

新大

キャンパスライフをもっと豊かに

広報

| 特集1 |

こんな時どうする？ 総合教育研究棟

| 特集2 |

五十嵐キャンパスと旭町キャンパスの門について

| 特集3 |

立ち向かえ！ オンライン授業

Interview!! 自分の居場所 学生編

教えて！ あなたのゼミ・研究室 法学部 丹羽ゼミ

チャレポ!! (Challenge & Report) コンピュータークラブ

ひとりdeli レモンベツパーサラダチキン



No.218

[2021年 春号]



真の強さを学ぶ。

新潟大学

NIIGATA UNIVERSITY

特別修学サポートルーム

受付時間／9:00～17:00(平日)

TEL:025-262-6300

メール>support-r@ge.niigata-u.ac.jp(常時)

特別修学サポートルームでは、特別な支援が必要な学生に対して、単位取得に関する対応と自立に向けた生活のための支援を行います。



A棟
2階

“障がいについて悩んでいる人へ”

授業において、障がいによる困難さを軽減できるような合理的配慮を所属学部先生方とともに考え、提供していきます。一人で悩まず、まず、連絡してください。

学生談話室

開室時間／8:00～18:00(平日)

机や椅子の他、自動販売機も設置されています。D棟2階の学生談話室には、コピー機や学生ボランティア本部「ボランち。」のカウンターもあります。ボランティアに興味のある人は一度相談してみてください。



A棟
1階



D棟
2階

こんな時どうする？

総合教育研究棟

新入生はもちろん、たくさんの学生が利用する総合教育研究棟。そんな総合教育研究棟の様々な施設や窓口を、学生へのメッセージとともに紹介します。困ったら気軽に利用してみてください。

教えて



学生支援相談ルーム

受付時間／9:00～17:00(平日)

TEL:025-262-5477(予約優先制)

学生支援相談ルームでは、専門のカウンセラー(臨床心理士)が、皆さんの様々な悩みや心配事を一緒に考え、整理し、解決に向けたお手伝いをしています。

“大学生生活で悩んでいる人へ”

相談の秘密は固く守られます。一人で抱え込まず、ぜひ気軽にお電話ください。お待ちしております。



A棟
1階

学生生活で迷ったらここへ！

学生支援課・教務課

受付時間／8:30～17:15(平日)

学生支援課

①番窓口

奨学金の申請業務、継続業務及び終了の際の返還手続きの申請を受け付けています。また、入学金や授業料免除等も受け付けています。

②番窓口

主に学生寮やクラブ・サークル活動について取り扱う窓口です。各種証明書等の発行もできます。

⑤番窓口

様々な相談を受け付けている窓口です。相談内容により、より適切な相談員・説明者等が必要と判断される場合は所掌する窓口へ連絡し、対応に当たります。

教務課

③番④番窓口

主に教育に関することについて取り扱う窓口です。副専攻プログラムや授業の履修、成績の他、ロッカー、学務情報システム、教育職員免許状取得に係る手続き(教育学部学生を除く)についても取り扱っています。

※科目等履修生、市民開放授業に関することも扱います。



A棟
1階

B棟
4・5階

B棟

4・5F

3F



掲示板

求人情報や、キャリア・就職支援関連のイベント、セミナーに関するお知らせが掲載されています。情報収集のために活用してみてください。



D棟
2階

IT自習室

開室時間／8:00～17:15(平日)
(授業実施期間中)

Windows10のPCが設置されており、開室時間であれば自由に使用することができます。



※新型コロナウイルス感染対策のため、令和3年度は利用台数を制限する場合があります。IT自習室に掲示されている機器使用の留意事項を守って適切に使用してください。

B棟
2階

留学関係のことについて気になったらここへ!

留学交流推進課

受付時間／8:30～17:15
(平日)

海外への留学に関することと、外国人留学生に関することについて取り扱っている窓口です。外国人留学生への各種サポートも行っています。



入口



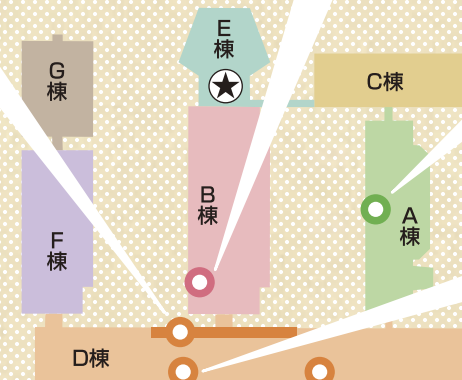
留学相談は
こちら

外国人留学生は
こちら

“留学を考えている人へ”

留学カウンセラー資格を持つ職員が、海外への留学を考えている皆さんからの相談をお待ちしています。
メール>studyabroad@adm.niigata-u.ac.jp

D棟
3階



就職関係で迷ったらここへ!

