

新大

キャンパスライフをもっと豊かに

広報

| 特集 1 |

学長インタビュー 新学長の素顔に迫る。

| 特集 2 |

先生教えて！衣類のアレコレ！

教えて! あなたのゼミ・研究室 教育学部 美術科 日本画ゼミ

Interview!! 自分の居場所 学生編／OB・OG編

チャレポ!! (Challenge & Report) 馬術部

ひとりdeli たけのこの炊き込みご飯



No.215
[2020年 春号]

新学長の素顔に迫る。

2020年2月1日付で、牛木辰男教授が新学長に就任した。

そこで、新潟大学を新たなステージへと導いていく

新学長のことを知るべく、インタビューを行う機会をいただいた。

学長の意外な一面や、学長の考える「学生とは」など様々な角度から迫った。

「学長」というと、私たちはついつい厳格なイメージを抱いてしまうが、

そこに見えたのはとても気さくな学長の姿であった。



牛木辰男 学長 PROFILE

- 1982年 3月 新潟大学医学部医学科卒業
- 1986年 3月 新潟大学大学院医学研究科博士課程修了(医学博士)
- 1986年 4月 岩手医科大学医学部助手(第二解剖学講座)
- 1988年11月 同講師
- 1990年 1月 北海道大学助教授医学部(第三解剖学講座)
- 1995年 9月 新潟大学教授医学部(第三解剖学講座)
- 2001年 4月 同大学院医歯学総合研究科に配置換、同教授医学部に併任
- 2004年 4月 新潟大学教授医歯学系(顎微解剖学)に配置換
- 2012年 2月 新潟大学医学部副学部長(2014年1月まで)
- 2014年 2月 新潟大学医歯学系長(2018年1月まで)、新潟大学医学部長(2018年1月まで)
- 2018年 2月 新潟大学理事(国際担当)・副学長
- 2020年 2月 新潟大学長(任期:2020年2月1日~2024年1月31日)



研究者としての生活

学長に就任する前は、顕微鏡の開発や、顕微鏡を使って体の構造について研究していた。学長が指導・執筆している書籍に『小学館の図鑑 NEO 人間・いのちの歴史』(小学館)などがある。

学生時代

学生時代は勉強よりも絵を描いていることのほうが多かったという。

「私も授業を欠席することがあったが、それは目的があつてしていたものだった。今の学生は、何となく、で欠席する人が多い気がして、もつたいないなと感じることがある。」

絵



リトアニア・カナウスでの旅のスケッチ



医学部学生時代



『小学館の図鑑 NEO 人間・いのちの歴史』(小学館)

これから的新潟大学

国立大学が法人化し、自立の時代に入っている。グローバル化、常に変化していく社会に対応できる人材を育成するとともに、新潟大学が「新潟」という地になければならない大学にしたい。

学生に求めること

大学生の時代は、人格や自分自身の価値観を決める大事な時期であり、大学生生活の中で様々なものの見方や考え方を培うことが出来る。これらの価値観や考え方を得るために、色々なことに挑戦して吸収し、学生でしかできないことを考えながら過ごしてほしい。

新大生へメッセージ

「大学は知の自由空間」

学びたいことを学ぶチャンスを逃さず、知的好奇心を日々持ちながら大学生活を送ってほしい。



新潟大学70周年ロゴ

牛木辰男
学長

アレコレ! 衣類の アレコレ!



先生
教えて!



服の収納



Q 生乾き臭がする服は着たくない! 部屋干しのコツって!?

A できる限り短時間で乾燥させた方が、部屋干し臭や衣類のごわつきを軽くできます。

乾燥時間を短くする方法 5選

- 1 室内の通気性の良い場所で干す。窓を開け窓際で干すのが効果的だが防犯上難しい場合は部屋の中央に物干しスタンドを置くか、部屋の鴨居部分につるす
- 2 洗濯物どうしは適度にすき間(10cm程度)をあけて風通しを良くする
- 3 ポケットなど布の重なりが多いシャツなどは裏返して干す
- 4 ハンガーを使ってスカートやパンツなど乾燥させるときは、裏返してから前後を重ねず、内側に空気が流れるように筒状にして吊るす
- 5 梅雨時などはエアコンの除湿機能を併用する

部屋干しのコツ

Q 季節の変わり目といえば衣替え! どうやってしまう!?

