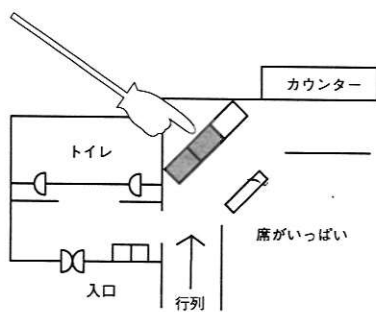




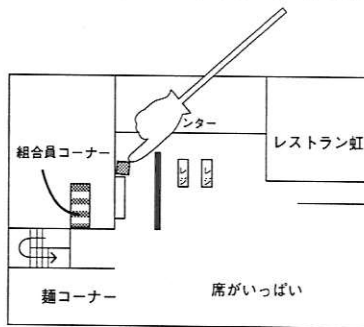
声カードボックスの場所

Me～dia アンケートは下の各所にある声カードBOXに出してください。



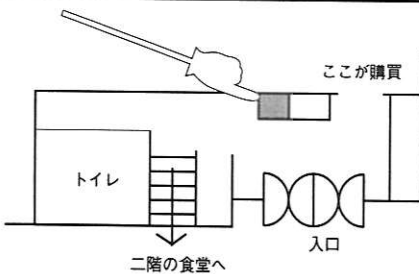
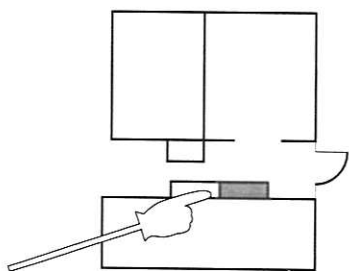
南部
食堂

北部
食堂

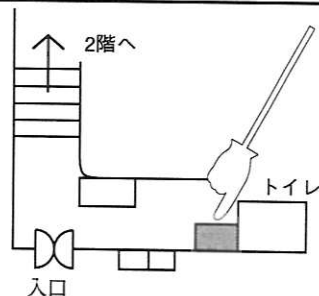


農学
部購
買

北部
購
買



理系
カフ
エテ
リア



編集：名大生協学生委員会
 発行：名大生協理事会

自分の道を大学生活で見つけよう! You are on your way
(You..)

はいめまして。法学部2年のけーこです。
私は大学に入ってからいろいろな新しい
ことにチャレンジしていろいろな発見をし
ました。自由にいろいろなことができる
大学のうちにいろいろな発見をして下さい。(けーこ)

人生は
愛と夢と気合
である。
けーこ

飲んだら吐く、
吐いたら乗る、
注意一秒
ケガー生
こーい

ちゃんと飯
食べようね
byよっ



自由に溺れないように
強い意志を持つとう。

理4年 おどろこ

希望に燃えて入って来たのにあまたに失望を与える
授業があるかも知れど、でもそで投げどで。
教官を教えられるのは学生だけだ。ファイト!!

..... 新入生の皆さんへ

Fresh People,

♪は～るがき～た、は～るがき～た、どこにきた～?
というわけで春ですね。新入生の皆さんも春まっさかり
だと思います。そんな新入生の皆さんに僕たち先輩から
の言葉を贈ります。

これらの言葉はこれまで大学生活を生き抜いてきただ
けあってすばらしい言葉ばかり。ぜひこれからの大学生
活に生かして行って下さい。

大学なんて、やることやれば、楽な所だ。

だがそれをやるのが難しい

Go for it! 頑張れ (アニマル)

Where there is a will, there is a way.

by オカリナ吹き職人

ようこそ名大へ。工学部2年とくびす。
 大学は高校までと違う。
 どう違うかというと、大学では何事も
 自分で行動を起こさなければならぬ。
 何もやらざると、つまらない大学生活になる。
 面白いものにするかしないかは自分次第。
 どうか大学生活を精一杯楽しんで下さい。
 (とく)

ジーモ。工学部2年のはまかつです。
 みんなまだ「大学生」のイメージで入って
 ないんじゃない? 不安なこと、分からないこと、
 それを楽しみにしていること、色々あると思う
 けど、頑張れば充実した大学生活を送ろう!!
 (はまかつ)

Be Ambitious!!

ここに載っている言葉は前号のMe~dia2の中で募集したものです。こんなふうはこのMe~diaは読んでいるみんなも参加できる冊子です。新入生の皆さんもアンケートを書くなどしていろいろな形でMe~diaに参加して下さい。また新入生に言葉を贈っていただいた上級生の皆さん、ご協力ありがとうございました。

by ケンケン

名大は

広いが



大学という世界は

ちと広い!!

113人なコトを
経験しよう...

こんにちは。私は理学部2年です。
 大学では、自分のしたい事を見つけて、いろいろな経験をしてみして下さい。密度の濃い生活もあるチャンスだと思います。ゆっくりでもいいから、本当に、「やってよかった〜」って思える事、いっぱいやって下さいね。(みき)

暴走族には気をつけよう! ホーリン-をもらって

工2年 祝名阪戦準優勝

生きましよう by やま

なに? 責任のしかたを忘れただっけ? がんばれよ!!
 ちゅんと勉強しよ! by 本操のおにいさん

これからの大学生活を自分の夢に向かって一生懸命、楽しく、自分の力ですすんでいけるといいね。
 by え

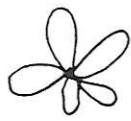
受験明けおつかれさん。
 これからは自分のやりたい放題。
 でも「自由」の意味を忘れることなかれ。

Me ~ dia 4

C O N T E N T S

Fresh People , Be Ambitious !!	2
仮装行列のご案内	5
COOP INFORMATION	6
食生活提案	9
TICKET TO RIDE	10
もぎたてトマト	14
くるくるリサイクル	18
狂乱読書日記	20
Peace Now !	22
ゆうべのひとこえ	28
春のクロスワードパズル	30
編集後記	31

◆名大祭1・2年生実行委員会からのお知らせです



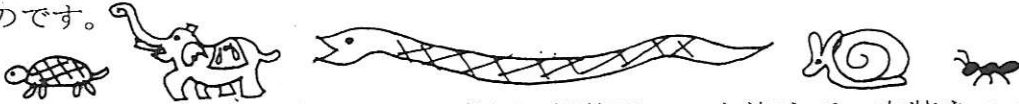
第39回名大祭

仮装行列'98開催!!

5月24日(日) 9:15~

メイン会場：白川公園

毎年、恒例の"仮装行列"の季節がやってきました。
"仮装行列"というのは、その名の通り仮装をして、栄周辺を練り歩くというものです。

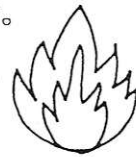


新入生のみなさんの場合、クラスごとに仮装テーマを決めて、衣装をつかったり、張りぼてをつくったりします。クラスのみんなで、話し合ったり、つくったりすることで、クラスの仲は**パッチリ**よくなります。

クラスの仲がよくなるかどうかは、"仮装行列"にかかっているととてもいっくらい重要な行事なんです。

午後は、仮装運動会もあって、他のクラス、学部の人たちとも仲良くなれちゃいます。**友達いっぱいふやせるよ。**

もちろん、すばらしい仮装をしているクラスには賞品もあります。
栄の街を仮装して歩くなんで、めったに出来ることじゃない！

**おもしろい、はじめて、楽しもう!!**

新入生以外のみなさん、"仮装行列"なんて、自分たちにはもう関係ないなんて思っていないですか？今年の仮装は、ちょっと違います。

なんと！ 新入生だけじゃないんです。 ビュッ!

サークルで、部活で、仲の良い友達と・・・。どんなグループでも、OK。
新入生と一緒に仮装しませんか？アピールタイムをもうけるので、新入生の勧誘も、模擬店・舞台のCMも出来ちゃいます。かわいい1年生とも、お友達になれちゃうかも・・・。

とにかく、でてみて**損**はない!!

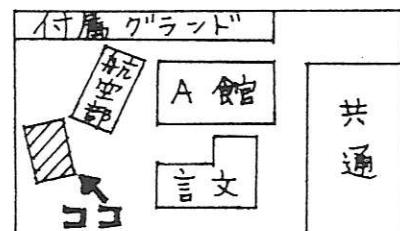


お問い合わせ・お申し込みはこちら。お気軽にどうぞ。

名大祭一・2年生実行委員会

789-5322

*新入生は申し込む必要はありません。



生協理事会・学生委員会からのお知らせ
Nagoya University

COOP INFORMATION

■From 学生委員会■

新入生のみなさん、名古屋大学へようこそ!このページを書いているかおりです。このページでは皆さんの身近な存在である生協のお得な情報や活動報告、それに私たち学生委員会の紹介を行っています。これからもよろしくお願ひしますね。

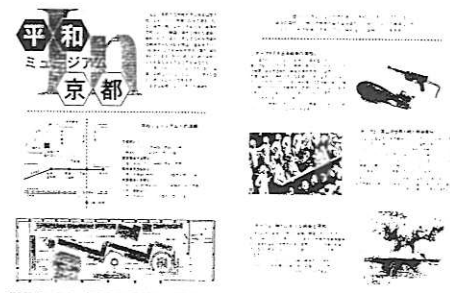
◆農業体験ツアーに参加しませんか?

名大生協の毎年恒例行事「農業体験ツアー」が今年も行われます。5月30~31日(土、日)に岐阜県郡上郡大和町の「大和ふれあいの家」で行われます。この農業体験ツアーは留学生のみなさんも参加し、国際交流してみたい!と思っている人には絶好の機会です。ゲームをしたり、田植えや日本の伝統文化を体験しながら留学生と仲良くなれますよ。近いうちに詳しい案内をしますので、ぜひ参加して下さいね。



◆平和って何だろう?