キャンパスライフ支援センター キャリア・就職支援オフィス

開室時間／8:30～17:15(平日)
受付時間／9:30～17:00(平日)

就職活動に関する各種支援のほか、インターンシップ(正課外)の情報、進路に関する悩みや質問等、将来を考えるための様々なサポートをしています。

“進路・就職について悩んでいる人へ”

専任のキャリアコンサルタントが常駐しておりますので、気軽にご利用ください。



D棟
2階

追加で Q&A!

Q1.勉強できるフリースペースは?

A>学生談話室や学生支援課・教務課の前のスペースは、冷暖房が設置されているので快適に学習ができます。その他にも★のついているスペースには自由に使える机や椅子が設置されています。

Q2.自動販売機はどこにある?

A>D棟2階の学生談話室、A棟1階の学生談話室2に設置されています。飲み物や食べ物の自動販売機も設置されています。

Q3.ロッカーについて教えて!

A>年度の初めに新入生の希望者に貸し出します。貸出できるのは1人1個、貸出期限は第4ターム授業終了頃までです。手続き方法については、学務情報システムの連絡通知で連絡します。



正門

最寄り駅 新潟大学前駅／徒歩  約15分

新潟大学といえばここをイメージする人が多いはず！ここを通って、初めて新潟大学に足を踏み入れた方も多いのでは？「新潟大学」と大きく彫られた石の銘板はテレビでもよく目にすることがありますね！

ちなみに…みなさんは、正門に立っている柱を見たことはありませんか？あれは実は日時計なんです！



詳しくはこちら



60万㎡(東京ドーム約13個分)の広大な五十嵐キャンパス内には、4つの門があり、入学最初の頃は戸惑ってしまうのでは？そこで、今回の特集では、五十嵐キャンパス内の門を紹介します！また、新潟大学前駅と内野駅ではどちらのほうが近いの？といった疑問も多いことから、それぞれの門からの最寄り駅も掲載しました。一方、医学部と歯学部がある旭町キャンパス。五十嵐キャンパスに学部があるみなさんはなかなか足を運ぶことがないのでは…。そこで、旭町キャンパスの建造物についても一部ご紹介♪

西門 最寄り駅 内野駅／徒歩  約15分



教養科目が多く開講される、総合教育研究棟から一番近い門です。大きな駐車場があり、実習がある学部や、課外活動に行く学生たちがここで大型バスに乗り込む姿もよく見る光景。西門からは始発の路線バスもあるため、利用する人も多いのでは？

中門 最寄り駅 新潟大学前駅／徒歩  約18分



中央図書館(附属図書館)が近くにあります。門を通して真っ直ぐ進んでいくと、人文社会科学系棟(法学部/経済科学部)につきあたります。

旭町キャンパス

医学部正門(赤門)

赤い煉瓦塀が特徴の門です。大正3年(1914年)に建設され、国の登録有形文化財に登録されています。



旭町学術資料展示館

この建物は国の登録有形文化財にも認定されており、新潟大学が収集してきた貴重な学術資料の常設展示の場となっています。期間限定の企画展やイベントも行われます。



ちなみに…この建物はもともと旧制新潟師範学校(現 新潟大学教育学部)の児童博物館や講堂として利用されていたそうです!



詳しくはこちら



五十嵐キャンパス



五十嵐キャンパスと
旭町キャンパスの
門について

北門 最寄り駅 内野駅/徒歩 約16分



工学部棟や学生寮が近くにありますが、他の学部棟や建物から離れたところにあるので、あまり通ったことがない、といった声をよく聞きます。北門の近くにもご飯屋さんがあり、また、海から一番近い門なので、機会がある時にぜひ通ってみては?

立ち向かえ！



先生と直接コミュニケーションが
取れるから、質問しやすい

チャットで質問できるので、
気軽に質問ができる

Zoom

ブレイクアウトセッションで、
誰も発言しないときがあって
怖い。対面の方が活発に意見
交換できる

ネットワーク環境が悪かったり
停電したりで、状態が不安定になる

突然、カメラオンを求められると
準備をしていなくて困る

こんなときどうする??