A タンスやクローゼットには、その季節に着る衣服を置いておき、それ以外は衣装ケースにしまい、押入れやベッドの下などの普段は見えにくい場所に保管すると良いです。押入れやベッド下空間の大きさにもありますが、冬用の地厚な衣服などは30cm程度の高さの衣装ケースに入れ、それ以外の衣類は通常の衣装ケース(20cm程度)に分けて使用するとずれたり埋もれたりしにくくなります。



Q 収納時に起きたトラブル「カビ・黄ばみ」「虫害」! どうする!?

A カビや黄ばみの対策には、衣替えの際に「しまい洗い」という皮脂や油分を強く除去する洗い方をした上で、衣装ケースの底に除湿シートを敷きつめ、たたんだ衣服を立てた状態で収納します。このとき詰めすぎると乾燥した空気が流れにくくなるので、手のひらが衣類のすき間に抵抗なく入る程度の間隔にしましょう。虫害の対策には、防虫剤をケースの蓋(内側)に貼り付けるか、しまった衣類の上に置いてください。

key word

しまい洗い

除湿シート

立てて収納

詰めすぎ注意

防虫剤

Q ついこの間まで着ていた冬服もいよいよ出番もおしまい。
大事な冬服、傷まないようにするには!?

A これらの衣類の大半は羊毛製のため、普段の衣類と同じように洗濯機で洗うと収縮や型くずれなどのトラブルが起こりやすくなります。大切なものであればあるほど自分で洗おうとせず、クリーニング店に持ち込んだ方がきちんと洗える上、トラブル回避にもなります。どうしても自分で洗いたければ、中性洗剤を使用して取扱表示の通りに優しく洗濯してください。

key word
クリーニング店 中性洗剤 取扱表示

セーター、ニット、マフラーなどの洗い方

3

一人暮らしを始める人が多いこの季節。いざ一人暮らしを始めてみると、今まで親に頼っていたからわからない!! ということも多いのでは? 洗濯だって、服の管理だって全部一人でやらないといけません。特に新潟は湿気が多い! 部屋干しをするにも、部屋干し臭が気になっちゃう…。今号では教育学部被服学研究室の中村和吉准教授にご協力いただき、洗濯をするときのポイントや、収納のコツなどを教えてもらいました! これを読んでもけば初めての一人暮らしも安心♪ 今から冬服をしまう在学生、スーツを着る機会が多い就活生にも必見です!

正しい アイロンの かけ方

4



先生の紹介
中村和吉准教授

人文社会科学系教育学部所属
被服学や被服物性学の授業をおこなっている。研究分野は界面活性剤の溶液物性。大学院での授業も担当している。主な担当科目は衣環境材料科学。

Q 就活シーズン真っ只中の4年生も多いはず!
アイロンのコツは!?

A スーツについては座リジワを取る程度であれば、アイロンのスチーム(専用スチーマーがあればなお良い)を吹き付ける程度でも目立たなくなります。強くシワができているときは、スチームが出てる状態で軽く押さえるようにアイロンをかけてください。このとき、布地上をアイロンでゴシゴシ滑らせると布地が伸びて回復困難なシワや、テカリの原因となるので注意してください。ワイシャツやブラウスは大手の量販店で流通しているものであれば大半が形態安定加工してあるため、アイロンをかける必要はありません。

key word
形態安定加工 スチーム

Q うっかりシミをつけちゃった…。こんなときどうする?

A これも先に述べたように、大切なものであればあるほど自分で処置しようとしないでクリーニング店に持ち込んだ方がいいです。ただし、シミは付いてからの時間が長くなるほど除去しにくくなるので、応急処置として台所洗剤をシミの箇所に染み込ませておくと後のしみ抜き作業がしやすくなります。また、綿やポリエステル製の日常着に食べこぼし程度のシミが付着したのであれば、この応急処置の後、普通に洗濯(漂白)すれば目立たなくなります。えり元の黄ばみ、口紅やファンデーションなどの化粧品のシミは、除去しにくいシミの代表格のためクリーニング店に持ち込んだ方が賢明です。

