧に教え、楽しみながら一緒に作成したりしていました。ハロウィンが近かったこともあり、仮装してワークショップをしていました。



「ウォーリーを探せ!」という秋祭りのイベントでは加茂の方々と協力して本物のウォーリーに紛れたダミーのウォーリーになって、本物を探している子供たちに飴を配っていました。飴をもらった子供たちは自然と笑顔になっていました。



清掃活動は秋祭りの終了間際に行われました。積極的に参加していく、自分たちの活動していたワークショップ周辺はもちろん、秋祭りで行われていたほかの出し物の方まで行きゴミ拾いをしていました。



Kホームの学生たちが地域の方々、子供たちと向き合い、お互いに笑顔でとても楽しそうに作業していたのが印象に残りました。子供たちを楽しませるために、真剣に工夫して取り組んでいることがわかりました。

Kホームの活動の中心である
小京都を楽しむ会
AKARIBA
とは

加茂市は京都と似た地形を持ち、京都との縁もあることから古くから「北越の小京都」とも呼ばれてきましたが、近代化に伴い、由緒あるまちの人たちの「小京都」という意識も薄れています。そこでもう一度まちの良さを見つめ直すべく考え出されたのが「小京都を楽しむ会AKARIBA」というイベントです。

期間中は、街全体が灯籠やキャンドルなどの多彩な灯りで彩られ、「AKARIBA」の名にふさわしく、小京都の風情や情緒が灯りで表現されています。また、当日には灯りづくりを楽しむワークショップやライブなども行われます。



今後の活動予定

今後、地域での活動が予定されている各ホームの一部を紹介します！他にも活動予定のものがありますので、興味のある方は下記の問い合わせ先または窓口をお尋ねください。



B HOME いろはの風

知と技と運の競技会

[2月上旬]



西蒲区松野尾の「知と技と運の競技会」の運営を手伝い、学生企画の競技も行います。いろいろな方に楽しんでもらえるような行事にするため地域の皆さんと頑張ります。

E HOME アース・アース

佐潟鯉まつり

[3月上旬]



佐潟の恵みを味わうイベント「佐潟鯉まつり」では、地引き網漁を見学したり、地元の方の手作り鯉汁の販売のお手伝いを行います。

R HOME あっとほーむ

そば交流会

[3月上旬]



阿賀町七名地区で地域の方々と一緒にそばを作ります。そばの作り方は地域の方に教えていただきます。とても楽しく貴重な体験です。最後には今年度の活動報告を行います。

問い合わせ先／学生支援部門 Tel:025-262-7927

窓口／総合教育研究棟 B棟4階 B454

intaro

まずはやってみる。好奇心の赴くままに。



創生学部創生学修課程1年
小西 凜太朗さん
(ロニシ リンタロウ)
秋田県美郷町出身。創生学部生としての活動の他に、生協学生委員会や映画倶楽部などの課外活動も行っている。



1 オープンキャンパスでパネルディスカッションをしている様子
2 パネラーとして壇上に上がる小西さん

QUESTION

- 新大の好きな場所…ベーカリー
落ち着くので週に2、3回は行きます。
ピザとチュロスがお気に入りです!

大学生活を送る上で、やりがいや目標をもって活動している、輝く大学生を紹介するこのコーナー。
今回はラジオパーソナリティという将来の夢のために学びながら、創生学部生として学生ブログの作成やオープンキャンパスの企画、その他課外活動にも全力で取り組んでいる小西凜太朗さんにお話を伺いました。

一小西さんは創生学部生としてさまざまな活動を行っているとお聞きしました。まずは、なぜ創生学部を志望したのか教えてください。

ラジオパーソナリティになりたいという夢のために、メディア倫理などメディアに関わる勉強がしたいと思い志望しました。最初は人文学部でメディアを専門にじっくり学ぼうと考えていましたが、多角的な視点から学べる創生学部にも魅力を感じ、悩んだ末に創生学部を選びました。

一実際に勉強している中で、創生学部はどのような学部だと感じますか。

先生と学生の距離が近いと思います。何か相談をすると親身になって考えてくださり、答えではなくあくまで学生自身が考えて決断できるような、問題解決に向かうヒントをくださいます。学生と密に接してくださる先生方に囲まれて、ありがたい環境だなと感じています。