以前からお知らせしていた、さまざまなテーマを軸に平和について考える冊子「千秋」が完成しました。現在各生協店舗で配布中です。広島・長崎へ行った時の体験記、私たちの身近にある戦跡の紹介などがあります。また、4月9日に映画「対馬丸」の上映会があります。「千秋」を読んだり、「対馬丸」を見たりして、みなさんも大学生として、ぜひ平和について考えてみませんか。



千秋の中の1ページ
98年4月発行

◆新入生歓迎活動報告

昨年10月から、総代生協委員をはじめとして新入生歓迎活動を行ってきました。新入生のみなさんの大学生活のスタートに少しでも役に立てばと思います。

▽新入生向けの冊子、完成！

新入生に大学生活のイロハや、不安の解決策を伝える冊子が完成しました。合格手続時の「合格おめでとう袋」、もしくは入学試験時の「試験ごくろうさま袋」の中に入っていますので、新入生でまだ読んでない、という人はぜひ読んでみて下さい。きっと役立つ情報がたくさんありますよ。

▽新入生のつどい開催！

3月20～21日(金、土)と30～31日(月、火)の2回にわたり「新入生のつどい」を開催しました。新入生が2回で160人ほど集まり、さまざまなゲームや名大に関するクイズなどを通して、多くの友達を作ることが出来たようです。また、上級生からさまざまなアドバイスなどを聞き、これから始まる大学生活のことをイメージすることができたようです。



料理講習会で今年の新入生歓迎活動はほぼ終了します。また今年の秋ぐらいから新入生歓迎活動が始まりますので、「来年は上級生として新入生を迎えてみたい!」という人は、ぜひ名大生協学生委員会(TEL052-781-5195)まで連絡して下さいね。お待ちしております。



▽料理講習会のお知らせ

4月11日(土)に新入生で一人暮らしを始める人向けに料理講習会を開きます。初めて料理をする人でも心配なしの講習会です。栄養面でもバッチリのメニューで上級生にしっかりと基礎から教えてもらえます。下宿をする人はぜひ、料理にチャレンジしてみましよう。

■理事会室だより■

◆通常総代会が開催されます

第70回名大生協通常総代会が5月29日(金)に開催されます。この総代会というのは、名大生協の最高決議機関であり、1年間の運営・活動について検討し、決定される重要な場です。総代に議決権があり、生協委員はオブザーバーとして参加していただきます。生協と組合員の意見交換の機会としてもとても大切な場です。総代・生協委員のみなさんには出席するようお願いいたします。議案書・資料等は後日配布されますのでご参照下さい。



◆日中友好交換留学の取り組みについて

昨年度から引き続き行っている日中友好交換留学の取り組みについてです。南京大学と北京第二外国語学院からこの夏に短期留学に来る学生は決まりました。また、食堂のキャンパメニューなどから、この交換留学の費用の一部として活用しようと思っています。ぜひご協力下さい。

この取り組みについては別途資料を配布していきます。ご参照下さい。



◆購買部・書籍部・食堂部からのお知らせ

▽北部購買

- ・4/27～28…「新入学・進級おめでとうセール」
- ・CD20%引セールなど

▽南部購買

- ・バックノート・リーフセール
- ・通学用品(自転車・バイク・かばん・パスケース)フェア
※授業に必要な教材の問い合わせ・購入は南部購買まで。

▽北部書籍

- ・辞書フェア 3/23(月)～5/8(金) 10%
- ・理工辞書フェア 3/23(月)～5/8(金) 10%
- ・洋辞書フェア 3/23(月)～4/17(金) 15%
- ・洋書Sprigerバーゲンセール(物理学) 4/6(月)～5/29(金) 10%

▽食堂部

- ・職員おすすめメニューを予定します
- ・日中友好キャンパメニューを行います。メニューの料金のうち10円を日中友好交換留学のキャンパとします。ぜひご協力下さい。
- ・4/13より、南部食堂・フレンドリー南部前にて11:45から混雑緩和弁当を400円で販売します。ご利用の際にサービス券を1枚進呈します。10枚たまると弁当1個と交換しますのでぜひご利用下さい。
- ・店外の模擬店を行います。たこ焼きや鯛焼きなど、ぜひご利用下さいね。

文責 常任理事 清水 昭博
常任理事 森下 香織

食生活提案

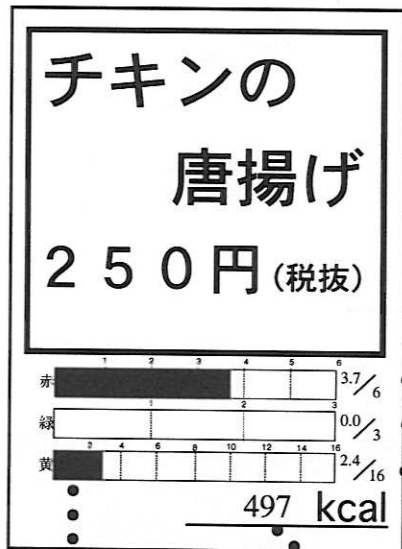
～ 3群点数法って何? ～

みなさんは食事による栄養バランスについて関心はありますか? 栄養を片寄りなくとることをきちんと続けていけば体の調子が良くなるものです。

ここで紹介する3群点数法は気軽に栄養バランスを調整できる方法の一つです。栄養に興味のない人、大学生活が始まってどうも体の調子がおかしい人はぜひ参考にしてみてくださいはでしょうか。

下にあるのは南部食堂のプライスカードですがこれを使って3群点数法について紹介します。

プライスカード



1点は食品の重量ではなく、カロリーー量を表します。(1点=80kcal)

総カロリーーを表します。

赤

ここに当てはまる食品は主にタンパク質を多く含む食品です。これは、体内の筋肉や血液を作るのに重要です。

これは、1日6点摂取するのが目安です。

緑

ここには野菜などビタミン、無機質を多く含む食品が当てはまります。これらは体調を維持したり、老化を防ぐ役割があります。これは少なくとも1日3点摂取するのが目安です。

黄

ここには脂肪、炭水化物がおおもとの食品が当てはまります。これは体を動かすエネルギー源となります。

これは1日男性は16点、女性は13.5点を目安に摂取しましょう。

主な食品群

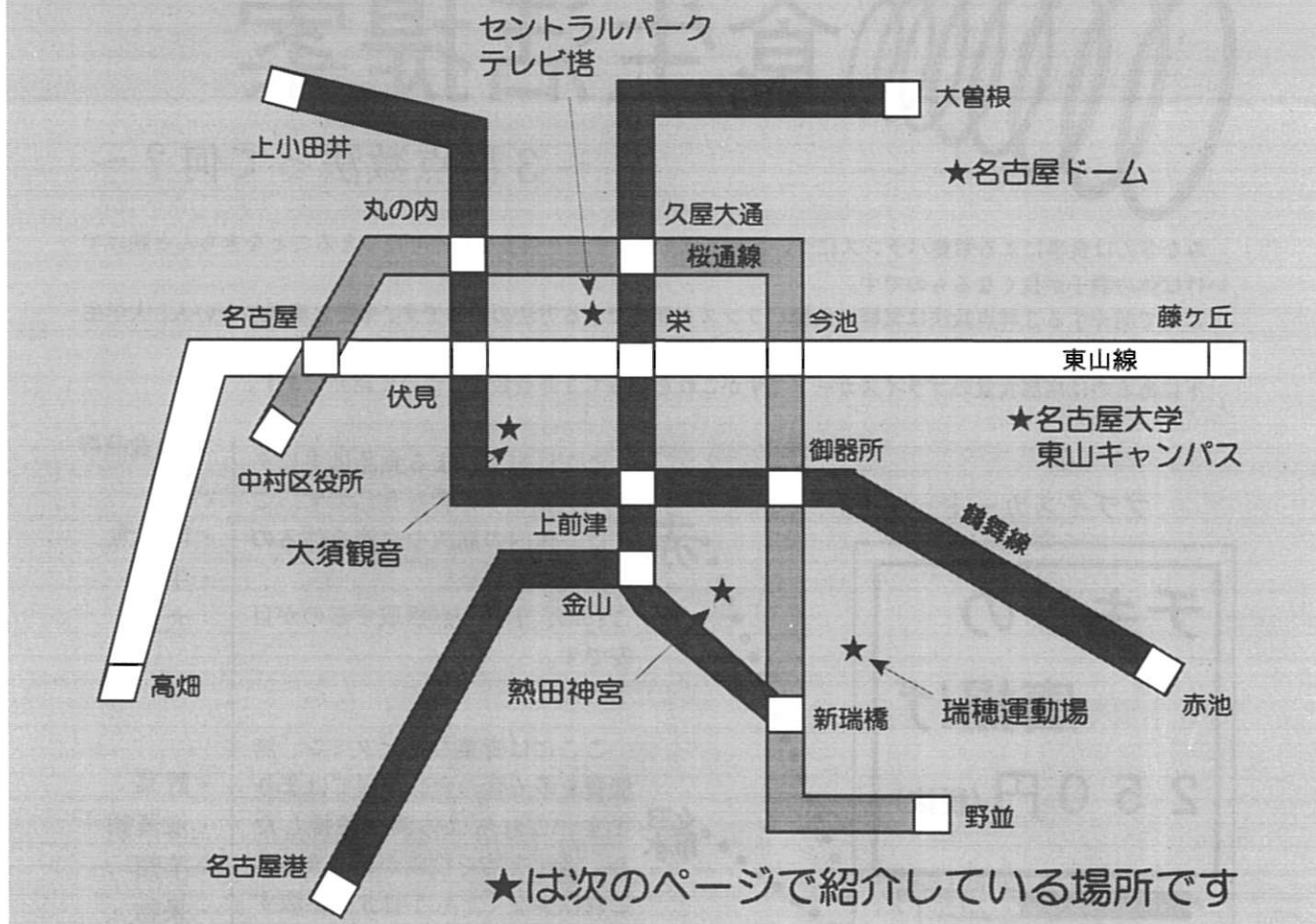
- ・卵
- ・肉、魚
- ・牛乳
- ・大豆

- ・野菜
- ・海藻類
- ・芋類
- ・果物

- ・ごはん
- ・めん類
- ・油
- ・砂糖

このようにあらゆる食品を特徴別に3種類に分け、それをバランスよく摂取することである程度栄養バランスを維持することができます。例えば上のような赤と黄の点数が高いものを食べたら、付け合わせに、あるいは夕食に野菜をたくさんとるなどして緑を増やすことで1日トータルで見た栄養バランスを良くすることができます。自分なりに3群点数法を使ってみて下さい。

◆名古屋市営地下鉄路線図



名古屋地下鉄大特集

Ticket

to

Ride

The Best Time, Best Doing

路線別スポット紹介は次のページに

◆便利な回数券・一日乗車券

バス普通回数券	(11回分) 2000円
バス昼間割引回数券	(14回分) 2000円
地下鉄回数券	(11回分) 1区2000円
バス・地下鉄割引連絡回数券	1区2800円
地下鉄1区特別きっぷ	(11回分を2枚) 3800円
バス全線一日乗車券	600円
バス・地下鉄全線一日乗車券	850円
地下鉄全線一日乗車券	740円
なごや環境きっぷ	620円
いこまいきっぷ	1300円