key word
クリーニング店 台所洗剤 除去しにくいシミ

しみ抜きの 方法

5

教えて

あなたの・

ゼミ・研究室

今回訪ねたのは教育学部美術科の日本画ゼミ。

日本画ならではの素材を使って作品を制作しているそうです。

05

日本画ゼミ 教育学部 美術科



永吉 秀司 准教授
ナガヨシ ヒデジ



研究内容について 教えてください。

制作の経緯をまとめたり、技術的な解説をつけた書籍を出したりす

ることで、絵画の言語化に取り組んでいます。2018年には『路傍の雲』という本を出しました。

他にも古典絵画の現状模写やお寺の壁画の再現もしています。再現は国から高い予算をもらってやるものもあるんですけど、それだけでは廃寺などいろんな過疎地域の文化財が壊れていくという現状もあるわけで。私としてはそれをローコストである程度再現したり、後世に残す方法はないかということで、現代日本画家の立場からのアプローチについても研究しています。

美術の道に進んだのはなぜですか？

最初に美術系に進もうと考えたのは中学生のときでした。当時、生きていく上で一生何かをやり続けて自分が生きた証拠が欲しいと思っていました。自分で一番優先順位が高く続けられるものと考えたら、それは絵を描くことでした。その世界で極められたかったけれどもしてする後悔よりもしない後悔のほうが嫌だと思つてその世界に飛び込むことを決め、美術系の高校、大学と進学しました。

日本画を専攻しようと思ったきっかけのひとつに江戸時代の画家、円山応挙の存在があります。ティッサンというのを見たときに、日本画を研

お寺の壁画再現のお話を聞いているところ。修繕工事をした際に塗りつぶされてしまった壁画を当時の写真から再現します。写真に写っていない部分は周りの繋ぎから予想して描くそうです。



大学の教員になるまでの 経緯を教えてください。

大学時代は暇さえあればフィールドワークに行つてスケッチをしているというようなことが多かったです。授業の課題はもちろんちゃんとやっていましたが、それだけでは足りないのと、それ以外のところを自分で課題意識を持つてやつていました。と難しく言っていますが、実際は絵を描くのが好きだっただけです。20歳くらいのときにはパブニアーニギニアに行きました。そこでは太平洋戦争の遺構を調べて絵に描きました。

このまま一生画家として活動したいと思つていましたが、大学4年生の時にバブルが崩壊して絵だけでは暮

らしていく状態ではなくなりました。はじめはフリーで画家をしていましたが、ある程度絵具代が稼げる仕事を探していく私はしゃべるのは苦手じゃないという自分の特技を生かして学校の先生を始めました。でも、中高一貫校の先生などをしていると、絵を描く以上に仕事が多くなり、もっと研究に専念したいと思い、大学の教員になりました。



宮崎千晶さん
第74回春の院展
入選「花紡ぐ時間」



木下大輝さん
第73回栃木県芸術祭 U25賞「夢の中で」

新大生へメッセージをお願いします！

新潟大学の皆さんには真面目で謙虚な人が多いです。それはとてもいいことなのですが、もっとわがままになつてもいいんじゃないでしょうか。自分のやりたいこと、思うことをもっと大きく声を上げて欲しいです。先生に対する反対意見でも構いません。逆にそういう意見があつたほうが、私たちの研究が深まつたりします。お互いに意見を言い合つて、お互いに高めあっていきましょう！

スタッフの 感想

先生は「学生さんたちとの距離感がつかめない(笑)」とおっしゃっていましたが、

取材中も写真撮影の時も和気あいあいとして先生とゼミ生の方の仲のいい雰囲気が伝わってきました！

大学生活を送るうえで、やりがいや目標を持つて活動している、輝く新大学生を紹介するこのコーナー。今回はタピオカ店（cafe She）を開業し、日々、店の成長のために頑張っている経済学部の大山浩貴さんにお話を伺いました。

周りを気にせずやりたいことをやろう！



経済学部経済学科2年

大山
オオヤマ

浩貴さん
ヒロタカ

●福島県郡山市出身 ●好きなもの・こと：タピオカ、マンガ、音楽を聞くこと
●新大の好きな場所：人柱棟内の伊藤ゼミ生が自由に使えるミーティングルーム／いつもゼミの時間に使っている教室であり、居心地がいいから。