一創生学部では他に、どのような活動をしていますか。

創生学部のウェブページの「学生ブログ」で、他の学生と一緒に創生学部の活動を紹介する記事を書いています。「リフレクションデザインI」という講義の中で、創生学部を多くの人に広めるにはどうすればよいか、というテーマでグループワークを行ったところ、僕たちの班ではインターネットを使った広報活動をするという意見にまとめました。そして、自分たちでウェブページをつくりたいという意思を先生に

相談したところ、「学生ブログ」という形で実現しました。

一授業だけでは終わらずに、実際に自ら行動して実現されたのですね。オープンキャンパスの企画も行ったと伺いましたが、具体的にはどんなことをしたのでしょうか。

オープンキャンパスは、先生から学生で企画をしてみないかという提案を受けて、僕も企画に参加しました。模擬講義を行うということで当初は先生からいくつか意見をいただいていたのですが、もっと創生学部らしい内容にしたかったので、学生だけで一から企画を練り直したのです。その結果、他学部よりグループワークを多く実施するという特徴を生かそうとパネルディスカッションをすることになり、僕もパネラーとして壇上に上がりました。しかしざやつてみると、あらかじめ話そうと決めたこと以外にも思いついたことをそのまま話してしまい、時間配分がうまくいかず、結局まとまりのない発表になってしまったと感じています。しかし2日間で914の方に足を運んでいただいて、成功に終わったことは誇りに思っています。

一これまでの創生学部での活動を通して、学んだことはありますか。

人前に立つからこそ見えてくる自分の欠点、というものがあると感じています。特にオープンキャンパスでは人前で話す機会があり、なかなか話をまとめられない自分に気づきました。創生学部では人と協力して何かを行う授業が多いですし、将来

の夢であるラジオパーソナリティでも自分の考えをわかりやすく伝える力は必要なので、今後の課題だと思っています。

一創生学部生としてさまざまな活動を行っているのですね。課外活動はどのようにことをしていますか。

生協学生委員会と映画倶楽部、あとはUNIVERSE(新潟大学非公認のラップサークル)に所属しています。ラップは6月頃から始めたばかりですが、学生だけでなく新潟県内からいろいろな人が集まる「新潟サイファー」という催しにも参加しています。それ好きなことに取り組めているので、とても充実しています。

一今後の目標を教えてください。

「人を引っ張っていく人」になりたいです。人の上に立つということはその人自身が自律していることが前提だと思うので、自律した人間になりたいです。創生学部で主体的に学んでいく姿勢や、生協学生委員会で企画のチーフとして人と協力することなど、今の経験は僕の理想像につながると思っています。

一最後に、これから抱負を教えてください。

自分から行動しないと何も始まらないと考え、まずはやってみることを大切にしています。そして、失敗してしまったときは反省して次に生かすよう努力しています。これからも好奇心の赴くままに挑戦していきたいです。

インタビューを
終えて
スタッフの感想

小西さんは、落ち着いた声で丁寧に話してくださる姿が印象的な人でした。
特に失敗を恐れずにやりたいことをやる、というお話にはスタッフ一同励まされました。

iyuki

状況を把握して、自発的に動く



今井 幸さん
(マイミユキ)

2014年に新潟大学医学部保健学科看護学専攻を卒業。現在はJA新潟厚生連新潟医療センターの消化器外科・内科において看護師、保健師として活躍中。



QUESTION

● 新大の好きな場所…旭町キャンパス医学部保健学科棟の中庭

授業の合間に、日なたぼっこをしたり皆でバレーボールをしたりしてリフレッシュしていました。

将来どんなことをしたいか迷っている新潟大学生に向けて、社会で活躍する卒業生から話を聞き紹介するこのコーナー。
今回は、新潟大学医学部保健学科卒業生であり、現在、JA新潟厚生連新潟医療センターで活躍する今井幸さんにお話を伺いました。