◇名古屋市交通局では、バス・地下鉄の回数券を一新し、新しいシステムとともに新しいカードを導入する予定です。詳しくは地下鉄の駅のポスターなどを参照して下さい。

◇休日にバスを使うなら昼間割引回数券

日曜日や祝日によく市バスを使うが普段は…と言う人は「バス昼間割引回数券」がおすすめ。この回数券は普通の回数券と比べ割安(1回当たり約40円得)。利用制限は平日だと午前10時から午後4時まで(乗車時)となっています。しかし日曜・祝日については終日利用できますので、休みの日に出かけることの多い人はもってこいの回数券です。

◇定期持ちなら1区特別きっぷ

定期券を持っている人なら「地下鉄1区特別きっぷ」がおすすめです。定期券に記された路線の駅以外で降りるときは乗り越し運賃を払うことになります。この乗り越し運賃は、回数券で払うことができるのです。1区は200円ですので、例えば乗り越し運賃が230円なら回数券1回分と30円払うだけです。ちなみに本山から1区は今池・星ヶ丘まで。名古屋駅からは栄・中村日赤・中村区役所・丸の内までです。ちょっとした距離を使うなら重宝するきっぷです。

◇8日に遊びに行くなら環境きっぷ

普段は市バス・地下鉄全線一日乗車券は850円で販売されていますが、毎月8日の利用に限っては620円の「なごや環境きっぷ」で市バスも地下鉄も全線一日乗車できます。名古屋の地下鉄は初乗り200円なので、だいたい3回乗り降りすれば元はとれます。市バスも使えますので大変便利です。今年度は8月と11月の8日がちょうど 土日になっています。こういう時を見計らって利用してみたいかがでしょうか。

◇市内観光ならいこまいきっぷ

いこまいきっぷは、市バス・地下鉄が一日全線乗り放題なのに加え、市内の主要な観光施設に入場が自由になるほか、入場料が割り引きされたりもするスグレモノです。これから生活する名古屋を、このきっぷで知り尽くしてはいかがでしょう。

いこまいきっぷで入場できる施設	入場料が割り引きされる施設
名古屋城(特別展を除く)	徳川美術館
東山動植物園	名古屋テレビ塔
東山スカイタワー	産業技術記念館
白鳥庭園	名古屋港ポートビル展望室
名古屋市博物館(常設展)	名古屋海洋博物館
名古屋美術館(常設展)	南極観測船ふじ
名古屋科学館 (プラネタリウムを除く)	名古屋水族館

東山線 高畑↔藤ヶ丘

Higashiyama Line

◆Central Park/Angel Park <栄駅下車>

東山線の栄駅を中心に、北は久屋大通駅から、南は矢場町駅の辺りまで、噴水や植林・広場などで整備された公園が広がります。これがセントラルパーク・エンゼルパークです。ちなみに、その地下は広大な地下街になっていて様々な種類のお店が並んでいます。地上の公園ですが、実は名古屋市と姉妹提携を結んでいる世界の都市の名前がつけられ、その都市ならではのものが鎮座しているのです。例えば、ロサンゼルス広場には映画スターの手形・足形のパネルがあったり、シドニー広場には大きな船の錨(いかり)がありますよ。



そして公園の中心に位置するのがテレビ塔です。地上000メートルからの眺めは最高! 天気のいいときには近隣の山々が鮮明に見えますよ。

また、このセントラルパーク・エンゼルパークの周りにはデパートやファッションビル、個性的なブティックやバラエティショップが並びます。いろんな店をぶらつきながら、都会の公園を散歩してみてもどうですか?

鶴舞線 上小田井↔赤池

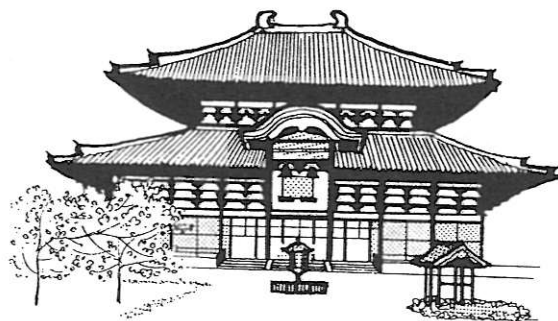
Tsurumai Line

◆大須観音 <大須観音駅下車>

「大須観音」で知られるこの場所、正式には「北野山真福寺宝生院」というそうです。お正月や節分の時期には大変にぎわうところです。また、この境内にはからくり時計があるんですよ。決まった時間になると、音楽とともに人形が出てきて…。あとは実際に見に行ってくださいね。

もともと寺院を元にした門前町なので、その歴史は古く、中にはいとなにかなつかしいようなものを感じます。しかしただ古いだけでなく、ところどころ「新しい文化」を目にすることができるのも、この町の大きな魅力でしょうね。クラブやミリタリーファッションなど、サブカルチャー的なものもたくさんある街です。初めてでもきっと楽しめる街だと思います。

毎月18日と28日の縁日には、大須観音境内にて骨董市が開かれます。商店街で時間を合わせ、からくり時計を見物して、骨董市でお買いものを…というプランもいいですね。ただ道に迷わないように気をつけて下さいね。



Nagoya
Subway Guide

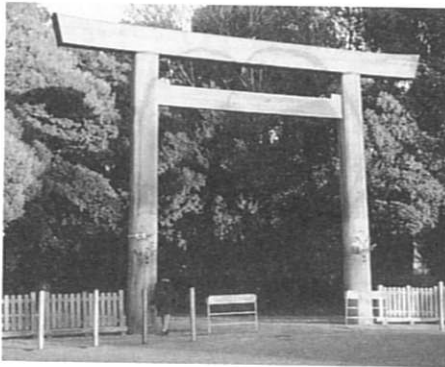
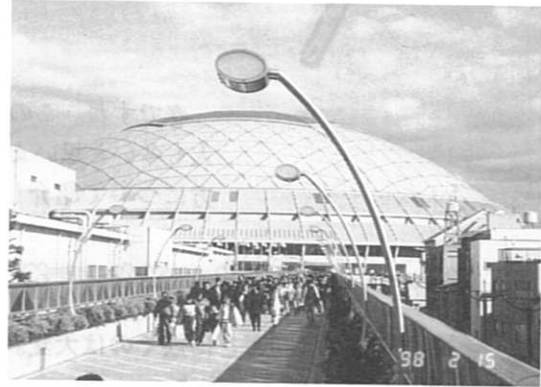
名城線

大曽根↔名古屋港
新瑞橋

Meijo Line

◆名古屋ドーム <大曽根駅下車>

00年に完成した名古屋ドーム、関心がある人も多いと思います。この名古屋ドームのある大曽根には、名大医学部保健学科の人が勉強する大幸キャンパスがあります。保健学科の人はもう名古屋ドームを目にしていることでしょう。他にも、尾張徳川家の宝物を展示した「徳川美術館」や、ブティックなどの集まるOZ モールなど、訪れた人を退屈させないことでしょう。名古屋ドームに来たときには、ちょっと足を運んで街を探索してみたいかでしょうか。さて、気になる交通アクセスですが、名古屋駅からはJR中央線を使えばすぐです。本山方面からは地下鉄東山線の千種駅ないし今池駅からドーム行きのバスが出ています。野球観戦・コンサートなどの時にはこれらを使って下さいね。



◆熱田神宮 <神宮西駅下車>

三種の神器である草薙の剣を安置してある熱田神宮は、日本でも有数の由緒ある神社です。初詣や七五三の時には出店が並び、多くの人を訪れます。日曜・祝日なら普通の時でも参拝客を見かけます。多くの木におおわれ昼なお暗い参道は、外の世界とは隔離され独特の雰囲気をかもし出しています。何か神経が研ぎ澄まされるというか、そのような感じがします。ちなみに、ここの御利益は厄除け・交通安全・縁結びなど。私はよくお参りに行くのですが…。

Nagoya
Subway Guide

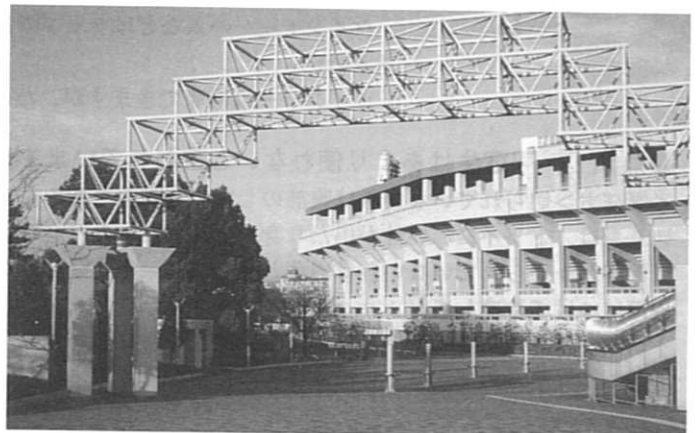
桜通線

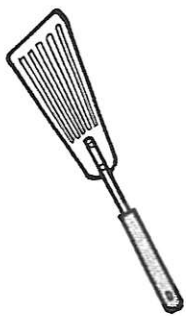
中村区役所↔野並

Sakura-dori Line

◆瑞穂運動場・山崎川 <瑞穂運動場駅下車>

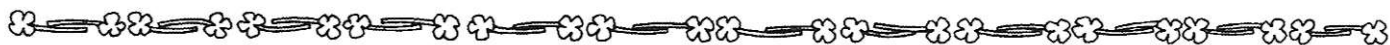
野球の名古屋ドームに対して、サッカーならこの瑞穂運動場でしょう。この運動場の横には、山崎川という川が流れています。実は、本山から鏡池通に抜ける稲船通(東海銀行とパチンコの間の道)の横を流れる川と同一です。山崎川といえは名古屋でも屈指の桜の名所です。瑞穂運動場横から遊歩道になっています。桜が咲いているうちにぜひ一度散策してみてください。山崎川の川幅はそんなに広くないので、両岸から桜がおおいかぶさるようにさいています。水面に映る桜もまた美しいはずですよ。





もぎたて トマト

春ですね。このページを読んでいる人の中には、初めて下宿生活をする人も多いと思います。今回は自炊に必要な主な食品の選び方と、保存の仕方について紹介していこうと思います。 文責 フック



