

名大生協ニュース

Me~dia

め~でいあ



2001年度第3号



今号のおすすめ

天の花★地上の華

Me~dai 再発見

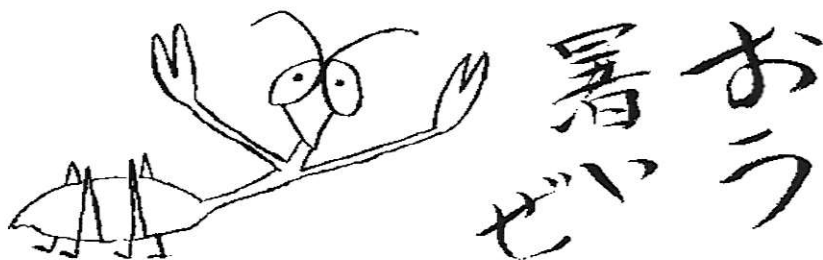
編集：名大生協学生委員会 Me~dia 編集部
発行：名大生協理事会

Me~dia 7

CONTENTS



COOP INFORMATION	3
天の花★地上の華	6
Me~dai再発見	12
ショッカータイムス	16
狂乱読書日記	20
みずほの食堂大好き！	24
食堂のおいしい使い方	28
共済の回覧板	30
ハンターへの道	32
ゆうべのひとこえ	34
編集後記	39



From 学生委員会

総代生協委員活動

総代・生協委員会議

今年も総代生協委員会議を行うということを前回お伝えしましたが、今回はその会議で話し合っていくテーマが決定しましたので、それをご報告します。

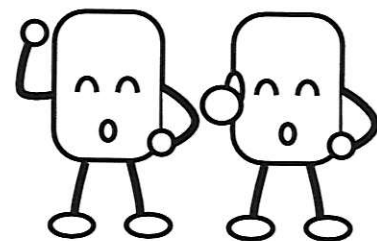
プリペイドカードをもっと使いやすくしよう

このグループでは、プリペイドカードをよりよくすることを目指して活動を行っています。現状では、プリペイドカードを使っている人はまだ多いとは言えません。だから、どんなプリペイドカードならみなさんが使いたいと思うのかをアンケートなどで調べ、その声に答えられるようなものにしていきたいと思っています。



店舗・食堂のここを直してほしい

このグループでは、食堂や店舗の営業時間の延長を目指して活動を行っています。現在の営業時間では、文系地区では食堂が早く閉まってしまうので、夕食をとれないという意見や、北部の店舗も、欲しいものがあったとしても5限後には買えないのは不便だという意見が出ました。このグループでもみなさんにアンケートをお願いしていきたいと考えています。



大学・生協の周りの環境を良くしよう

このグループでは、大学内の環境を改善していくための活動を行うっていくことになりました。そこで、現在生協の行っているマイバッグ運動について知らない人が多いだろうという意見から、まずはこの運動を広めていく活動を行っていくということになりました。



生活班活動

☆リサイクル班

ただいま、南部地区の牛乳パック回収BOX(ミルクン)を修繕中です。7月中には何とか仕上げようと思っていますので、その時にはどんどん牛乳パックをリサイクルして下さい。さらに、理系地区(理カフェ予定)でも新しく牛乳パック回収BOX(パッケン)を作っています。こちらも完成したらどんどん利用して下さいね。

それと、ひとつお願いがあります。ペットボトルを資源に出すときは、必ずふたを取って下さい。ペットボトルがつぶれません。さらに、洗ってあると嬉しいです。あと、ラベルは無理にはがす必要はないそうです。

総代会報告

5月25日(金)に総代会が開催されました。総代会では、今後生協でどんな活動を行っていくのかを以下の10個のグループにわかれて話し合いました。

☆食堂の改善グループ☆

食堂グループでは昼時の混雑を解消して欲しいという意見が多く出ました。他には、営業時間を延長して欲しいといった意見もありました。

☆外国語学習(英語)グループ☆

このグループの参加者は、受験英語ではない、使える英語について興味ある人が多かったようです。留学したい、留学生と気軽に話せる機会が欲しいなどの意見が出ていました。

<新入学生委員紹介>

新しく学生委員の仲間が加わりました。法学部1年の松尾涼子さん。あだ名は「りょう」「りゃんりゃん」などです。明るいい子で、なかなか個性的な意見をよくいってくれます。新しい学生委員会のムードメーカーと言えますね。

☆勉学研究支援(パソコン)グループ☆

参加者のほとんどが「パソコンを持ってはいるが、使いこなすまでにはいかない」といった意見でした。名古屋大学はコンピュータを気軽に使える環境が整っているのも、それをより積極的に使うための提案などを行っていただければいいのではないかという意見がありました。