講義の開始時間になっても先生が現れない。

自分だけ入室許可が出てないのでは、と不安になる

→ SNSや学部のLINEで同じ授業を取っている人と
情報交換した

膨大な量のPDFを印刷していたらキリがなくなった

→ タブレットを買って、データに書き込んだ

急な腹痛に襲われた

→ トイレにパソコンを持ち込み、
トイレで授業を受けた



オンライン

授業

新型コロナウイルス対策のためにオンライン形式の講義が行われるようになって1年。オンライン授業に対する新大生の皆さんの声を集めてみました！皆さんはどのようにオンライン授業を受けていたのでしょうか？

わからなかった部分を何度も聞き直したり、メモが追いつかなかった部分を一時停止して確認したりできる

わからなかった部分をすぐに先生に質問できない

YouTube

再生速度を自分で調整できるから便利

いつでもどこでも授業を受けられるから便利

あとで見ようと思っていて、ずっと見るのを忘れて1週間たってしまい、慌てて見る

オンライン授業で困った！

パソコンに接続していたウェブカメラとマイクが壊れた

- ⇒ スマートフォンから授業に参加した
- ⇒ 外付けのカメラを購入した

パソコンがネットに繋がらなくなった

- ⇒ 外付けの無線LANの子機を購入した

パソコンを操作する授業で、

画面にたくさんのウィンドウが出て、ごちゃごちゃする

- ⇒ HDMIケーブルでパソコンをテレビに接続し、2画面にした

ブレイクアウトセッションで誰も反応してくれない

- ⇒ 「よろしくお願いします！」と声をかけ続けた

自分の居場所

— 学生編 —

大学生を送るうえで、やりがいや目標を持って活動している、輝く新大生を紹介するこのコーナー。今回は2020年8月にオープンした内野駅近くの駄菓子屋hounkiboshiを運営している学生4人にお話を伺いました。

やらないで後悔するよりやって後悔！

学外で活動したい人たちの
拠点に

なぜ駄菓子屋を運営しようと思った
のですか？

星山 ● 学外で何か活動したいと考えて
いる人たちの拠点を作りたい、また内野
を盛り上げたいという思いがあったから
です。

このことを私が住んでいるアパートの
大家さんに話したところ、思いに共感し
てもらい現在のスペースを借りられるこ
とになりました。友人の紹介やSNSな
どを通じて活動に協力してくれる仲間
を集めることができました。

運営メンバーに入ろうと思った
きっかけはなんですか？

広瀬 ● 工学部ではチームで動くことが
あるのですが、その前に組織で動くの
はどんな感じなんだろうと、組織運営
が気になって入りました。また、コロナ
禍で交流がなく寂しかったことも理由
の一つです。

九鬼 ● 昨年新大に編入してきました
が、オンライン授業で人と接する機会
がない中、内野で改装していることを
聞きつけ、飛び込んで入ったところが今
の駄菓子屋です。

工学部3年

九鬼 拓也 さん (左上)

ク キ タク ヤ

●和歌山県出身 ●趣味：お散歩／DIY

工学部1年

広瀬 新菜 さん (左下)

ヒロ セ ニイ ナ

●新潟県出身 ●趣味：ハンドメイド

農学部2年

星山 功太 さん (右上)

ホシ ヤマ コウ タ

●新潟県出身 ●趣味：写真撮影

理学部1年

渡邊 桃乃 さん (右下)

ワタ ナベ モモ ノ

●北海道出身 ●趣味：楽器演奏

渡邊 ●私は夏休み中に暇でやることを探していた時、SNSでメンバー募集を見て、好きだった駄菓子屋で働いてみたいと思って入りました。

目的を持って活動を

—駄菓子屋のコンセプトを教えてください。

星山 ●「みんながみんな店主」です。なにか目的をもってこの活動に参加してほしいと思いますし、内野での日常的な朝市や祭りに学生が参加して街との交流をもちたいと思います。

人とのつながりを大切に

—駄菓子屋を始めるにあたり、不安はありましたか？

星山 ●金銭的な不安や、スタッフが集まるのか、駄菓子屋の需要はあるのか、長期間関われるのかといった不安がありました。しかし、大家さんなどと話をする中で、やらないで後悔するよりやったほうがいいという考え方に変わり、駄菓子屋の開店を決めました。