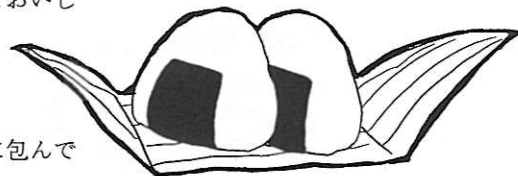
◆ご飯・・1回ごとに炊くのは大変。多めに炊いて冷凍しておく、食べたいときにすぐ使えますよ。

<保存法>ご飯を1食分ごとにラップに包んで冷凍。このとき薄く広げて包むとおしく保存できます。

冷蔵庫に入れるとパサパサになってしまうのでおすすめできません。

◆食パン・・食パンも普通1回では食べ切れませんね。

<保存法>2~3日内で食べきれぬのなら常温で、それ以上なら1枚ずつラップに包んで冷凍しましょう。そのままトーストすれば、すぐに食べられます。



◆肉類・・メインの料理に登場しますね。私はよく、1番安い鶏肉を使います。

<選び方>鶏・豚はつやがある淡いピンク色のものを、牛は鮮やかな紅色のものを選びましょう。どの肉もトレイに肉汁がたまっているものは避けましょう。

挽き肉は黒ずんだものは鮮度が悪いので、色で判断しましょう。

ウインナー・ハムなどは新しいものを買きましょう。

<保存法>生のものなら冷蔵庫で鶏が1日、牛・豚が2~3日位保ちます。空気に触れると痛みやすいので、ラップに包んで下さいね。冷凍で保存するときには、小分けにしてラップに包んで冷凍しましょう。半月~1ヶ月位保ちます。

挽き肉は冷凍保存が安心です。ラップに包んで空気を抜き、板状にして右の図のように割れ目をつけると、冷凍したときに使いやすいです。調理（ハンバーグにしたり、炒めてそぼろ状にしたり）したものを冷凍するとなお安心です。

ウインナー・ハムなどはラップで包んで密閉すれば冷蔵庫でも少しは保ちます。（消費期限を見てください）。

ウインナーは冷凍できますが、ハムやベーコンは冷凍には向きません。



◆魚類・・下宿生はあまり使わないと言われていたますが、たまにはどうでしょうか？

<選び方>切られていない魚は腹部のしまった弾力のあるもの。えらが鮮やかな赤色で、皮膚に光沢のあるもの。

切り身は、トレイに赤い汁が出たり身くずれしたものは避けましょう。

<保存法>切られていない魚は内臓と頭を取り除く。翌日までに食べるのであればラップをして冷蔵。それ以上ならしょうゆや酒につけて冷凍しましょう。

切り身は店頭で並んでいるものは、冷凍品を解凍したものが多くです。解凍したものを再び冷凍すると鮮度・味ともにとでも落ちてしまうので切り身の冷凍はやめた方が良いでしょう。どうしても冷凍したいなら、冷凍魚を買った方が良いでしょう。

◆卵・・・自炊する人には必需品ですね。長く保存できるし、安いのも魅力です。

<選び方>割ってみないと新鮮かどうか分かりにくいものなので、とにかく新しいものを選びましょう。サイズの大小に関わらず、卵黄の大きさは同じなので（つまり卵白の量が変わる）必要に応じて買ひましょう。

<保存法>卵のとがったほうを下にして冷蔵庫で保存すれば、1ヶ月は保ちます。生で食べるのであれば1週間位までのものを食べましょう。卵は水で洗うとすぐに傷んでしまうのでご注意ください。

◆豆腐・・・いろんな料理に使える便利な物です。

<選び方>パックに入っているのだから外から見て豆腐の良し悪しが分かりにくいです。新しいものを選びましょう。種類は木綿豆腐・絹ごし豆腐・焼き豆腐・充填（じゅうてん）豆腐などがあります。

”木綿豆腐”は水気を切って固めたもので、豆腐料理全般に向きます。

”絹ごし豆腐”はきめが細くなめらか。生で食べるのに向いています。

”焼き豆腐”はくずれにくいので、すき焼きや煮物に向いています。

”充填豆腐”は加熱しているので味は落ちるけれど日持ちします。

・・・と、用途にあわせて選んでみて下さい。

<保存法>パック豆腐は開封しなければ2~3日保ちます。開封したらその日に食べるのが理想。もし残ったら密閉容器に水を入れ、豆腐をひたして冷蔵庫に入れて次の日に食べましょう。



◆野菜類

◆じゃがいも・・・安いし日持ちもする、料理をする人の味方です。

<選び方>ふっくらと丸く、皮にしわの無いものを選びましょう。種類は、男爵・メークイン・新じゃがなどがあります。

男爵はほくほくやわらかいので、粉ふきいもやコロケにどうぞ。

メークインは粘りけがあり煮くずれしにくいので、炒めものなどに向きます。

新じゃがは春に出回る小さなじゃがいもです。ポテトチップスによく使われるように、油を使った料理に向いています。

<保存法>直射日光の当たらない、湿気の少ない所に置いておけば3ヶ月位保ちます。寒さに弱いので、冷蔵庫に入れるのは厳禁です。冷凍するとじゃがいもがスカスカになってしまうので、カレーなどに入っているときもじゃがいもは取り除いて冷凍しましょう。

◆にんじん・・・嫌いな人も食べましょう。

<選び方>表面がつるんとしていて色が濃いものを選びましょう。

<保存法>水気をよく拭いて、ポリ袋に入れて冷蔵庫に入れておきましょう。1~2週間ほど保存できます。

◆玉ねぎ・・・じゃがいも同様常備しておきたい野菜です。

<選び方>皮がよく乾き身が堅くしまったものを選びましょう。

<保存法>ネットに入っているときはそのまま。ビニール袋に入っているときは取り出して紙袋やかごに入れ替えます。風通しがよく、湿気の少ない場所で保存しましょう。冬なら1~1ヶ月半。夏は3週間位保存できます。使いかけの玉ねぎはラップに包んで冷蔵庫に入れると2日位保ちます。

◆キャベツ・・・炒め物でも煮物でもどうぞ。

<選び方>芯の切り口が新鮮なもので持ってみて重く感じるものを選びましょう。

<保存法>丸ごとのキャベツは外側の葉を1枚ずつはがして使うと長持ちします。半分に切ったものは傷みやすいです。4~5日位保存できます。

冷凍基礎のきそ

皆さん、冷凍庫をどのように使っていますか。上手に冷蔵庫を使えばとっても便利です。ここでは冷凍方法の基礎を紹介しようと思います。

テク1..急速に冷凍しましょう。

ゆっくりの冷凍では食品の細胞を壊してしまうので味が落ちてしまいます。急速に冷凍すると細胞への影響が少なくてすみます。それでは急速な冷凍のコツは？

○あたたかいものは冷まして冷凍。

温かいものをそのまま冷凍庫に入ると、冷凍に時間がかかってしまいます。それに周りの冷凍されたものまで解けてしまうこともありいいことはありません。しっかり冷まして冷凍庫に入れましょう。

○アルミトレイを使う

熱の伝導率のいいアルミトレイを使えば食品を一気に冷やすことができます。肉など買ったときに付いてくるトレイでは伝導率が悪いので、そのまま冷凍庫に入れないように。私は家にあったせんべいの缶のフタで代用しています。

○薄くのばして、小分けにする。

やっぱり大きいものより小さなもの、厚いものより薄いものの方がすぐに冷やすことができます。小分けにすると使うときに使いたい分だけ取り出せるというメリットもあります。ラップなどで1食分ずつに分けると便利です。

急速冷凍には関係ないけれど・・・

○水気をよくとる。

水気が残っていると冷凍したとき霜ができ、食品どうしがくっついたり解凍したときにベチャベチャになってしまいます。ペーパータオルなどで水気をよくとって冷凍しましょう。

余談time ~私のおすすめ~

カレー・・・カレーって余ってしまっって何日も連続して食べるハメになることが多いですね。私は1回分ずつ冷凍しておいて、カレースープにしたり、ご飯とブイヨンスープと一緒に煮込んでカレー雑炊にしたり、もちろんカレーライスとして食べたりします。じゃがいもはとりのぞいて（スカスカにならないように）、密閉容器に入れて冷凍し、食べたいときにレンジで解凍。カレー好きの人にはおすすめです。

いか・・・いかは冷凍してもそんなに味が変わらないのでよく使います。安いときには11ばい100円以下で売っていることもあるのでたくさん買って冷凍していました。よく洗って内蔵を取り除いて茹でておいたものを冷凍しましょう。生ゴミの日の前の日に調理する事をおすすめします。かぼちゃ・・・私はかぼちゃがとても好きなので、よく料理に登場します。食べやすい大きさに切って、レンジで加熱し、冷凍しておきます。つぶして冷凍したものを、ミルクとコンソメの素と一緒にレンジに入れて、かぼちゃのスープにするのも好きです。

・・・以上、私のおすすめでした。



テク2.安定した保存をしましょう。

せっかく急速冷凍しても冷凍庫の温度が上がると、食品の品質が低下してしまいます。安定した保存のためのコツは？

○ドアの開閉は少なく短時間で。

ドアを開ける度に冷凍庫内の温度が上がってしまいます。冷凍庫の中身を把握しておく、開閉の回数も時間も減らすことができますよ。

○急速冷凍のその後は・・・

アルミトレイは熱を伝えやすい分、あたたかい外気をよせつけてしまいます。密閉容器やフリーザーバックに入れ替えて冷凍保存しましょう。フリーザーバックを使うときには、中の空気をできるだけ抜いておくと良いですね。

テク4.再冷凍はしない。

魚の所でも書いたとおり再冷凍は味を落としてしまいます。再冷凍は避けましょう。



テク3.上手な解凍。

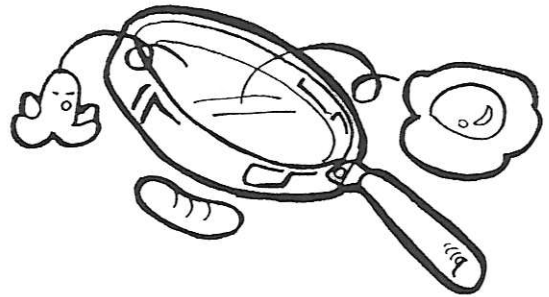
解凍に失敗すると食品の品質が大きく低下してしまいます。解凍には自然解凍・レンジ解凍・流水解凍・などがあります。