いろんな方の後押しで
起業へ

— 2019年の夏に、新潟大学付近

にタピオカ屋さん（cafe She）を開業したと伺いました。そもそもな

ぜ開業するに至ったのですか？

幼いころに祖父が会社経営をしている姿を見ていたこともあり、もともと起業することについての憧れや関心は大きかったです。一番の転機になったのは、1年の12月にシリコンバレー海外研修プログラムというものに参画して、様々な起業家の方にアドバイスや後押しの言葉をいただいたことです。どんな理由でもいいから実際に行動してみることが大事だと助言をいただきました。そこで、私の大好きなタピオカをテーマとしたお店をオープンすることにしました。当時はまだ新潟にタピオカ店が少なかったのでさらに起業したい気持ちが高まりました。

店をよくするために
日々考える

— 店を成長させるためにP D C Aサ
イクルを回した具体的経験はあり

ますか？

クリスマスやハロウィン、バレンタインなどにちなんで様々なイベント企



シリコンバレーで研修を受けている様子

画していますが、あるイベントで広報が遅かったとの反省点が出れば、次からはもっと早くに広報するなどしました。そのようにして周知を図ることで、来店数やお客様によるSNSへの投稿が増えるなど、よい影響が多くありました。ほかにも、売り上げが低い時間帯があればその間に割引セールをして集客を図るなど、常にP D C Aを回していくようにしています。

素直な思いを発信して。
行動へ

—どのようにして行動のモチベーション
を高く保つてきましたか？

モチベーションを上げるというよりは、常に高く維持しているモチベーションが下がつたら周りの人に相談するという形で保つてきました。はじめはなかなか相談する人が少なくて精神的に大変なこともありましたが、行動していくうちに仲間が増えた相談できるようになり、気持ちが楽になりました。もともと他人に相談するのは苦手でしたが、相談を積み重ねることで、その大切さに気付きました。

—やりたいことに対して、どのように
仲間を巻き込めばよいですか？

自分の率直な思いを発信することが大事だと思います。それに加えて、明確

音で意見・考えを言い合える雰囲気を作れるよいと思います。私は今、ゼミ長をしていますが、そこでは困っている人がいれば助け合う、何かに挑戦しようとしている人がいれば協力してあげるなど、本音で言い合える家族のような空気感を作り出すように心がけています。

なビジョンがあれば、より共感を呼びやすいと思います。また、すでにチームができているのであれば、お互いに本音で意見・考えを言い合える雰囲気を作れるよいと思います。私は今、ゼミ長をしていますが、そこでは困っている人がいれば助け合う、何かに挑戦しようとしている人がいれば協力してあげるなど、本音で言い合える家族のような空気感を作り出すように心がけています。

—大学生の中には、やりたいことがあっても一歩踏み出せない人が多くあります。そのような人たちにアドバイスをお願いします。

何かをやりたい・自分を変えたいと思つたら、躊躇することなく勇気を出して環境を変えてみるとよいと思います。そうすることにより、自ずと新しい

やるたいことがあれば
臆せず動け！

—新大生へのメッセージをお願いします。

この言葉はシリコンバレー研修で何度も言われてきたことですが、周りの目を気にせずに行動するとよいと思います。周りを気にして何かをやめるよりも自分がやりたいことは臆するところなくいろんなことにチャレンジし、自分の気持ちに嘘をつくことなく、正直に行動することが大切だと思います。



ス
タ
ッ
フ
感
想

大山さんの高い行動力や熱意にはとても敬服しました！私も残りの学生生活では、やりたいことを積極的いやらねばならないなど再認識するいいきっかけになりました。

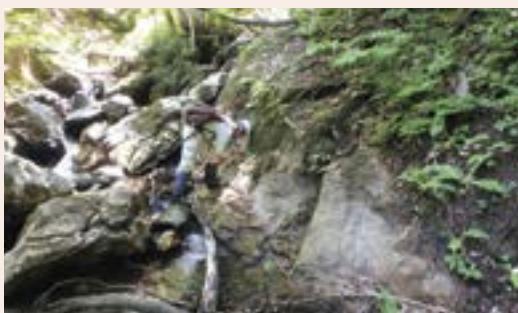
自分の居場所

OB・OG編

●理学部卒

□ 野原達哉さん

将来どんなことをしたいか迷っている新大生に向けて、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。今回は理学部卒業生で現在、株式会社キタックで活躍する日野原達哉さんにお話を伺いました。