☆お店の品揃え・サービス改善グループ☆

ここでは、お店に対する自由な意見を出してもらいました。もっと早くから営業してほしいとか、土日もっと営業してほしいなどの意見ができました。また、マイバッグ運動などへの取り組み方について店舗によってばらつきがあるなどの意見もできました。

☆共済グループ☆

このグループでは共済や学賠についての紹介をしたあと、共済に関連してどのようなことが身の回りにあるかなどを出し合いました。いつ起こるかわからない危険に対して備えるためにも共済について知らせ、すすめていく活動をもっと行った方がいいだろうと言う意見も出ました。

☆外国語学習(中国語)国際交流グループ☆

このグループでは、中国からの短期留学生の方を交えて話が行われました。留学生の方に色々な質問に答えていただき、楽しい話し合いができました。今後もこういった交流ができる機械を増やして欲しいという意見も出ました。

☆平和グループ☆

戦争でない状態が平和と捉える人や、自分のせいではないことで苦しむ人がいない状態が平和だと捉えている人など、参加者の平和に対する認識は様々でした。戦争や平和について、私たちはもっと勉強した方がいいという意見が出ていました。

☆勉学研究支援(読書)グループ☆

このグループでは、本を薦めるにはどのような方法があるのかや、品揃えについての意見が出ました。前者については読みやすいものからすすめるのがいいのではないかという意見が出ました。後者については、専門書は多いのだが文庫本が少ないなどの意見から、もっと色々な種類のもを用意して欲しいなどの意見が出ました。

☆ユニセフグループ☆

組合員の多くがユニセフについてあまり知らないことが、問題ではないかということが話されました。そこで、今後はユニセフの活動や組織について、組合員の皆さんに知らせていく活動が必要だということが話されました。

☆環境グループ☆

環境の中でも身近な、ゴミ分別についてやりサイクルについて話されました。牛乳パックの回収やマイバッグ運動について知らない人が多いようなので、それらについてもっと積極的に知らせて行く必要があるのではないかということが話されました。

名大祭盲導犬企画

名大祭期間中の6月9日、10日に、Peace Clubの企画として、盲導犬体験歩行企画を行いました。ここでは、盲導犬の歴史や、実際に盲導犬を連れている視覚障害の方に出会ったとき気をつけることなどをまとめたPOPを展示したり、盲導犬グッズの販売を行ったりしました。

また、10日には、お昼の前と後の2回、希望された方に実際に盲導犬と一緒に歩いてもらいました。参加者からは「見えないということは本当に怖い。ただ見えない状態で歩くのと盲導犬と歩くのでは安心感が違う」などの感想をいただきました。

今回の企画に参加された方には多くのことを知ってもらえたと思います。普段生活する中で、知らないが故に他の人を危険にしているということは結構多いのではないのでしょうか。例えば点字ブロックや、スロープの上に自転車を置いてしまったりすることはありませんか？そうすることで、それを必要としている人は確実に困ってしまいます。だから、そういったことを他人事ではなく、自分も関わる問題としてしっかりととらえることが必要ではないのでしょうか。



▲盲導犬と一緒に歩いているところ

文責 常任理事 杉本寛幸 弘津義範

天の花★地上の華

さあ、7月です。いよいよ夏も本番になってきました。夏は花火の季節でもあります。というわけでMe~dia7では花火大会、日本生まれの代表格の線香花火、そして雰囲気盛り上げてくれる浴衣を特集します。花火が好きな人もそうでない人も今年は花火会場に足を運んでみてはいかがでしょうか？

第1章 絶対お勧めの花火大会

夏といえば花火大会。愛知県には有名な花火大会がいろいろあります。この記事ではその中でも自信を持ってお勧めできる花火大会を紹介します。



手筒花火の様子

1 豊川手筒まつり

規模は、打ち上げ花火約2000発+手筒花火約650発です。この花火大会のメインである手筒花火には、見る人を圧倒させる迫力があります。豊川ですから名古屋からは少々遠いのですが、ぜひ見に行きたい花火大会ですね。

開催日：8月24日(前夜祭)・25日(本祭)