自然解凍・・・冷蔵庫でゆっくり解凍します。夕食に使う材料を朝冷蔵庫に入れておくとちょうど良いです。食品に火を通したくない時にどうぞ。

流水解凍・・・流水に食品をあてて解凍する方法です。自然解凍より時間は短縮できますが、水道料金がかかってしまうかもしれません。だいたい1時間位で解凍できます。

レンジ解凍・・・調理された物に向いています。

そのまま料理に・・・凍ったまま料理します。火をしっかりと通す煮物などに向いています。



テク5.冷凍庫に頼りすぎない。

家庭用冷凍庫は一般的にマイナス10度位までしか温度が下がりません。しかし例えば肉では冷凍に適した温度がマイナス30度で、肉にとっては完全な保存状態ではないので、少しずつでも品質は低下していきます。

「冷凍庫に入れておけば腐らない」と思うのはやめたほうが良いみたいです。

冷凍庫はとっても便利です。氷をつくる、アイスクリームを冷やしておく、だけじゃもったいないですね。上手に使って下さい。

今回は食品の選び方、保存法、そして冷凍の仕方についてでしたが、いかがでしたでしょうか？書けなかった食品がまだまだたくさんありますが、「これが載っていない。」とか「この食品の保存法が知りたい。」ということがあったら教えてください。随時載せていこうと思います。

次回のテーマは＜食費を安くする＞の予定です。

文責 フック



—「生協リサイクル班」こんな事やっています—

皆さん、毎日を楽しんでいますかあ？名古屋って天気のいい日が多くて本当に気持ちいいよね。きっと今日も青い空が広がっていることでしょう（たぶん）。

さて、そんな今日は我々「生協リサイクル班」のことを紹介してみたいと思います。

1、「生協リサイクル班」って何？

皆さんは「最近冬があったかい」とか「空き缶落ちてること多いな」なんて感じたことはありません？それに最近新聞やニュースで環境問題について見たり、聞いたりすることも多くなったよね。それってやっぱり温暖化やゴミの問題などが、思った以上にでっかく、そして身近になってきたからだよ。

そんな今日、環境問題について考え、できることがあればやっていこう、というのが我々「生協リサイクル班」なのです。

なーんて書くとやたらとすごい班に見えるかなあ…でも僕らは皆さんも普段何気なく持っている「空き缶をポイ捨てする奴は何か許せん」とか「ご飯を残すのは誰だ、もったないだろうが！」位の気持ちでもって、いつも活動しています。だから「環境問題が少し気になる人の集まり」と言った方が適切かもね。

2、こんなことやってきました

今まで僕らは古紙を使って紙すきの実演をやったり、環境に配慮した商品の紹介をやったりしてきました。また普段は牛乳パックの回収をしています。回収した牛乳パックはリサイクルに回され再生紙として復活！カレンダーなどに生まれ変わって第二の人生を歩み始めます。

名大では南部生協と北部生協に牛乳パック回収ボックスが置いてあるので、いつでも出しにきて下さい。次のページで牛乳パック回収の決まりと回収ボックスの詳しい位置を紹介したいと思います。

最近では環境問題についての議論も班内で少しずつ盛り上がってきました。



3、これからこんなこともやっていきます

今年は我々自身もっと環境問題について考えていきます。だって「ごみの分別って本当に役に立ってるのか？」なんて疑問を持ったままごみの分別するのっていやでしょ？だから僕らは自身の好奇心にしたがってより身近なものから調べ、話し合っていきたいと思っています。具体的には「勉強会」を開いていきます。

「勉強会」とは資料を集めて知りたいテーマについて知り、話し合う場です。まだ私達も知らないことばかり。できるだけ多くの人達と一緒に考えて行きたいと思っています。

☆「勉強会」のお知らせとお誘い

みんなも環境について無関心でわけじゃないよね。でも実際「ゴミはゴミの日に出した後、どうなってるのか良くわかんないし…ま、いいか」という感じで「気になる、でもよくわかんない」というのが本音じゃないかな。

それならよくわからない部分、納得いかない部分をすっきりさせましょう。そのための「勉強会」です。だから「勉強会」は誰にでも参加できるものにしました。

形式としては担当者がテーマについての資料や調べてきたことをみんなに発表し、その内容についてみんなで話し合う、といったものになると思います。資料も用意してあるので特に準備もいりません。第1回目のテーマは「紙のリサイクルについて」です。気軽な気持ちで参加してみてくださいね、待ってます。今「勉強会」の具体的な日時などは未定です。だけど近い内に必ず皆さんにお知らせします。その時また会いましょう。じゃあね。

☆牛乳パック回収の際の注意

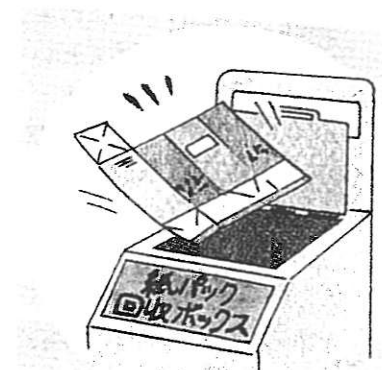
▼必ず洗って出して下さい

注ぎ口から水を入れ、ふたを閉めて2、3回振って水を捨てます。

▼必ず開いて出して下さい

口を開いて、辺の一つを切って開きます。底の部分が四角く残るようにします。

◎牛乳パック回収ボックスの場所



written by 「生協リサイクル班」

けーこの



狂乱読書日記



第34回

新入生の皆さん、初めまして。この狂乱読書日記では私が普段読んでいておもしろかった本や気になる本などを中心に紹介しているコーナーです。わりとすぐ読めてしまうような本を中心に紹介しているので気になる本があったら読んでみて下さい。

1・大切な人に贈りたい本

誰かに本をプレゼントしたことがありますか？最近知り合いから本を何冊かいただきました。本をもらったのは初めてだったけど私が前からちょっといいなーと思っていた本だったのですごく嬉しかったです。今度本をプレゼントして見ませんか？

Friends For Life



チャールズ・M・シュルツ
さくらももこ (訳)
本体800円 集英社

この本はスヌーピー・ブックスというシリーズの中の一冊です。スヌーピー、チャーリー・ブラウンたち“ピーナッツ”のキャラクターたちの

のすてきな物語がさくらももこさんの訳で書かれています。

このFriends For Lifeの中には三つの大きなタイトルがあり、それぞれ“You're The Best Thing That's Ever Happened To Me” (キミに会えてよかった) “You're Weird, But You're A Lot Of Fun” (あなたって変な人、でもおもしろいわ) “This Would Be A Drab World Without You” (キミがいなくちゃつまらない) といいます。あなたにとってこんな人はいますか？

私はこの本をもらったのですが、私にとって上のような人たちにぜひあげたいなー、と思いました。



しあわせはいつも

相田みつを
本体1650円 文化出版局

相田みつをさんは独特の書体で自分の作った詩を書いています。この本は生前相田さんが作った詩を集めた二冊目の作品集です。私が相田みつをさんの作品とはじめて

あったのは高校一年の時でした。その独特の書き方と詩の内容にすごく感動したことを覚えています。

この“しあわせはいつも”におさめられているものをはじめ相田さんの作品は裸の人間像について書かれています。一つ一つの作品を読んでいるとふと普段の生活を振り返って『こんな肩に力を入れて生きてる必要なんてないんだ』と思わされます。だから私は、がんばって毎日を過ごしている人に送りたいです。

2・楽しくなりたいときにおすすめの本

落ち込んでいるときにおもしろい本を読むと何となく元気になることってありますよね。ここで紹介する3つの本もそんな元気になれる本です。自分だけの励ましの本を見つけておいてもいいのではないのでしょうか。



ミラクル

文・辻仁成 絵・望月通陽
本体362円 新潮文庫

子供の頃はあったのに大人になるとなくなってしまうもの。例えば子どもの頃はサンタクロースが本当にいてクリスマスにプレゼントを持って

きてくれると信じていたのにいつ頃からかサンタクロースなんていないと思うようになってしまったりとか。

この物語の内容はちょっと切ないけどすごくやさしい気持ちになれるお話です。大人になったら忘れてしまいそうな子どもの心を思い出して見ませんか。



ももこの世界あっちこちめぐり

絵と文・さくらももこ
本体1200円 集英社

この本は”ちびまるこちゃん”でおなじみのさくらももこさんが半年間にわたって世界のあっちこちを旅したその爆笑旅行記です。行ったところはスペイン・イタリア、バリ、アメリカ西海岸、パリ・オランダ、ハワイ。各地でのおもしろいエピソードをはじめ、お土産、食べ物などいろいろな話が書かれています。また、その時に撮った写真や挿し絵が随所にあって『どんなとこなんだろう。行ってみたい!』と思ってしまう。読んでいるだけでわくわくしてくる一冊です。



クランク・アップ

橋本浩

本体1300円 小学館

17歳の夏あなたは何をしていましたか？この本は17歳の夏を舞台にしたユーモア青春小説です。自分たちで映画を作ろうとした高校生たちが繰り広げる毎日はユーモアたっぷり思わず笑いもこぼれてしまうと思います。

読み終わったときふと自分はあの頃何をしていたかなどふりかえり、ちょっとなつかしい気持ちになりました。といっても実はたったの一年ちょっと前のことなんですけどね。

すごく勢いのある書き方で一気に読めてしまうと思います。楽しくちょっとなつかしい気持ちにしてくれる本です。

おまけ

このコーナーでは、読者の皆さんから「こんな本を紹介してほしい」とか「〇〇がオススメ」といったご意見を募集しています。このようなご意見をどんどん生かして楽しい記事を作っていくので末永くよろしくお願いします。

Peace Now!

沖縄編 第2回 戦火の中へ...