JA新潟厚生連 新潟医療センター JA厚生連は各都道県において、組合員および地域住民が健やかに生活できるように、保健・医療・高齢者福祉分野での取り組みを通じて地域社会の発展に貢献することを目的としてさまざまな活動を行っている。新潟県内にも多く設置されている医療施設の設置・運営を行うほか、健康診断や健康相談・栄養指導等の保健事業、介護老人保健施設等による施設サービス、訪問看護・デイサービス・ショートステイ等の在宅サービスの実施などの高齢者福祉事業なども行っている。

—今井さんの現在のお仕事について教えてください。

看護師として、患者さんが入院してから退院するまでの身の回りのケアや患者さんと医師との情報共有などをっています。現在は、主に乳がんや胃がんになった患者さんがいらっしゃる、消化器外科・内科を担当しています。

—看護師として働いてみて学んだことはありますか。

親からずっと安定した職業である看護師を勧められてきて、看護師という職業を意識するようになりました。看護師が活躍するテレビドラマにも慣れ親しみ、中学校の時にははっきりと看護師になりたいと考えるようになりました。

—実際に仕事をしてみていかがでしたか。

看護師は覚えることがとにかく多く、仕事を大体こなせるようになり周りを見る余裕がやっと出てきたのは2年目からでした。今でも新しい手術のやり方、技術が出てきたらその度に勉強します。覚えることが多いのも大変ですが、患者さんの前で常に笑顔でいることも大変です。笑顔でいるには患者さんに気を配るだけでなく、自分自身の精神もある程度コントロールすることが求められます。

一方で、仕事をしている中でも患者さんが元気になった姿を見られた時、感謝の言葉をいただいた時にはやりがいを感じます。

じます。以前、患者さんに何気なくかけた言葉について、後にあの言葉に助けられたとおっしゃって頂いたことがあります。看護師の言葉が思っていたよりも患者さんに届いていると感じて、びっくりすると同時に嬉しく思いました。

—これからの目標は何ですか。

今は乳がんの患者さんとの関わりについて研究をしています。具体的には患者さんの考え方やニーズを明らかにして、どう患者さんと関わったら良いのか深めていきたいと思っています。毎年、JA新潟厚生連では各病棟から一人が興味を持った分野について発表を行っていて、今はそこで発表に向けて研究を行っています。その上で、看護師の中でもある分野について専門的な知識や技術を持った看護師であることを証明する認定看護師の資格を取れたらと思っています。生活面ではプライベートと仕事のメリハリをつけていきたいです。

—新大生にメッセージをお願いします。

もちろん勉強は大事ですが、勉強だけをするのではなくて、他のいろいろなことに目を向けてほしいです。例えばサークル、部活、アルバイト、ボランティアなどの活動にチャレンジすれば、自分に向いてるものや得意なことを広げられるので楽しい生活を築けると思います。

インタビューを
終えて
スタッフの感想

インタビューでは、仕事の大変さを語りながらも、明るい笑顔を絶やさず話す姿がとても印象的でした。そんな今井さんが語った、周囲に気を配り、周りを見て行動するということは、「看護師」という職業に限らず、今後私達が社会に出ていく中でも大切にしたいことだと感じました。

教えて! あなたのゼミ・研究室

総合大学である新潟大学にはさまざまなゼミ・研究室があります。

このコーナーでは数あるゼミ・研究室の中から2つにスポットを当て、先生・学生から魅力を聞き出しちゃいます!

今回は教育学部 松井ゼミと農学部 食品科学プログラム食品化学研究室にお話を伺いました。

教育学部 松井ゼミ

こんなことを学んでいます

3年生はキャリア教育の様々な理論が紹介されている『キャリアの心理学』というテキストを分担して輪読します。発表・質疑応答・ディスカッションをして内容の理解を深めています。4年生になると卒業論文の作成に向けて問題意識をお互いに発表しあいながら的を絞っていきます。このゼミには教育学部の中の教育心理学専修の学生と学習社会ネットワーク課程の学生の2つのグループがあります。教育心理学のゼミ生はアンケート調査を行い、学習社会ネットワーク課程のゼミ生は文献中心になります。テーマは松井先生の研究分野である大学生のキャリア教育に関するものもあれば様々です。



松井 賢二教授
マツイ ケンジ

先生が求める学生像

専門領域がキャリアということもあり、学生には自分の持ち味を發揮し、社会で活躍できる人になってほしいと思います。

学生時代にそういうことをきちんと身に付けた上で社会に出てほしいので、教員になるかならないかは別として、学生には挨拶を初め報告・連絡・相談が大事だよと言っています。専門領域を深めることはもちろんのこと、学生を社会に送り出していく立場として、論理的に考える思考能力とともに、社会で生きる人間力を身につけていってほしいと思っています。(松井先生)



ゼミ生の方に
聞いた!