会場：豊川市陸上競技場

交通アクセス：名鉄「諏訪町」から徒歩5分

新名古屋駅から豊川稲荷行き乗車、急行で約60分。
片道1020円。

担当者からの一言

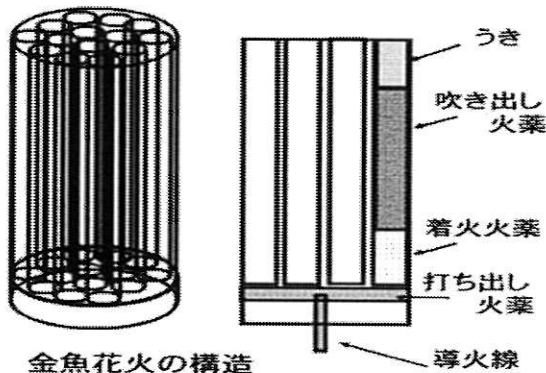
「昭和63年に手探り状態で始まったこの手筒まつりも、豊川の夏のフィナーレを飾る華麗な煙火の祭典として市民、東三河地区はもとより、広く日本中に知れ渡り、三河の伝統文化である『手筒煙火』は日本を代表する煙火となってきました。」

(豊川市役所商工課)

2 岡崎観光夏祭り花火大会

規模としては約20000発と、かなり大きな花火大会です。文化文政の昔から情緒豊かな^{ほこぶね}銚船を浮かべた花火まつりとして広く知られた菅生まつりが、岡崎観光夏まつりとあいまって生まれました。川には全国的にも珍しい金魚花火が打ち込まれ、日本一規模といわれる仕掛花火も行なわれるなど、2時間半の間、観客の目をくぎづけにします。

※金魚花火とは、乾燥した葦の茎を片方の節を残して15cmくらいで切り、水上で浮くように先に節の方に麦わらや綿くずを少し詰め、火薬を入れ、10本くらいを束ねて紙で巻いたものです。火をつけて水に放つと、火薬の噴出力で水上を泳ぎ、束ねておいた紙が切れて四方に泳いでいきます。

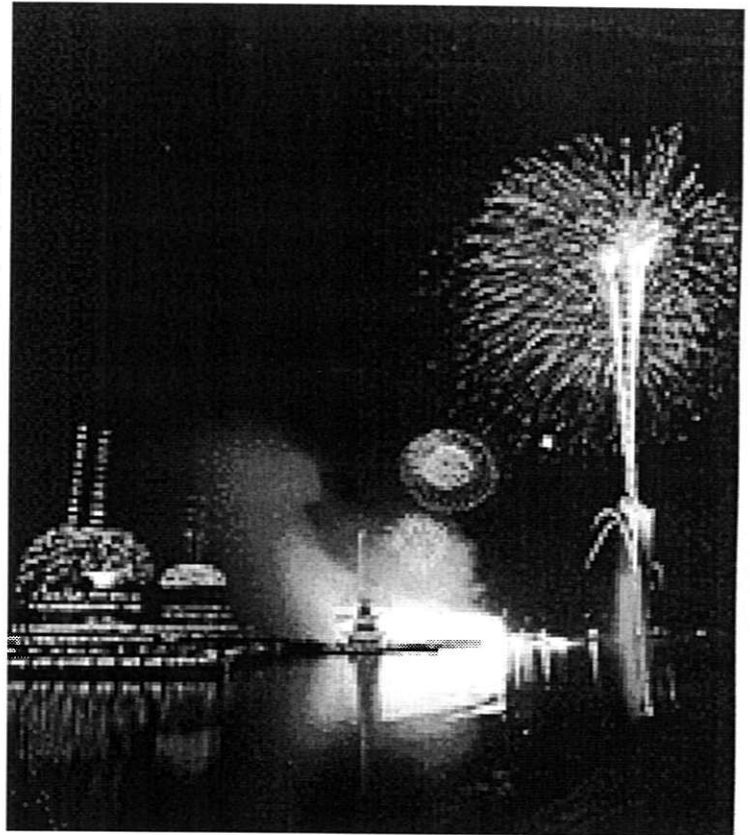


金魚花火の構造

担当者からの一言

「斜交・創作などの特徴的なスターメインや金魚花火、河畔に岡崎城というロケーションが魅力です。」

(岡崎市経済振興部観光課)



開催日:8月4日(土)荒天の場合5日(日)

会場:岡崎城前 乙川・矢作川沿い

交通アクセス:名鉄「東岡崎」から徒歩10分

新名古屋駅から豊橋・豊川稲荷・東岡崎行き乗車、特急で約30分。片道650円。

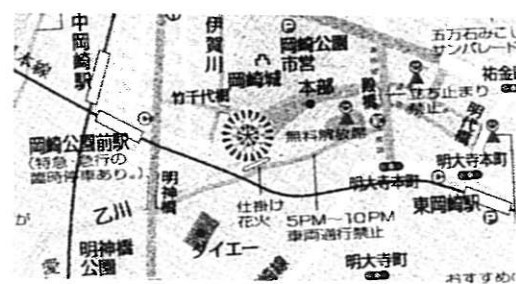
名鉄「岡崎公園前」(特急・急行の臨時停車あり)、愛知環状鉄道「中岡崎」から徒歩10分