地質調査の様子

プロフィール

日野原達哉さん

ヒノハラタツヤ

群馬県出身。2012年3月に新潟大学理学部地質科学科を卒業、2014年3月に同大学院自然科学研究科博士前期課程修了。現在、株式会社キタック技術第一部地質グループに所属し、地質調査技士として、主に建設事業における地質調査を担当している。

企業情報

株式会社キタック

新潟市中央区に本社を置く総合建設コンサルタント会社。主に建設事業における地質調査と土木設計、環境調査を行う。また、防災事業にも力を入れており、新潟県を中心に東日本の安全安心な暮らしを支えている。

Q 現在の仕事について

土木設計をするために必要な地質調査を現地で行っています。例えば、道路の拡張のためにはまず初めに擁壁を建て、斜面に盛土をして、最後に道路の表面をコンクリートで舗装する工事を行います。しかし、その擁壁を建てるためにはどこまで埋める必要があるかを調べなければいけません。そこで私たち地質グループはボーリング調査などを通してその土地の地質やその強度を調べ、そのデータを土木設計部門に伝える仕事をしています。このデータをもとに、土木設計部門が擁壁の深度などの設計を行い、施工を担当する業者が実際に工事を行うことで事業が完成します。

ボーリング調査で採取した地質を並べたボーリングコア





ロープを使って岩壁の地質調査をする様子

Q この仕事・会社を選んだきっかけ

大学院に進学した時には研究者になる道も考えていましたが、自分の進路をよく考えていく中で、大学で学んだ地質に関する知識や技術を活かせる仕事を就きたいと思い、技術者として働く道を選択しました。その中でもせっかく新潟の地質について新潟という地で学んだのだから、それを活かしたいと思いこの会社を選びました。また、学生時代に参加したインターナンシップで会社の雰囲気の良さを実感したことや建設コンサルタント会社の中でもキタックは新潟を引っ張つて行くような会社だと感じていたことも理由の一つでした。



新大生へのメッセージ

「学び」は学生で終わりではなく、社会人になってからもずっと続くものだと思います。現場で何年も働いている職人の方が悩み、どう解決するか考えているところを見てこうを感じました。また、「青春」も学生で終わりではなく、社会人になってからもワクワクすることが仕事でもプライベートでもあります。新大生の皆さんには挑戦し続け、これからも青春を楽しんでほしいと思います。

Q やりがいを感じる瞬間

想定通りに行かないことがあったときに、周りの人や上司と相談しながら解決できた時や、結果をうまく積み上げられた時にやりがいを感じます。また、自分が実際に調査に関わった道路が完成したのを見た時にもやりがいを感じます。私たちが行う調査は目に見えないものですが、調査の成果をまとめた報告書が施工の段階に進み、形になると嬉しいことです。

後輩もでき、将来的に自分が管理職としてマネジメントできるような存在になるためにも、まずは日々の業務をしっかりと行っていくこと、それと共に現在の役職よりも一つ上の立場に立つて物事を考えていくということを意識していきたいです。また、国家資格である技術士の資格もこの先取れ得るように勉強していきたいです。

Q 大学時代の話

学部生時代にはハンドボール部に所属し、週四回ほどの練習に打ち込んでいました。そこで、他学部の友人もでき、三年生の夏までやり遂げることができました。

得た情報と得た情報との整合がとれた地質平面図がで



学生時代のフィールドワークの様子

Q これから の目標

古生物ゼミに所属し、実際に化石を探りに行くこともあります。四年生の時には地球史セミナーの栗原研究室(栗原敏之准教授)に所属し、主に古生物の研究をしていました。中でも思い出に残っているのは、フィールドワークで山の中に一人で入り微化石の採集と鑑定をしたことです。現地では分からなかつた石の名前などの情報が室内に持つて帰つてからの鑑定で判明した時には、現地で