松井ゼミの魅力!

- ・松井先生の人柄のおかげでアットホームな雰囲気!
- ・いろんな人がいるけど壁がない! まとめがある
- ・連絡を頻繁にとってくれる「第2のお父さん」
- ・生活面でも先生に相談できて研究に専念できる
- ・文化の違いを知れたり、日本語を教えたりしてくれるところ(留学生)



スタッフの
感想

松井先生の笑顔が印象的で、とても明るい雰囲気のゼミでした。学生の皆さんと冗談も交えながら、丁寧にインタビューに応えてくださいました。ホームルームの時間もあり、先生と学生の距離が近いことに親近感をもちました。

農学部 食品科学プログラム食品化学研究室

こんなことを学んでいます

城先生と原先生の共同研究室になります。城先生の研究テーマは「食べ物をより美味しいかや、きのこの香りはどうやってできるのかといったことを研究しています。原先生の研究テーマは「食品成分の健康維持・疾病予防機能」です。アレルギー症状緩和や便通改善に役立つ乳酸菌、免疫の働きを高める成分や認知症予防成分など、食品中に存在する有用物質を探し出し、どのように作用するか明らかにしようと取り組んでいます。学生たちはそれぞれの関心に沿ったテーマで研究を進めます。ゼミではその研究成果の報告、英文の輪読、文献の紹介を行います。



企業・研究所との共同開発

食品化学研究室は、公的研究機関や企業との共同研究を活発に行っています。新潟県森林研究所とはきのこの研究を、亀田製菓とは乳酸菌の研究を行っています。見つけた乳酸菌が特許になったり、それを使った食品が発売されるなど、研究成果が実用化につながっています。



城 斗志夫教授
ジョウ トシオ



原 崇准教授
ハラ タカシ

先生が求める学生像

常に「なぜ?」という探求心を持ってもらいたいですね。実験で思い通りの結果にならなかったときに自分なりに解釈をしてこうすれば予想した結果に近づけるのではないかという解決策を考える能力を身に付けて卒業してほしいと思います。(城先生)

自ら考え、好奇心をもち、当事者として動ける人。諦めずチャレンジできる人。実験(仕事)も遊びも自分で面白くしていってほしいと思います。(原先生)

研究室生に
聞いた!

食品化学研究室の魅力!

- ・学生も先生もいい人が多く、分からぬところを親身になって教えてくれる
- ・きのこがもらえる
- ・研究室にいなければならぬ時間(コアタイム)があり、自然と研究室に集まる
- ・ゼミ旅行に行くほど仲がいい

食べ物の美味しさや機能性についての研究をされているということで、私たちにも身近な内容でとても興味深かったです。また、社会に出てからも活躍できるように、自主性を身に付けてほしいとおっしゃる先生お二人の姿が印象的でした。

スタッフの
感想

このコーナーは、新大広報学生編集スタッフが新大の部活・サークル活動を体験し作成した、チャレンジ魂あふれるレポートである!!
今回は美術部へGO!! 観察力を高めてセンスを磨け!

美術部

美術部で月に2回、学外から講師をお招きし西地区公民館にて開催している、お絵かき教室に参加しました!



今回のモチーフは柿です!



講師は小旗まゆみ先生です。

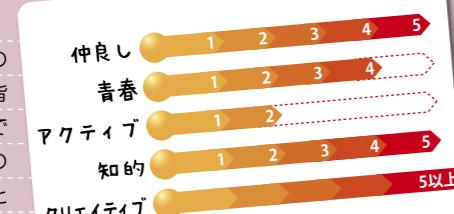


サインを入れたら…完成です!!