—駄菓子屋の運営を通して成長したことはありますか？

星山 ●私はもともと初対面の人と話すのが苦手でしたが、プロジェクトを進める中で人と話す機会が増え、また取材を受けたりすることを通してよく人と話すようになりました。

渡邊 ●今まで接客や会計をしたことがなかったのですが、自分でやってみて、今までわからなかった店員さんの苦労



イベント設営の様子

などがわかり、見方が変わりました。

九鬼 ●これまで、お店の運営・持続性についてメンバー内で話し合うことが多くあり、1人では思い付かないようなアイデアにたくさん触れてきました。それが自身の視野を広げてくれ、今はとにかく楽しい場所にしていきたい思い出いっぱいです。また駄菓子屋に来てくれたお客様とお話することが今の一番の喜びです。

—苦労や失敗の経験はありますか？

星山 ●スタッフ同士の連絡が上手くいかずに失敗したことがあります。当たり前のことではありますが、「言わなければ伝わらない」ということを実感しました。スタッフやお客さんにとつ

ての“普通”は人それぞれ異なるため、きちんと言葉にして伝えることの大切さを改めて学びました。

—駄菓子屋を運営していて印象的だったエピソードを教えてください。

渡邊 ●駄菓子屋は小さい子のためのお店というイメージがありましたが、保護者の方が駄菓子を見て楽しんでいる姿を見て、大人も楽しめる場所だと気づき嬉しくなりました。

広瀬 ●自分と違う常識が存在するという事です。駄菓子屋を運営していると想定外のことので起るので、固定観念に縛られてはいけないのだと感じました。また、私は趣味でハンドメイド雑貨を作って販売していますが、大学生でもそんなことができるのだと実感しました。

本当にやりたいことをやってみよう

—今後、駄菓子屋をどうしていきたいですか。

星山 ●今は自分たちがやりたいようにやっていますが、今後強い気持ちをもって入ってきたメンバーには自分たちがやりたいように、駄菓子屋という形だけでなくとも自由に変えていってほしいと

思います。何かしらの形で大学ではできないこと、本当にやりたいことをやってほしいです。

—最後に、新大生へメッセージをお願いします。

広瀬 ●大学生のうちにたくさん失敗を経験してください。“大学生のうちは失敗してなんぼ”です。

渡邊 ●私は好きなことをやろうとして駄菓子屋にたどり着きました。だから好きなことをやってみたらいいと思います。

九鬼 ●少しでも興味をもったらすぐに行動してほしいと思います。難しいことですが興味があるうちにすぐに行動すると、夢のように思えることでも身近になります。

星山 ●やらないで後悔するよりやって後悔してください。やらないで後悔したら自分の中で完結してしまいますが、やって後悔したら同じようなことをしようとしている人にも話せそうですし、将来笑い話にもなります。失敗すら楽しんでください。

スタッフ感想

立ち上げに強いかかわってきた星山さんをはじめ、運営メンバーが楽しんで活動していることがよくわかりました。明確な目的を持つことや失敗を恐れずに活動することで、自分のやりたいことの表現に近づけられるということも改めて気づきました！

教えて

あなたの

ゼミ・研究室

Niigata University

今回はオンラインで法学部の丹羽ゼミを取材させていただきました。
ゼミ生同士がみんなあだ名で呼び合うくらい仲良しなゼミだそうですよ！

法学部

丹羽ゼミ



丹羽 正夫 教授
ニワ マサオ

どのようなことを
研究している
ゼミですか？

私のゼミでは、刑事法の中でも刑法と刑事政策を議論の対象としています。

刑法は「罪を犯した人を処罰するため」の法律というイメージが強いかもしれませんが、「処罰の行き過ぎを防ぐため」の法律でもあるという側面を重視しています。

刑事政策は犯罪対策をメインとする学問です。犯罪を減らすにはどうしたらいいかを考え、日本の刑事司法制度全体についてそのあり方を追究し、また周辺のテーマとして犯罪被害者等の支援のあり方を検討しています。このように、刑事政策では刑事法の中でも刑法ではカバーできない制度論を扱っています。

先生の研究内容について
教えてください。

刑法と刑事政策を研究しています。具体的には、軽微な犯罪の処理や犯罪被害者等の支援を研究しています。

例えば、万引きやちよつとした交通違反をすべて裁判にかけるとは大変ですし、国民全体が前科者のように扱われてしまいます。そこで、軽微な犯罪については有効な処理システムが必要です。このシステムについて、どのようなものが相応しいのかを長年研究しています。