今回は沖縄特集の第2回です。アジア・太平洋戦争が始まり、沖縄の人々が悲劇に巻き込まれていく様子をお伝えしたいと思います。

(あらすじ)

前回、名古屋在住の大学生・拓也は沖縄の歴史を学ぶために那覇までやってきました。そこでは又従姉・夏美が拓也を歓迎してくれました。二人は夏美の車で郊外の夏美の家へ向かい、その車中で夏美は拓也に戦前の歴史を語りました。翌日、二人は戦跡めぐりに出かけます。夏美はそこで拓也に沖縄戦のことを話すつもりです。

沖縄戦の流れ

- 1944年3月 沖縄戦に備え、第32軍が新設される。
- 7月7日 本土・台湾への集団疎開開始。
- 8月22日 疎開船・対馬丸撃沈される。死者1484人(うち児童738人)。
- 10月10日 沖縄、米軍爆撃機・艦載機約1400機の大空襲を受ける。
- 1945年3月26日 米軍、慶良間諸島に上陸。この時、日本軍に「集団自決」を強要され、座間味島で171人、渡嘉敷島で329人が死亡している。
- 4月1日 米軍、沖縄本島に上陸。
- 4月7日 日本軍の抵抗が激しくなり、米軍の占領計画は停滞する。日本軍の死を覚悟した斬込攻撃により米軍は死者以外にも多数の精神障害者を出した。
- 6月23日 敗戦の色が濃くなるなか、日本軍司令官・牛島満らが自決する。以後の抵抗はグループ・個人単位で散発的に行われた。
- 8月15日 ポツダム宣言受諾。日本は降伏する。しかし沖縄ではまだ戦闘が続いていた。
- 9月7日 沖縄の日本軍、正式に降伏文書に調印。



拓也

19歳。N大学文学部の2年生。母親が沖縄出身であり、沖縄の歴史に興味を持っている。長期休暇を利用して沖縄を訪問中。



夏美

25歳。拓也の又従姉。本土の大学を卒業後、観光関係の会社に就職。今回の拓也の訪問では案内役を買って出た。

1 悲願の軍隊配属

「沖縄に日本軍が配属されたのはいつごろ？」

拓也が尋ねた。二人は沖縄の南部にあるガマに向かっていた。

「1944年になってからよ」

「そんなに遅いの？」

拓也は驚いた。1944年といえば戦争も終盤にさしかかっている。

「それまでは沖縄はそれほど重要ではなかったからね。でも太平洋の島々が陥落してしまったら、次に敵が攻めてくるのは沖縄でしょ。敵の本土上陸を阻止するためには沖縄で防ぐのがいい、と軍は考えたのでしょね」

「沖縄で敵を向かえ撃つのか？ そんなことをしたら沖縄が戦場になるけど、沖縄の人たちは反対しなかったの？」

「しなかったわ。軍隊が自分たちを守ってくれると信じてたからね。むしろ『友軍』と呼んで歓迎したのよ」

拓也は意外に思った。米軍基地の拡大に反対している現在の沖縄からは思いもよらないことだった。

「沖縄にとってはね、軍隊の配属は悲願だったといってもいいわ。大部分の人は軍隊が配属されることを望んだのよ」

「何故？」

「沖縄県民は言葉や文化の違いから本土の人に差別されていた。本土の各地には軍の駐屯地があるのに沖縄には無いということも、『自分たちは守られていないんだ』というふうに受けとめていたの」

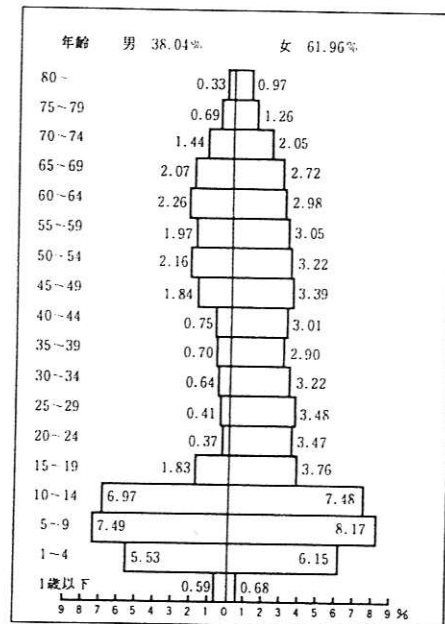
「だから軍隊の配属は自分たちが日本人だと認められた証拠だと考えた？」

「そう。……戦前の教育と被差別意識の下ではそう考えざるをえなかったんでしょね。でも、それは甘い考えだったわ。それを沖縄戦の中で思い知ることになるのよ」

～沖縄は何を望んだか～

当時の日本には沖縄への強い差別意識があった。沖縄県民は、その差別を克服しようとした。沖縄戦の際、沖縄県民は「今こそ沖縄を認めてもらう機会だ」と奮い立った。祖国のために共に戦うことで同じ日本人だと認めてもらおうというのである。多くの人が防衛隊・学徒隊に志願し、半数近い人が戦死した。下の図を見れば20～40歳代の人口が極端に少ないのがよく分かる。ここまでして沖縄は日本と一体になろうとしたのである。

その結果はどうだっただろうか。残念ながら日本の沖縄差別は無くならなかった。沖縄戦の中でも多数の沖縄県民が日本軍によって殺された。方言を話しただけでスパイ容疑をかけられ殺される場合もあった。沖縄県民を自国民と考えていたのなら、少なくともスパイ容疑での虐殺はそれほど起こらなかったはずである。沖縄は裏切られたのであった。



沖縄戦直後の人口分布図

◆ガマ

自然の鍾乳洞。沖縄戦当時、砲弾を避けるための隠れ家として利用された。米軍の攻撃や、日本軍による壕追い出し、「集団自殺」の強要などの悲劇の舞台となった。

◆友軍

「我が軍」ではないところに沖縄の複雑な対日感情を指摘する声もある。

2 鉄の暴風の下で

ヒンヤリとした空気が二人を包んだ。二人はガマを訪ねていた。

「真っ暗だし、息苦しい」

拓也はガマの感想を素直に口にした。

「こんな所でどれくらいの間隠れていたの？」

「長い人は何カ月も隠れてたわ。沖縄の本島に米軍が上陸したのが4月1日でしょ。9月の半ばまで隠れていた人もあるもの」

「そんなに長い間……」

「一応、即席のトイレやかまどはあるのよ。でも食糧も薬も足りなかったから生活が苦しかったのは事実ね」

拓也は懐中電灯を頼りにガマの中を見渡してみた。足下は石がゴロゴロしていて歩きづらい。ここでどうやって寝ていたのだろうか？

「本当にこんな所で生活していたの？」

拓也は尋ねた。

「そう。だって外は米軍の軍艦が撃った砲弾が雨みたいに降り注いでいたのよ。『鉄の暴風』って言われるくらいね。出たら命はないも同然だわ」

夏美は答えた。

「ただ、危険はそれだけじゃなかったわ。味方であるはずの日本軍に殺された人もいたの。作戦だからってガマから追い出されたり、『集団自決』を強要されたり。沖縄方言を使っただけでスパイ扱いされて殺された人もいるわ」

拓也は黙って聞いていた。

「沖縄は信じていた軍隊に裏切られた。そう感じている沖縄県民は今でも多いのよ」

～蟻と巨人の戦い～

当時、日本軍の正規兵は10万人に満たなかった。兵力不足を補うために17歳から44歳までの県民男性のほとんどが防衛隊として戦場にかり出された。また、未成年でも、男子学生は「鉄血勤皇隊」として通信兵や特攻斬込兵にさせられ、女子学生は「従軍看護婦」として傷病兵の看護や死体の処理をさせられた。彼らは激戦地近くで行動することが多かったため、半数以上が戦死した。

日本軍はこのように兵力を掻き集めようとしたが、対する米軍は艦船1500隻と54万人の兵力を送り込んできた。戦車など兵器の能力においても両軍の差は大きく、まさに「蟻と巨人の戦い」であった。

なお、現沖縄県知事・大田昌秀氏は「鉄血勤皇隊」の生き残りである。

◆鉄の暴風

米軍は陸上部隊を援護するために、海上の軍艦から大量の砲弾を日本軍陣地に打ち込んだ。6月だけで680万発もの砲弾が撃ち込まれている。

◆鉄血勤皇隊

旧制中学校や師範学校の男子生徒で構成。1779人の内890人が戦死。その霊を慰めるために「健児の塔」が建立されている。

◆従軍慰安婦隊

女学校や師範学校の女子生徒で構成。581人のうち334人が戦死。慰霊のため「ひめゆりの塔」「ずるせんの塔」などが建立されている。「ひめゆり」は看護婦隊の部隊名の一つで県立第一高等女子校と師範学校女子部の同窓会名である。



ガマ内部の様子

3 敗戦

二人が地上に戻ると、ちょうど小高い丘になった所から海が見えた。太陽がまぶしい。

「53年前にガマから出てきた人もこの風景を見たのかな？」

「そうね。でも地上は米軍の攻撃でめちゃくちゃだったでしょうね」

夏美は言った。

「ほら見て。空と海がすごくきれいでしょ」

拓也は夏美の指さすところを眺めた。暗いガマから出た後だと空と海がとても眩しかった。

「戦後間もない頃に沖縄で使われた教科書には『アオイ ソラ ヒロイ ウミ』っていう言葉が出てくるの。沖縄の人はガマから出られた喜びと平和の大切さをその言葉で表したのよ」

海へ向かって吹く風が夏美の髪を揺らめかしていた。拓也は帽子を飛ばされないように気をつけながらその光景を見ていた。

「沖縄戦では20万人以上が亡くなったわ。一家全滅したところも少なくなかった。県民の4分の1が戦死か餓死か病死しているの。私のおばあちゃんの家族もね、兄弟5人のうち助かったのは私のおばあちゃんとあなたのおじいちゃんだけなのよ」

「……知らなかった」

夏美は手を額にかざし、遙か遠くを眺めるような仕草をした。

「沖縄戦が沖縄県民に与えた衝撃は大きかったわ。そのことについては、また後でゆっくり話すわね」

90日余りにおよぶ“鉄の暴風”は、沖縄そのものを滅ぼしたかにみえた。しかし、沖縄県民はあの廃墟の中から立ち上がって、「民衆はけっして滅びることはない」という歴史を身をもって実証した。「沖縄のこころ」はオリを破った不死鳥のように焦土の中から飛び立ったのである。

(「沖縄県史1 通史」より)

……しかし沖縄の苦難はまだ終わったわけではない。

～沖縄県民斯克戦ヘリ～

沖縄県民は必死で戦った。正規の軍人以外にも防衛隊・学徒隊として約2.8万人が戦場へ赴き、半数近くの人々が戦死した。また成人男子を軍隊にとられた家庭では、残された高齢者、幼児、女性が食料も医薬品も足りない中でなんとか生き延びようとしていた。あまりの窮状を見かねた海軍司令官・大田実は「沖縄県民斯克戦ヘリ」という電文を日本の司令部に打ち、戦後は沖縄県民に対して十分な報いがもたらされるように希望した。