色塗り

スタッフ感想
真面目に絵を描いたのは中学校の美術の授業以来でしたが、小旗先生のご指導や部員の皆さんの描き方を参考にしつつ、何とか完成させることができました。技術と感性そして集中力がとても要求されるのだなと感じました。しかしながら、皆さんは和気あいあいと楽しく活動されていて、とても雰囲気の良い部活でした。先生の仰っていた「絵とは一生の友達になる」という言葉が印象深かったです。完成了した絵ですが、自分の部屋に飾って自画自賛させていただいております…!



スタッフ評価
1…まったく 2…少し 3…ふつう 4…かなり 5…はげしく

Report

Interview



●農学部3年
梅木信尚さん



●人文学部2年
松野彩乃さん

Q 活動日時と活動場所、部員数を教えてください!

毎週火曜日と金曜日の18時10分から、総合教育研究棟や西地区公民館で活動しています。部員数は40名弱です。

Q 入部したきっかけはなんですか?

松野 ●文化系の部活・サークル活動をしたいと考えて、黎明祭で美術部の展示や看板を見て入ろうと思いました。

梅木 ●もともと絵を描いていたので、続けたいと思っていました。

Q 新大美術部ならではの活動はありますか?

松野 ●新大はたくさんの学部があるので、部員の学部毎に個性の光る展覧会が開けることですかね。

梅木 ●基本的には絵を描くことがメインの活動ですが、粘土作品や、かつては映像作品を作っていた人もいました。

Q 一つの作品を完成させるまでにどのくらい時間がかかりますか?

松野 ●作品にもよりますが、2、3日ぐらいでできますね。

梅木 ●はやければ30分もあれば終わりますが、個人差もあります。油絵とかは一ヶ月弱かかりますね。

Q 集中力を保つコツなどありますか?

松野 ●私は行けそうなときに一気に行く感じですね。

梅木 ●一日何時間と決めて保つ人もいますが、だいたい頭の中の完成図までいこうと思ってそれを目指してやります。

Q これからの目標を教えてください

松野 ●美術部の展示会が一年に三回あるのですが、春の展示会の来場者数が少ないので、もっと告知とともに頑張って沢山の人に来てもらえたたらと思います。

梅木 ●そろそろ引退なので、後輩のサポートに努めたいと思います。

美術部HP URL:<http://bibulog.jugem.jp/>
Twitter(@niigata_u_bibu)



※掲載情報は平成29年11月現在のもの

ひとり*deli

※delikatesse(独)=美味しいもの



風邪気味の川名さん



材料(1人分)(242円)

- あさり…100g(100円)
- 玉ねぎ…1/4(40g)(15円)
- ベーコン…1枚(20g)(50円)
- 剥きにんにく…1/2個(3g)(15円)
- カットトマト缶詰…100g(25円)
- オリーブオイル…大さじ1(15mL)(27円)
- コンソメ…1/2個(2.6g)(10円)
- 水…80mL
- 乾燥バジル…好みで

①あさりの砂抜き…流水であさりをもみ洗いする。その後50℃のお湯に5~10分ほど浸ける。貝殻が開いたらお湯を捨て、水が濁らなくなるまで再度もみ洗いを繰り返す。

Point! お湯を沸騰させ、その量と同量の水をボールで混ぜると、約50℃のお湯が簡単に作れます♪

②にんにくをみじん切りにする。玉ねぎの皮をむき、繊維にそって薄切りにする。ベーコンを食べやすいサイズに切る。

③オリーブオイルを鍋で熱し、にんにくとベーコンを弱火で良い香りがするまで炒める。

④③にあさり、玉ねぎを加えて炒める。

⑤玉ねぎがしなりしたらカットトマト缶詰・水・コンソメを加えて煮る。

⑥器に盛りつけ、バジルを散らせば完成。



コラム1 あさりとトマトの栄養素



今回使用したあさりとトマトは、栄養たっぷりで風邪予防には持ってこいの食材です。

あさりは、マグネシウム、鉄分、ナイアシン、ビタミンB₂、ビタミンEなどの豊富なミネラルやビタミンを含有しています。また、あさりに含まれているグリコーゲンといううまみ成分は疲労回復効果があります。体が冷える冬は風邪をひきやすいですが、体の疲れを解消し、免疫力を上げることで風邪予防になります。