また最近では、行政が犯罪被害者等の支援を行う場合に何ができるのか、生活の再建のためにどのようなことができるかについて研究しています。

オンラインでのゼミの様子。



刑事法に興味を持ったきっかけを教えてください。

刑法に代表されるように、刑事法は論理的に精緻な学問であると同時に人間を相手とする学問です。法律は感情に流されてはいけません。時には相手に感情移入したり、寄り添ったりする必要があります。このように両極端で矛盾しているようにも見える点に魅力を感じています。

また、刑事法学は最終的に世の中を良くしていくことにつながる学問です。犯罪がない社会の方が当然良いし、罪を犯した人が社会復帰し

やすく、被害者が十分な支援をしてもらえる社会の方が暮らしやすいので、そのような社会を目指しています。このように、刑事法は実践的で社会の役に立つという側面もあります。

研究者の道に進んだのは、大学三・四年生のゼミで出会ったそれぞれの先生が魅力的であったことがきっかけです。

ゼミで大事にしていることは何ですか？

一つは人間関係づくりです。これは気兼ねなく話すことで議論を楽

しみ、また生涯の友を見つけてもらうためです。私自身、大学の頃のゼミの仲間と今でも年賀状を送り合う仲なので、ゼミ生にもそのような友人をつくってほしいと思っています。

もう一つは議論を楽しむということです。法律学は正解がなかったり、答えが複数あったりします。「法律学は説得の術である」と言われることがよくありますが、これは刑事法学にもあてはまります。答えがない・複数あるからこそ、どの考え方が一番問題が少ないか、妥当であるかを説得することでしか答えを出すことはできません。そのため議論を

通して自分と違う考え方に触れることで、自分のものの見方や世界観を広げてほしいと思います。

新大生へメッセージをお願いします！

議論することやその力は、他の学問や社会に出てからの実生活でも役立つ能力だと思います。大学ではいろいろな学問や考え方に触れることができると思うので、それらを通して自分の考え方を深めたり広げたりしてほしいです。また、自分の頭の中で、様々な考え方の中からのどの考え方がいいのかを選ぶことも、議論と同じ思考過程をたどるもので、今後の人生に役立つと思います。

私はよく「刑事法学を学ぶということは生き方の問題だ」とゼミ生に言っています。大学で身につけたことを通して、おかしいと思った時にものが言える人になってほしいです。これはまさしく生き方の問題です。どんなことを学ぶかにかかわらず、自分の生き方にかかわるものの見方や考え方を深め、広げていってほしいと思います。

丹羽ゼミ ゼミ生に聞いてみました！

★このゼミは全体的に会話が多いゼミです。勉強以外のプライベートな話もゼミ内ですので、お互いのことについてとても詳しいです。普段から会話が活発だからこそ、いざ真面目な話をするというときにも意見を述べやすく、ゼミの活動が円滑になっていると思います。

★先生は、人との関係性を大事にしている、人に対して熱いイメージがあります。教員としての仕事以外にもやるたくさんあるはずなのに、私たち学生との時間を取ってくれます。先生から歩み寄っていただけて、他のゼミよりも先生との距離感は近いと思います。

★先生は、仕事人間なイメージもあります。朝から晩までずっと学校にいるイメージで、いつ家に帰っているのか不思議です。でもきっとその状態が苦しくないんだと思います。楽しみながら、誇りを持って仕事をしているところを尊敬しています。

★ゼミの学生は、それぞれ自分の好きなテーマを選んで研究しています。裁判員裁判や少年犯罪、子どもの防犯について研究している人がいます。

★このゼミに入ると、勉強以外の部分でも大きく成長できます。メールの書き方や、お礼の仕方など、自分たちが何気なくやっていることでも、社会人からしたらおかしい部分がたくさんあります。先生はそれを細かいところまで指摘してくれるので、社会人に向けて成長できている気がします。

スタッフの感想

丹羽先生とゼミ生みなさんのお話を聞き、本当に仲が良いことが伝わってきました。また、ゼミ生同士があだ名で呼び合うなど、気兼ねなく活発な議論ができるような関係性に魅力を感じました！

新大広報学生スタッフが、新大の部活・サークル活動にチャレンジ! レポート!
略してチャレポ!! 一ですが、今回は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
実際に活動場所へお邪魔しての取材ではなく、メールでのやり取りで取材させて
頂きました♪



コンピュータークラブへようこそ!