しかし現在、在日米軍施設の75%が沖縄に集中し、様々な被害を沖縄県民に及ぼしている。沖縄県民は十分に報われたのであろうか。日本は沖縄に対する何度目かの裏切りを行っているだけではないだろうか。

◆「沖縄県民斯克戦ヘリ」の電文(抜粋……は省略部分)

「沖縄県民の実情に関しては県知事より報告せらるべきも県にはすでに通信力無く……本職県知事の依頼を受けたに非ざれども現状を看過するに忍びず之に変わって緊急御通知申し上げます。……県民は青壮年の全部を防衛召集に捧げ、残る老幼婦女子のみが相続く砲撃に家屋と財産の全部を焼却せられ、僅かに身を以て軍の作業に差し支えなき場所の小防空壕に避難。尚砲撃下をさまよい、風雨にさらされつつ乏しき生活に甘んじしありたり。しかも若き婦人は率先軍に身を捧げ、看護婦、炊事婦はもとより、砲弾運び、挺身隊、斬込隊すら申し出るものあり。……看護婦に至りては軍移動に際し衛生兵既に出発し身寄り無き重傷者を助け、真面目にして一時の感情に馳せられたるものと思われず。……木一草焦土と化せん。糧食6月一杯を支ふるのみなり。請う、沖縄県民斯克戦ヘリ、県民に対し後世特別の御高配を賜らんことを」



ちゅうみ 拓也と夏美の美海紀行



夏美 沖縄の観光名所でどこが見たい？

拓也 う～ん、まずは首里城かなあ。定番だけど。

夏美 首里城だと守礼門や龍潭が見所だよ。守礼門は琉球建築の代表的な建物。よく写真で見るとよね。

拓也 あ、本当だ。見たことある。確か民族衣装みたいなもの着た人がいて一緒に写真撮らしてくれただよ。

夏美 お金がいるけどね。龍潭は中国からの使節を接待した池なの。池に船を浮かべて宴会を開いたのよ。

拓也 ふ～ん。

夏美 首里城正殿の中の展示は琉球の歴史がわかかっておもしろいよ。あと、首里城の近くには歴代琉球王の墓・玉陵や沖縄県立博物館があるわ。全部まわってみるのをお勧めするわ。

拓也 他には？

夏美 え～と、南部だとテーマパーク・玉泉洞王国村でしょ。工芸村やハブ公園があるの。それとサボテン公園・ひめゆりパーク。10万本以上のサボテンが植えてあって、サボテン料理が食べられるのよ。

拓也 南国っぽくていいね。

夏美 北部には戦前の沖縄の家なんかを展示した琉球村とか大河ドラマ「琉球の風」のセットを展示した南海王国・琉球の風村があるわ。

拓也 どこから行ってみよう？

夏美 どこもお薦めだよ。他にもおもしろい所はいっぱいあるから、自分の興味と日程に合わせていろいろ行ってみて。

詳しくはガイドマップなどを参考にして下さい。

琉球村
南海王国・琉球の風村



玉泉洞王国村
ひめゆりパーク

首里城（守礼門など）
龍潭
玉陵
沖縄県民博物館

◆沖縄の観光地図

ごめんなさい！ 訂正

前号で「サツマイモが沖縄原産」と書きましたが、原産は中米でした。そこからヨーロッパ～中国を経て沖縄に伝わり、鹿児島(薩摩藩)経由で日本全国に広まったそうです。琉球では藩(蕃)薯、鹿児島では唐芋、琉球芋と呼んでいました。そのように訂正します。

以上が第二回沖縄紹介「戦火の中へ」です。

今回は「新たな時代へ」です。日本や米国との関わり、現在の基地問題などの背景を「民主主義の変遷～自治要求を掲げて～」 「猫と鼠論～基地問題～」 「本土復帰運動～沖縄が欲しかったもの～」の三部に分け紹介します。

文責 傘谷祐之

平和について考えてみませんか？

いま生活は安定し物質的には豊かな生活を営むことができます。しかし周りをちょっと見渡せば、私たちを取りまく社会、環境などさまざまな問題がみえてきます。将来に不安を抱えた状態が本当に平和とは言えないのではないのでしょうか。

名大生協ではいろいろな問題に興味のある人、考えてみたいと思っている人で平和についての学習や、実際にどう生かしていくかを考えたりしています。そのひとつとしてここではPeace Clubを紹介してみたいと思います。

● Peace Clubってなあに？

Peace Clubは、平和について考えてみたい、知ってみたいと思っている人の集まりです。今年は「沖縄」を主なテーマとして考えていきます。沖縄には今もたくさんの基地があり戦闘機の離発着による騒音などが周辺の住民を苦しめています。日本の国土のわずか0.6%の沖縄に在日米軍施設の75%が集中している現実。県民の多くが基地縮小を望んでいるにも関わらず、一向に基地の整理縮小が進まない現実。なぜそうなったのでしょうか？

その答えを一緒に探してみませんか。



昨年のハイキングにて

毎年、Peace Clubでは平和を考えるいろいろな企画が開かれています。ここでは気軽に参加できるものを紹介します。また会費は無料です。興味のある方にはこちらから企画の連絡をいたします。



今年度の予定

- 4月9日 映画上映会 「対馬丸」
- 5月1日 平和憲章懸賞論文募集開始
- 8日 Peace Clubパーティー
- 中旬 ハイキング (名古屋近隣の戦跡見学会)
- 6月30日 平和憲章懸賞論文募集締切
- 7月下旬 平和憲章講演会&論文応募者交流会
オキナワの旅事前学習会
- 8月上旬 Peace now! 広島・長崎
- 下旬 オキナワの旅
- 9月
- 10月中旬 オキナワの旅報告会

企画や参加方法についての問い合わせ先

名古屋大学消費生活協同組合 組合員コーナー 北部厚生会館二階 ☎052-781-1111
 名古屋大学消費生活協同組合 学生委員会 ☎052-781-5195
 名古屋大学消費生活協同組合 教職員委員会 e-mail: kyosyokuin@coop.nagoya-u.ac.jp

読者と筆者・編集部を結ぶアンケートのページ

ゆうべのひとこえ

From Reader From Editor



Me~dia 2 の記事は
いかがでしたか？

Peace Now !

小説形式というのはNice idea!わかりやすく読みやすいですね。しかし一つ疑問が。美海紀行の「美海」とはどういう意味なんですか？足てびちやソーキそばとかすっこおいしいですよ。また食べたいなあ。でも沖縄にまだ行ったことなかったりして。

(くにゃぶる)

→そのまま「美しい海」という意味です。NHK大河ドラマ「琉球の風」の名跡紹介(各回最後の5分間)が「美海紀行」というので、そこから取りました。「美」という漢字を「ちゅら」と読むので、「ちゅらうみ」だそうです(先輩に教えていただきました)。(笠谷)

弱肉強食だからしかたない。

(祝名阪戦準優勝)

→確かに昔はそうでしたねえ。でも今なら別の考え方ができるんじゃないかと思います。弱肉強食は所詮帝国主義の論理ですから。(笠谷)

沖縄に行ったら、海へびを食べてみたいなあ。

(梅沢由香里さんっ!)

→海へびですかあ。本にはエラブウミへびの乾物と昆布を煮込んだものが高級料理だと書いてありますが、どこで食べられるんでしょうね。私が生協の「オキナワの旅」に行ったときには見つけれませんでした。もしご存知でしたら教えて下さい。(笠谷)

くるくるリサイクル

結局、紙バックをやめてリサイクル率の高い瓶に戻すべきなんですよ。我々は、便利な生活を求め過ぎなんです。

(梅沢由香里さんっ!)

→その通りだと思います。でもどうしてそうなるのかということを考えないと環境問題は解決できないと私は思います。

(リサイクル班)

これに載ってた牛乳パック回収反対者の方へ。牛乳パックの回収だけで満足してしまうとありますが、これは何も牛乳パックに限らないと思います。何を回収しリサイクルするにしても、本当に大事なのは各個人の意識の持ち方だと思います。(桜通星史郎)

→その通りだと思います。リサイクル班の活動としてやっている牛乳パック回収について焦点をあてましたが「牛乳パック回収」と「リサイクル」を同じものとみて、くるくるリサイクルを読んでもよいのではないのでしょうか。(リサイクル班)

地球温暖化と私たちの生活

今年、暖冬だったのは温暖化のせいですか？

(祝名阪戦準優勝)

→どうなのでしょう？色々説が割れてますので…(みた)

地球温暖化防止会議では、EUが強気な姿勢(最初15%)で臨んでいましたが、これは環境に対する意識が高いためでしょうか、それとも現在あまり規制がないため大幅に削減が可能のためでしょうか。

テレビの主電源OFFで年2.2Kg削減!つ

けっばなしの湯沸かしポットが一体どのくらい無駄使いなのか怖い。でも便利…。

(おどるトマト)

→EUは、環境に対する意識が高いという演出をしたかったのでしょうか。実際にEU全体で見ただけ、まだ規制により削減できるという国が多くありますので強気な姿勢だったということもあります。(みた)

京都会議の内容だけでなく、私たちがこれからどのように気をつけてエネルギーを節約すればいいのか具体的に書いてあって良かったと思います。(くにゃぶる)

日本人一人当たり、CO2を150Kg/年も削減しなければならないことには驚きました。ささいなことでも、どんどんやっていかないとダメですね。(梅沢由香里さんっ!)

最近テレビを見ないときは主電源を切るようになりました。でもうちは昼間でも日光がほとんどは入らないので不在時か就寝時を除いて電気つけっぱなしになってしまうのです。(桜通星史郎)

→そうです。どんなささいなことでも実行していくことが重要ですね。次第に省エネルギー型の製品が出てくるなど、世の中の動きも変わってきます。このような動きにも是非目を向けていきましょう。(みた)

京都会議の報告がきちんとされててそうですね。

一人当たり150kg/年のCO2削減のために電子レンジの使用はどうなるのかtryしてください。(行革のうえずぎようこ)

今なら会える水辺の野鳥

我々一人一人もそうなのですが、名古屋市としてそれ以上に積極的にゴミ問題に取り組んでほしいです。(梅沢由香理さんっ!!)