トマトには様々な有機酸が含まれているので、食べ物をよく消化し、エネルギーを増やして疲労を癒します。トマトに含まれるビタミンAやCは、目や喉の粘膜を保護し強化してくれるため、肌荒れ、視力の回復にも効果があり風邪の予防にもなります。

さらに、トマトは脂肪の代謝を良くし、エネルギーに変え、循環器系の働きを助ける作用もあるので、寒い冬が特につらい冷え性の人におすすめの食材です。

この冬はあさりとトマトを食べて健康に過ごしましょう!

コラム2 あさりの豆知識

皆さんは味わいの違うあさりの見分け方はわかりますか?

見分け方で重要なのは、あさりの殻の形です! 横幅が広く、厚みが薄いものは比較的丸っこい形で、それが多く、身が柔らかくて上品なうまいを持っています。一方で、横幅が狭く、厚みがあり丸っぽい形のものは比較的岸に近いところでとれたものが多く、歯ごたえのしっかりしたものとされています。今度あさりを食べるときは、形にも注目してみてください!

編

編集室便り

不定期掲載でお届けしているこのコーナー。
今回は新たに加入した学生スタッフの紹介と新大祭取材の2本立てです!

新ス夕フ紹介

今号から正式に新スタッフ6名が加入了しました!
今後ともこの6名をよろしくお願いします。

- ①説明会の内容を聞いて興味がわいたからです
- ②チャレボ!!
- ③最近買ったゲーム
- ④年内にできるだけ多くの本を読みたい
- ⑤記事を書くことなど、まだ不慣れなことが多いですが、精一杯やりたいと思います

田村虎ノ介

たむらとらのすけ



- ①新大広報に入ったきっかけ・理由
- ②好きなコンテンツ
- ③今夢中になっていること
- ④これから挑戦したいこと
- ⑤新大広報への意気込み

- ①きっかけは募集のメール。インタビューの経験は卒論に役立つと思ったので
- ②学生インタビュー
- ③大河ドラマ
- ④中国語の勉強
- ⑤取材対象の方の魅力をお伝えし、みんなの学生生活に少しでも役立つような誌面を作りたいです

片山紗希

かたやまさき

- ①きっかけは学務からのメールで、写真を撮るのが好きで取材に興味があり、入ろうと思いました
- ②ひとりdeli
- ③カメラ
- ④日本で行ったことのない場所へ旅行すること
- ⑤一人でも多くの人の手に取ってもらえる広報誌を作れるように頑張ります!

竹澤梨夏

たけざわりっか

- ①新大広報を見て、制作に関わってみたかったから
- ②チャレボ!!
- ③読書
- ④カメラ
- ⑤読んで楽しい新大広報を作っていくよう、スタッフの皆さんと協力して頑張りたいと思います!

井田瑞伽

いだみづか

| 大 | 学 | か | ら | の | お | 知 | ら | せ |

年末 年始 の 諸注意

年末年にかけて、忘年会や新年会など飲酒を伴う機会が増える時期です。未成年者の飲酒や飲酒の強要、イッキ飲みなどの危険行為は絶対にしてはいけません。また、休暇中の気の緩みから、思いがけない事故や事件に巻き込まれる危険性があります。休暇中も、新潟大学の学生であるという自覚を持ち、責任ある行動を心掛けましょう。万が一、事故等に遭った場合は、速やかに所属する学部等の学務係へ連絡してください。ただし、夜間、土日祝日及び12月29日～1月3日は守衛室(Tel:025-262-6028)に連絡してください。

新大祭取材

10月21日・22日に行われた
新大祭に行ってきました!
新スタッフがリポートにチャレンジです!



手 芸サークルhomeのブースに行きました。様々なアクセサリーが並んでいて、ワクワクしました! 手作りなので一つ一つデザインが違っていて、作者さんによって雰囲気も変わるのでそこがハンドメイドの素敵などころだと思います。私は悩んだ末に、イヤリングを購入しました! ●竹澤梨夏

お気に入りが
みつかりました!