- 部員数/32人
- 活動日時
毎週月、金曜日の18時~20時
- 活動場所
チャットアプリ「Discord」
(平常時は大学会館、図書館グループ
学習室)
- Twitterアカウント/@kouhou_EDP



●コンピュータークラブ 部長
もつ鍋 さん(部内ハンドルネーム)

※新大祭での様子

Q 活動内容について 教えてください。

前期(第1、2ターム)は、新入生向けにプログラミング言語の「C#」およびそれを使った「Unity」でのゲーム制作の勉強を行います。夏休みに入ったら、その知識をもとに、部員がゲーム制作するのが基本です。そして完成した作品は新大祭で展示



Q 活動で一番 大変だった事は 何でしょうか。

「今後やる事を決める」段階が一番難しかったかもしれません。部員の予定と活動日が被ると、プログラミングの勉強や講習会といった、メインの活動の進行が遅れてしまいます。そのため、部員が忙しくない日を選んで勉強や講習会を行わなければならず、その調整が大変でした。

Q クラブの特徴や、 面白いところは どこでしょうか。

良くも悪くも、部員の主体性によるところが極めて大きいサークルだと思っております。活動に毎回参加する必要はなく、気が向いた時だけ参加するという形になっています。往々にして時間が余っているため、部員がやりたい事を提案すれば、それが活動になる可能性も大い입니다。また、実名ではなくハンドルネームで活動するというのも、他のサークルではなかなか見られない、独特の空気感で面白いところだと思います。

Q 新型コロナウイルス によって、活動に 影響がありましたか。

対面での活動ができなくなってしまったため、チャットアプリ「Discord」を利用して活動するようになりました。新入部員の募集はツイッター上で行っています。コンピュータークラブの活動は、幸い対面が必須の活動内容ではなかったため、特に大きなダメージは受けていません。

Q オンライン授業であると 便利なものがあれば、 教えてください。

これは個人の意見ですが、送られてくる資料を講義ごとのファイルに移動させるのが面倒なので、ファイル名で勝手にフォルダに振り分けてくれるソフトがあれば快適になります。



↑これはそのソフトの一例です。ダウンロードしたファイルを、名前ごとに指定したファイルへ振り分けてくれます。

コンピュータークラブさんの活動や作品をお見せします！

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、新潟大学コンピュータークラブでは、Discord上での活動のみとなっています。そこで、感染拡大前に行われていた講習会の様子と、部員が制作したアプリ(ゲーム)を紹介します。アプリに関しては非常にレベルが高く、アプリのストアに並んでいてもおかしくない物でした。

コンピューター
クラブの
ロゴマークです！



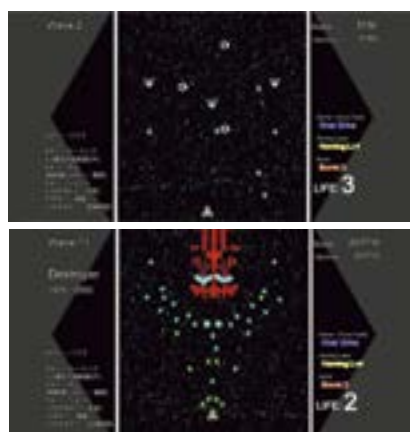
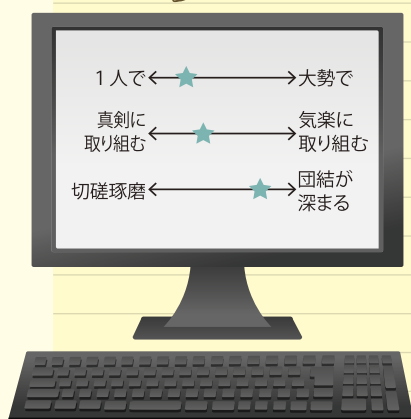
講習会の様子をお届けします！

コンピュータークラブさんから自作コンピューターの制作講習会と、プログラミング講習会の写真をご提供いただきました。コンピューターを自作することで、自分がやりたいことに特化したパソコンが作れるそうです。



※ 新型コロナウイルス感染症流行以前の講習会の様子です。

コンピューターが苦手でも、
周りの仲間が1から優しく
教えてくれます。



本格的なアプリ制作も！

コンピュータークラブ副部長の「くろまめ」さんによる、シューティングゲームアプリをプレイさせていただきました。プログラミング講習会含め経験半年でこのクオリティのゲームが出来たと聞いて、非常に驚かされました！