Q 現在の仕事に活きている大学時代の経験

大学時代に学んだ地質に関する知識や、実際に行つた調査は現在の仕事に直結しています。また、調査前の準備の大切さも大学時代に学びました。ほかにも、ハンドボール部でのいろいろな人との交流を通して得たコミュニケーション能力も社会に出てから対人関係で役立っています。

Q 新大の好きな場所

地質科学科のゼミ室があり、学年ごとに過ごせる教室がありました。自分の机もあり、パソコンを使って勉強をするなど、多くの時間を過ごしたため思い出に残っています。

理学部 A1 棟

総合建設コンサルタントという業種について知らないことが多かった私たちに対し、日野原さんは丁寧に仕事の内容を説明してくださいました。実際の地質調査用いられるボーリングコアも見せていただきましたが、普段は見えない努力があるからこそ道路のような形あるものができるのだと思いました。インタビューでは「大学時代に学んだことがそのまま現在の仕事につながっている」という言葉が特に印象的で、自分が過去に学んできたものや現在学んでいるものを活かすという視点から進路を選ぶのもいいと思いました。

略してチャレポ!! 今回は馬術部にお邪魔しました♪

Interview

●工学部2年
内田真愛さん
ウチダマアイ



●工学部1年
森腰さくらさん
モリコシサクラ



**Q 活動内容について
教えてください！**

内田 ● 毎朝、馬房（馬小屋）の掃除やエサの用意など、馬のお世話と、乗馬をしています。乗馬では、馬を速く走らせて、レースに出場する競馬とは異なり、馬を自在に操る馬術を練習します。馬術部では、OBから競馬を引退した馬を譲りたいだいています。

馬術部へようこそ！



■ 部員数／20名 ■ 活動日時／毎朝6時～。その他月4回程度、昼・夕当番あり

■ 活動場所／馬術部厩舎 ■ Twitterアカウント／@n_univ_uma



Q 馬術のどんな点が特に面白いと思いますか？

森腰 ● 馬と人間が一緒に競技を行うため、練習を重ねていくうちに馬と共に上達していくことが実感できる点です。馬と喋ることはできませんが、だんだん馬の気持ちが分かるよう

馬術、総合馬術の3種類があります。障害馬術では高さ1メートル程度の障壁を馬に乗って飛び越えます。馬場馬術では馬に乗り自在に操って、いかに綺麗に魅せられるかを競います。総合馬術は、障害馬術と馬場馬術を掛け合わせ、森や湖畔を走る競技です。新潟大学では主に障害馬術をやっています。

内田 ● 馬と深く関われる部活だと思います。部活全体としても馬のお世話をしているのですが、上級生になると馬1頭に対して1人担当者がつくる「馬付き」という制度があります。私も毎日、自分の担当馬の体調管理をしたり乗馬をしたりしています。毎日担当馬を見ていると、些細な状態の変化に気付けるようになります。愛着も湧いてきます。毎朝、可愛い馬に会つてから授業に出られるので、とても良い気分になります。

Q 新大馬術部の特徴を教えてください。

内田 ● 馬によって個体差が大きい所も面白い点だと思います。大人しい馬も暴れる馬もいるので、馬による乗馬用の馬にするためにトレーニングをし直しています。

森腰 ● 人がいかに馬の邪魔をせずに馬の力を引き出してあげられるか、ということが馬術の目標となるところです。なので、運動神経の良し悪しは馬術にはあまり関係が無いですね。

Q 馬術の大会では、どのようなポイントを競うのでしょうか？

学外の講師から調教技術を教わりながら、スピードが要求されていた競馬用の馬を、華麗な動きが要求される乗馬用の馬にするためにトレーニングをし直しています。

森腰 ● 人がいかに馬の邪魔をせずに馬の力を引き出してあげられるか、ということが馬術の目標となるところです。なので、運動神経の良し悪しは馬術にはあまり関係が無いですね。