→名古屋市のゴミ問題への対策の遅れは周辺自治体からも非難されているようです。空き瓶・空き缶などの資源ゴミの回収をしていない区が未だにあるなど、県内で一番遅れています。名古屋市は資源ゴミの回収ができないことを「地域住民の理解が得られないため」と説明していますが、理解してもらう努力を怠っているとの責を免れることはできません。(うめ)

狂乱読書日記

今度、笑える本を紹介して下さい。電車の中で下を向いて体をぶるぶるふるわせている変な人になるような本です。

(梅沢由香理さんっ!!)

→今回紹介している「クランク・アップ」はなかなか笑える本ですよ。ぜひ読んでみて下さい。(けーこ)

本が読みたいが、ひまがない!早くひまにならないかなあ。

(くにゃぶる)

→私も最近あまり本を読む時間がなくてちょっと悲しいです。(けーこ)

新入生にあなたの言葉を贈ろう

直筆でのるのは困ります。筆跡で分かる人には誰か分かっちゃうじゃないですか。(誰かわかってもかまわないのなら、はじめからPNなんて使いません)(桜通星史郎)

直筆ってのはインパクトがありハートが伝えられていいと思う。

(行革のうえすぎようこ)

→直筆を載せるというのは賛否両論あったみたいですが。直筆が嫌な人はこちらでパソコンで書き直すということにしておけば良かったですね。すみませんでした。直筆の方が書いてくれた人の気持ちが新入生に伝わりやすいと思ったのですが…。これからはより多くの人が関わられるように気を付けていきます。

(ケンケン)

何か新入生にメッセージを送れるっていいですね!! 新入生のみんながんばれよ〜。

(くにゃぶる)

→温かい言葉とかわいイラストを贈っていただきありがとうございます。新入生だけでなく僕たちもがんばりたいですね。

(ケンケン)

多分載らないだろうな、ペンネームも嫌みだし…。

(祝名阪戦準優勝)

→ちゃんと載ってます。ちなみに「名阪戦」を知らない新入生のために少し説明をすると「名阪戦」とはその名の通り名古屋大学と大阪大学の対抗戦のことで1年に1回行われます。未確認情報ですが大阪大学の方では「阪名戦」と言うそうです。今年は名大に総合優勝してほしいですね。(ケンケン)

Me~diaへのご意見、ご感想、ご要望、その他何でもどうぞ。

名大の新郵便番号は「千種区不老町」の番号になっているけど、確か名大には「名古屋大学」の番号として別に決められていたと思う。(郵便番号に揭示してあったけど、確か464-8601だったと思う)(桜通星史郎)

→郵便番号の件ですが、以下のようになっています。

名古屋大学 464-8601(工・理以外)

名古屋大学理学部 464-8602

名古屋大学工学部 464-8603

名古屋大学医学部 466-8550

名古屋大学病院 466-8560

名古屋大学医学部保健学科 461-8673

名古屋千種区不老町 464-0814

となっています。大学当局以外の学内団体(名大生協・名大出版会等)は、名古屋千種区不老町の郵便番号を使用することになっています。

よって「名大生協 464-0814」となります。

Me~diaは今号で通算56号ということですが、創刊から発行ペースがずっと同じ年6回だったとすると、今年の10月には創刊10周年!歴史を感じますね。(桜通星史郎)

→発行ペースはここ2、3年は年6回ペースとなっていますが、昔は毎月発行したりしなかったりという状況でした。Me~diaの創刊号は88年11月号ですので、今年の11月に創刊10周年を迎えます。

皆さんに親しまれるMe~diaを目指して、編集員皆努力していますので、今後ご愛読のほどをよろしく願います。

(常任理事 富田 聡)

Me~dia 2 アンケート回答者(敬称略)

桜通星史郎<理・2年>最近のなrec railにはバカが多くて困ると思う男<他・他>おどるトマト<理・3年>行革のうえすぎようこ<法・他>梅沢由香理さんっ!!<工・3年>祝名阪戦準優勝<工・1年>くにゃぶる<工・M2>White Wing<法・3年>林 晃司<法・1年>岡部 洋樹<工・1年>金井 大典<工・1年>ひろやん<GSID・M2>

Me~dia 2 アンケート当選者(敬称略)

おどるトマト <理・3年>
行革のうえすぎようこ <法・他>
梅沢由香理さんっ!! <工・3年>
祝名阪戦準優勝 <工・1年>
くにゃぶる <工・M2>
White Wing <法・3年>
林 晃司 <法・1年>
岡部 洋樹 <工・1年>
金井 大典 <工・1年>
ひろやん <GSID・M2>

●当選者の皆様、おめでとございます。図書券は後日発送致します。

<今回のアンケートは19枚でした>

春のクロスワードパズル

Written by よっちゃん

近頃温かくなってきましたね。しばらく田舎に帰っていたのですが、すこし寒いながらも春になってきたことが実感でき、心も弾む思いでした。わが家では畑でニンジンの種蒔きを始めました。その後うえにビニルを張って小さなビニルハウスのようにしました。このあとどうするかというと、大きくなるまで水やり、草取り、肥料やり、消毒（病気、害虫）などをし収穫、その後箱づめ農協に出荷します。一箱は10kg、それが800~1,200円ぐらいになります。元が取れるかどうかの値段になることもよくあります。

今回もMe~dia10に引き続きクロスワードパズルです。ご応募待ってまーす！！

今回の問題

1		2		3	き	り	4	た	ん	ぼ	
					よ						
5					う				6		
					7	し					
8					つ						
					が		9				10
11	12			13	え						
14									15		
16											
					17						

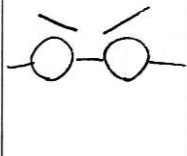





縦の鍵

- 1 土筆とかく。昔ゆでて食べたことがある。
- 2 沈丁花とかく。春に花がさく。
- 4 筆者は田舎で何が始まったと言っている？
- 6 漢字で“〇梅”とかく濃い桃色の花の梅。
- 8 春、泳ぐでもなしに海に行くとすれば・・・。
- 9 366日ある年というのを・・・
- 10 葦草。なんと読むか。
- 12 新入生のみなさんよくこの・・・を突破されました。
- 13 ワラビ、ふき、ぜんまいをまとめてなんという？

横の鍵

- 1 躑躅と漢字で書ける。
- 5 花の周りにもん〇〇〇〇〇が飛ぶ
- 7 4月になるとする。高校まではまずできたが、ここでは単位が足りないと・・・できない。
- 8 もういくつ寝ると、お・・・。
- 9 鳥。二条城の・・・張りは有名。鳴き声が美しいのも特徴。
- 11 卵がかえると・・・になる。
- 13 ウサギは鳴く。小鳥は・・・。
- 14 年間で最初の祝日。
- 15 “末枯れ”の読み。難読。
- 16 中学高校入試科目で一番短い科目は〇〇。
- 17 鋭い牙を持ち山野にすむ豚の原種。

編 集 後 記

	<p>初めて編集後記を書きますフジです。 ようやく春になり昼間は日差しが心地よくポカポカとして気持ちがいいもんですね。でも、夜は風が強く寒いもんで薄着ですますか着込んでおくか迷うところです。花粉症に悩まされる頃ですが、風にもまだまだ気をつけなければいけませんなあ。 (フジ)</p>		<p>新入生のみなさん、入学おめでとうございます。私も一年前はみんなと同じだったのになあ。時が立つのは早いものだと思う今日この頃です。</p>	 <p>このMe~diaはMacintoshというパソコンを使って作っています。今、編集部のMacintoshが壊れてしまいました。私は青ざめ周りはあぜんとしています。みなさん、機械に頼りすぎるのはいけませんね。 (Aki)</p>
	<p>いやー今年も桜の咲く季節になりましたね。この季節になると新入生になった時を思い出します。あのころは大学のことがまったく分かりませんでした。 どんな授業をやるのかなあ。どんな先生がいるのかなあ。やっぱり眠くなるのかなあ。外はだんだん暖かくなってきたし、ああ眠くなってきた…。 (とく)</p>		<p>大学に入って3度目の春です。やっぱり春はいいですね。何も無いのにわくわくしてしまいます。毎年この時期になると「あれをやるう、これをやるう」と思うんですよね。だいたいこの決心は続かないんだけど…。それでもやっぱりこんな気分の時は、何かを目標にがんばっていききたいですね。Fightですよ。 (ケンケン)</p>	 <p>こないだ道端でスマレを見ました。風はまだ冷たいけど、陽射しは春だね。もう梅も咲いてるし、そろそろ桜も咲き始めるでしょう。家の近くには桜並木がたくさんあるのですげえ楽しみ。春だ、花見だ、宴会だ! 今回初めて記事を書きました。「生協リサイクル班」 (大将)</p>

Me~dia 4読者アンケートの締切は5月8日です。

読者の皆様一人一人のご意見をスタッフ一同心からお待ちしております。

次号Me~dia 4は5月29日発行予定です。おたのしみに!!

Me~dia 4(#57) 1998年4月1日発行

発行 名大生協理事会

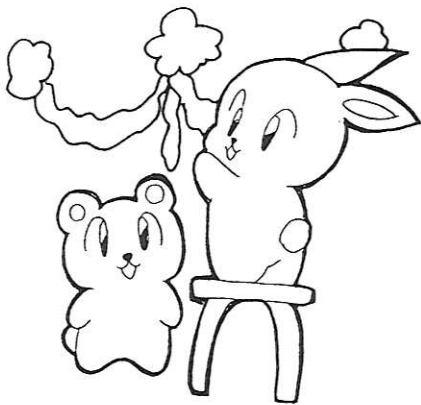
編集 名大生協学生委員会 Me~dia編集部 (Tel 052-781-5195 [直通])



池山佳光	藤原善文	須藤洋一	岩田達明	山本雪絵	長坂啓司
傘谷祐之	吉原純一	竹村沙希子	梅田智子	伊藤隆	石井英毅
徳竹弘行	桶谷征吾	中川さゆり	大河内俊幸	南野陽子	下野健一
内藤圭子	清原潤	水野隼人	河村和人	旭紀子	
濱野克俊	清水昭博	森下香織	谷山智則	小澤英裕	
福場貴子	杉山映	井上真一	富田聡	高尾嘉洋	

印刷 株式会社 六甲出版

Me~diaは再生紙を使用しています。



名大生協ニュース「Me～dia」は名大生協学生委員会・Me～dia編集部が編集し理事会が発行しています。Me～diaは名大生協の活動・総代生協委員の活動を組合員に伝え、意見をいただく場でもあり、また、様々な生活の知恵などを伝える場でもあります。みんなの意見を反映させ、よりよい生協にしていくために、ご意見やご感想をお待ちしております。