コ コア味の揚げパンを食べさせてもらいました。お手頃のサイズで、少し懐かしいような味でとても美味しいかったです。 ●田村虎ノ介

三個セットで
お得!

初 めてハンドマッサージを受けました! 会話をしながらのリラックスした雰囲気で癒されました。 ●山田拓海



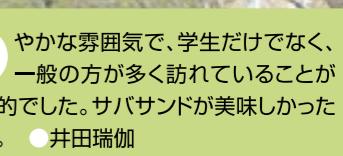
腕の
疲れまで取れて
スッキリ



リラクゼーション
ある!



はじめての
新大祭でしたが、
色々な出店があり
とても面白かったです。



賑 やかな雰囲気で、学生だけでなく、一般の方が多く訪れていることが印象的でした。サバサンドが美味しいかったです。 ●井田瑞伽



サバサンド、
お昼にピッタリ
でした。



【撮影】丸山・川名・嶋田 【記事】丸山 14

新大広報 裏話

ひとりdele

チャレポ!!

新大祭の取材では今回
チャレポ!! でお邪魔し
た美術部の展示ブース
にもいきました!
素敵な作品がたくさん
展示されていましたよ。
気になった方は11ペー
ジへGO!!



前回購入した、撮影用のデニム地のラン
チョンマット(2017夏・204号参照)を忘
れてきてしまいました…なので、着用し
ていたGジャンで代用して写真を撮りま
した(笑)次回は忘れないようにします。

| 大 | 学 | か | ら | の | お | 知 | ら | せ |

| Follow me! |

新潟大学公式SNSアカウントがリニューアル!



大学の日常やイベントを
日々ツイート♪

@Niigata_Univ_O



フォトジェニックな画像で
大学の新たな魅力を紹介!

@niigata_university



大学の取り組みや
学生の活動を紹介!

@niigata.univ



スタッフ
募集!!

私たちと一緒に新大広報を作っていきませんか?!

新大広報では現在、学生編集スタッフを募集しています。
企画から、取材、記事の作成、編集まで学生が主体となって活動しています。

応募方法 下記のメールアドレス宛てに①学部・学年・学籍番号・氏名、
②「学生スタッフ希望」と書いて送信してください。

新大広報編集室 : nu-press@adm.niigata-u.ac.jp



編集後記

新大広報205号ではダブルホームの活動にスポットライトを当てて取材してきました。取材の一環でお祭りの様子を見学してきましたが、和気藹々としていて楽しかったです! これでダブルホームのいろはが伝わってくれると嬉しいです。

この冬号は3年生が引退し、かわりに新スタッフが本格的に筆を執りはじめていく、世代交代の号となります。個人的に今年度はあまり記事を書かずに、むしろ写真を撮っていたような気がします。ともあれ! 今後とも新大広報を手に取って、ページをめくっていただければ
新大広報編集スタッフ 五十嵐 律矩

【学生編集スタッフ】

丸山 幸恵(人文学部3年)
桑原 麻衣(教育学部3年)
五十嵐律矩(理学部3年)

川名 裕子(法学部2年)

嶋田 麻美(法学部2年)
藤田 英里(法学部2年)
光安 悠香(法学部2年)

竹澤 梨夏(法学部2年)

片山 紗希(人文学部2年)
井田 瑞伽(教育学部2年)
田村虎ノ介(理学部1年)

山田 拓海(理学部1年)

川向 永海(創生学部1年)

【職員スタッフ】

瀬川 瑞貴(学生支援課)
鈴木 香織(広報室)

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。■アンケートや誌面へのご意見、掲載希望他、お預かりした個人情報は新大広報の企画の参考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、同アドレス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。

【新大広報 Back Number】

<http://www.niigata-u.ac.jp/university/pr/publications/shindaikoho/>

新大広報のバックナンバーは上記のURLから閲覧することができます。また、学務部学生支援課で受け取ることもできます。



新潟大学ホームページ

<http://www.niigata-u.ac.jp/>

2017年冬号 [No.205]

2017年12月発行

編集・発行／『新大広報』学生編集スタッフ

新潟大学学務部・新潟大学広報室

印 刷／(株)第一印刷所

リサイクル適性

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。