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ご紹介します。ヘルシーだけど食べ応えがあると女性を中心に人気なサラダチキンですが、市販のものは少し高いですね…。そこで今回のひとりdeliでは、サラダチキンを安く作れる簡単なレシピをご紹介します。露出が多くなる夏に備えて、サラダチキンでコロナ太り解消を目指しませんか？



夏までにコロナ太り解消！買うより安く！ レモンペッパーサラダチキン



材料(1人分)

鶏むね肉……………150g ……117円
レモン汁……大さじ2分の1 ……6円
オリーブオイル…大さじ2分の1 ……11円
コンソメ顆粒…小さじ2分の1 ……7円
砂糖……………小さじ2分の1
塩……………小さじ2分の1
にんにくチューブ……………少々
粗挽き黒胡椒……………少々

(参考価格) 約**141円**

作り方

1 肉に穴をあける

鶏むね肉に皮面からフォークで数カ所穴をあける。
☆皮や余分な脂肪を取り除くとカロリー大幅ダウン！

2 ねかせる

1とそれ以外の材料をポリ袋などに入れ、
空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫で30分以上おく。

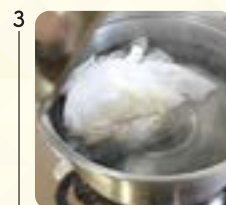
3 茹でる

鍋にたっぷりの水を入れて沸騰したら弱火にし、2を入れて
1～2分茹でる。火を止めて蓋をし、そのまま30分おく。

4 切る

好みの大きさに切る。
そのまま食べてもサラダなどにのせても！

かんたんレシピをご紹介します！



コラム
\\ /

鶏むね肉に多く含まれているたんぱく質。たんぱく質が不足してしまうと、基礎代謝量が落ちて、太りやすく痩せにくい体質になってしまうほか、脳内で作られる神経伝達物質が減ってしまい、集中力や思考力の低下に繋がるそうです。そして、皮膚を構成するコラーゲンや髪の毛を構成するケラチンもたんぱく質でできているため、たんぱく質の不足は肌や髪の毛の老化の原因にもなるとのこと。
サラダチキンでしっかりたんぱく質を摂り、美容と健康を維持しましょう♪



自分の居場所 ― 学生編 ―

P.07 >

駄菓子屋houkiboshiでは在庫の管理や売上金のチェック、SNSへの投稿まですべて自分たちで行っており、なんと仕入れまで自らの車で行っているそうです！

教えて！
あなたのゼミ・研究室

法学部 丹羽ゼミ

P.09 >

取材の際、私たちスタッフが原稿を書きやすいようにと、丹羽先生がキーワードを示してお話ししてくださいました。そんな先生の優しさが、ゼミ生たちから慕われている理由なのだろうと感じました。



チャレポ!!

コンピュータークラブ

P.11 >



冬号に引き続きメールのみでの取材となった今回の取材。取材を進めていく中で、新大広報スタッフが他に所属しているサークルに、コンピュータークラブのメンバーも所属していることが発覚！メールのやり取りでの取材中には、そのメンバーの話で盛り上がる一幕もあり、楽しく取材を進める事ができました。「世界中の誰とでも、6人を介せばつながる事ができる」という言葉もありますが、世間の狭さを改めて実感しました。

編集後記

今号では、新たに入学する1年生に加えて、昨年度、非対面授業の関係で、未だにあまりキャンパス内に足を踏み入れたことのない2年生や、さらに3年生、4年生と、在学生も知って得するような情報の掲載をモットーに、感染症対策を考慮しながらの取材を行ってきました！

新生活、新学期に向けて、少しでも皆さまのお役に立てたら幸いです！

新大広報編集長 今井 英

学生スタッフ

工学部3年 鈴木 蒼生
教育学部2年 梅津 秀平

創生学部2年 布施 英梨花
法学部2年 藤田 樹

人文学部2年 今井 英
人文学部1年 成田 詩織

人文学部2年
池田 日向子

職員スタッフ

学生支援課 広報室
菅原 瑠璃香 春日 智啓

本紙掲載の表示学年は、すべて令和3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。

2021年 春号 [No.218]

2021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



新大広報



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します！

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きます！

ぜひ、フォローしてください！



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>

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

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/>