森腰 ● 他大学と比べて、馬との距離が近いと感じます。他の大学の馬房は頑丈な扉がついている所が多いのですが、新大は馬栓棒という棒のみで出口がふさがれています。なので馬たちがよく顔を出していて、ふれあいやすいです。また、誰でも訪れるやすい雰囲気のある部活だとも思いました。昼や夕方に当番で馬の世話をしていると、地域の方が「競馬時代にこの馬を応援していたんだよ」と見に来ることもあります。競馬の重賞競走で勝利を収めた経歴を持つ馬もいるので、中には県外から遊びに来る人もいるんですよ。

内田 ● 馬と深く関われる部活だと思います。部活全体としても馬のお世話をしているのですが、上級生になると馬1頭に対して1人担当者がつくる「馬付き」という制度があります。私も毎日、自分の担当馬の体調管理をしたり乗馬をしたりしています。毎日担当馬を見ていると、些細な状態の変化に気付けるようになります。愛着も湧いてきます。毎朝、可愛い馬に会つてから授業に出られるので、とても良い気分になります。



左から梅津、嶋田、布施



学内の馬場での練習を見学させていただきました!

馬術部の朝の練習を見学させていただきました。

まだ太陽も昇っていない時間からの練習でしたが、馬術部の皆さんにはパワフルでした。

馬に触れるという貴重な体験をさせていただきながらも、いい雰囲気の中で取材ができました。

乗馬体験と、エサやり体験をしました!

[体験①] 乗馬体験

普段よりも視界が高い位置から周囲の景色が見えるので、初めはとても緊張しました。また、歩いている間も馬の背中が絶えず動いており、その独特な感触に慣れるのも大変でした。



ほぼ全員が未経験からのスタート
なので、互いに学び合いながら
上達していくます。

馬術部の練習風景

障害物を飛び越えたり、乗り手の指示に従って速度を変えたりする練習を行った後、練習に参加した馬の体を洗っていました。

[体験②] エサやり体験

にんじんと一緒に馬に自分の手もかじられてしまうのではないかという不安もありましたが、意を決して馬の顔の前ににんじんを差し出すと、にんじんだけ上手に一口で食べてくれました!



このコーナーでは、新大生のための簡単なレシピや食に関するお役立ち情報を紹介します。今回は、たけのこと油揚げのうみがしみ込んだ炊き込みご飯を紹介！手順はいたって簡単ですが、旬のたけのこが食卓に季節感をもたらしてくれます。お弁当や冷凍の作り置きにもおすすめです！



春に一度は食べたい! たけのこの炊き込みご飯

材料(ごはん茶碗6杯分)

米	2合 (300g)	…450円
たけのこ(水煮)	200g	…130円
油揚げ	1枚	…15円
みりん	大さじ2	…9円
料理酒	大さじ2	…9円
しょうゆ	大さじ2	…6円
砂糖	大さじ1/2 (4.5g)	…1.4円
顆粒和風だし	小さじ1 (3g)	…4.5円
水	適量	
小ねぎ(飾り用)	適量	

(参考価格) 約624.9円

作り方

1 お米と油揚げの下準備をする

米は洗って、30分程度水に浸しておきます。油揚げは熱湯をかけて油抜きしておきます。

2 具材を切る

たけのこは、縦に半分、さらに縦に半分に切り、向きを横に変えて、5mm幅に切れます。
油揚げは、長さ3cm、幅1cmに切れます。

薄く小さめに切るのが
おすすめ。

3 お米、調味料→水→具材の順に炊飯器に入れる

水に浸けておいたお米をざるにあげ、炊飯釜に入れます。調味料を入れ、水を2合の目盛りまで入れて、全体をかき混ぜます。具材を加えて、平らにならします。
調味料は、お好みでしょうゆなどの量を調節してください。

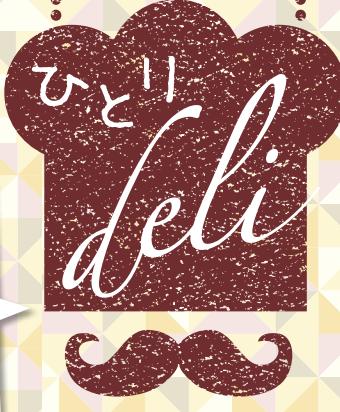
4 炊飯ボタンを押して、炊き上がったら完成!

予約機能では炊かずすぐに炊飯しましょう。小ねぎを散らして盛り付けて完成です。

たけのこのご飯でやる気いっぱい!

たけのこの水煮を使う時に、節の隙間にしている白い粒を見たことはありませんか？何か分からないと、ちょっと怖いですよね。実は、あの白い粒は、チロシンというアミノ酸の一種なんです。調べたところ、チロシンは、やる気や興奮を作り出してくれるドーパミンやノルアドレナリンなどの神経伝達物質の原料になるとのこと。また、ご飯のブドウ糖は、脳のエネルギー源になります。たけのこ+ごはんの組み合わせは、やる気を出したい春にぴったりではないでしょうか？

かんたんレシピを
紹介！



コラム
＼＼



教えてあなたのゼミ・研究室

教育学部 美術科 日本画ゼミ

P.05 >

日本画ゼミの取材中に永吉先生の作品を見せていただきました。先生がどういった想いを込めてこういった表現方法になったのか、解説をいただきながら鑑賞したので、より深く作品を感じることができました。

自分の居場所 —学生編—

P.07 >

インタビューの後には、スタッフもお店で実際に売られているメニューをいただいてきました! この幸せそうな表情からもわかるとおり、とてもおいしかったです!!



チャレポ!!

馬術部

P.11 >

馬房へ向かうと、猫がいました! 馬術部員にも懐いているようで、取材中も部員の周りを歩いていました!

ひとりdeli

たけのこの炊き込みご飯

P.13 >

完成品の写真のランチョンマットはいつも料理を華やかに見せてくれていますね。実は毎回、調理の撮影日に来てくれる学生スタッフの私物なんです。今回は2パターンのランチョンマットがあって、どちらがより見栄えがいいか悩みながら選びました!



編集後記

今号は生活に役立つ、衣類のあれこれを特集しました。新生活が始まり、何からやったらいいかがわからない人や、これまでうまくできなかったなど感じている人はぜひこちらを読んで、生活の参考にしてください。また、新たに学長に就任された牛木先生にもお話を伺いました。新大広報でしか知ることができない、牛木先生の姿を紹介させていただきましたのでそちらもぜひご覧ください。

新大広報編集長 鈴木 悠希

学生スタッフ

創生学部2年 鈴木 悠希	創生学部1年 布施 英梨花
人文学部3年 高橋 映華	人文学部1年 今井 英
工学部2年 鈴木 蒼生	人文学部1年 池田 日向子
創生学部2年 小野木 靖華	教育学部1年 梅津 秀平
医学部2年 閔根 梓	法学部1年 藤田 樹
法学部3年 目黒 恵梨	法学部4年 嶋田 麻美

職員スタッフ

学生支援課 菅原 瑠璃香	広報室 青柳 卓也
-----------------	--------------

本紙掲載の表示学年は、すべて令和2年3月現在のものです。

個人情報の取扱いについて

- 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。

2020年春号 [No.215]

2020年3月発行

編集・発行／『新大広報』学生スタッフ
新潟大学学務部・新潟大学広報室
印 刷／株第一印刷所



公式Twitter

もっと新大広報を知りたいあなたに! 新大広報公式ツイッターアカウントをご紹介!

紙面に載せきれなかった取材の裏側や、制作の様子を随時、つぶやいていきます。
さらに、動画もツイートしています!
ぜひ、フォローしてください♪



新大広報【公式】

@NU_magazine_

学生スタッフが中心となり企画・取材・編集を行う新大生向け広報誌『新大広報』のアカウントです。発刊情報や配布場所のご案内をはじめ、日々の活動の様子、Twitter限定コンテンツなどをつぶやきます!

● 【最新号No.213配布中です!】

↗ niigata-u.ac.jp/university/pr/

■ 2019年2月からTwitterを利用しています

スタッフ
募集!!

私たちと一緒に新大広報を作りませんか?

新大広報では随時、学生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>

- 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



新大広報 Back Number

新大広報のバックナンバーは新潟大学ホームページで公開しています。また、学務部学生支援課で受け取ることもできます。

新大広報

検索

Follow us!

新大広報公式
Twitter



新潟大学公式SNS



Twitter



Instagram



Facebook

新潟大学ホームページ <https://www.niigata-u.ac.jp/>