会場付近の地図

豊川手筒まつり



岡崎観光夏祭り花火大会



夏は暑い!ので、何だか涼しげなことをオススメしましょう。まず窓を全開放。そしてカーテンを閉めます。テーブルの上には一輪挿し…。そんな中で Let'sお昼寝。うーん、何だか涼しげ。たまーに一輪挿しが倒れちゃうけどそれもまたよし(?) (なお)

第3章 夏を着る!!

花火で遊ぶとき、浴衣や団扇があると雰囲気が出ますね。今年の夏は思い切って浴衣に挑戦してみませんか？

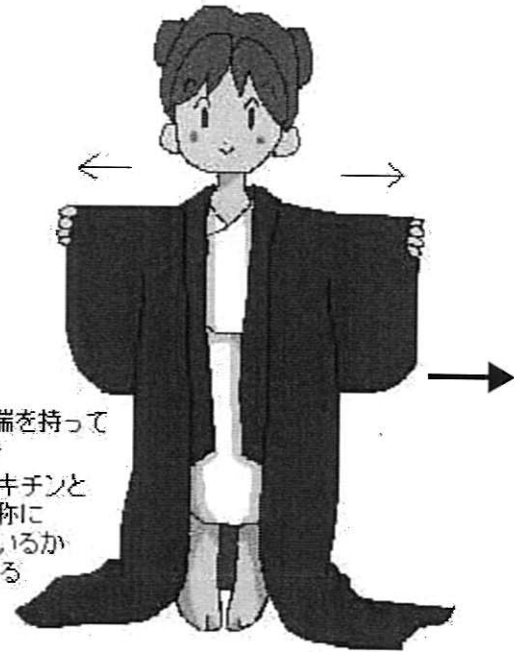
簡単!浴衣の着方!

その1 何が必要なの？

浴衣を着るときに必要なものは、浴衣はもちろん、はだじゅばん肌襦袢(下着)、裾よけ(下着)、腰紐、胸紐、伊達締め、帯板、下駄です。

その2 さあ着てみよう!

1. 下着類を付けましょう。和服に使う肌襦袢、裾よけですが、汗を吸う物なら洋服の下着を代用しても大丈夫です。
2. 浴衣(本体)を着ましょう。肩から羽織って袖の端をピッと引っ張って左右対称にしましょう。
3. 丈を決めましょう。くるぶしが隠れるぐらいがいいです。丈が決まったら左側の前身ごろを上にしてしっかり体に巻きつけます。余った部分(おはしより)は腰の上に持っていきましょ。
4. 腰紐を締めましょう。着物のようにウエストよりやや下でしっかり締めます。



暑~い、外からエアコンで冷えた部屋に入る。すーっとしていいです。体には悪いけど。しかもエアコンの風が出る所(名前が分からん!!)に風鈴を下げておくと涼しげでいいです。そこでお昼寝しましょう。(P5)



「身ハツロとは、脇のどろろにある穴のこぼれです。これは浴衣用のものはありません。」

おはしよりの
おくみ線と
腰から下の
おくみ線が
一本に見える様に
合わせましょう



衿を合わせて
胸紐をかける。
背中の鞆を脇に
寄せる。
(左右均等に)

背縫いは
キチンと真中に
きてますか？

腰から下の背縫いは
右に寄っていてもok

5. おはしよりを整えましょう。身ハツロ(子供用、女性用のみにある、体の横の切れ目)から手を入れて整えましょう。衿はちょっとゆったり目に。
6. 胸紐を締めましょう。前から衿を押さえるようにかけて、後ろで交差させ手前で結びましょう。
7. 整えたおはしよりを押さえるように、伊達締めをします。伊達締めの中央を、前中心に合わせて後ろで交差させます。伊達締めの紐は前で二度縛ってたばね交差させるのが、紐のゆるみを防ぐための重要なテクニックです。残りの紐は両わきにはさんで、外から見えないようにします。



伊達締め
を締めて
前板を
付ける

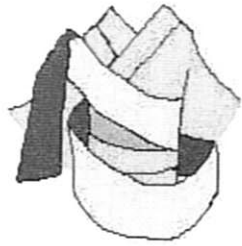
8. 帯板をつけましょう。
9. 帯を結びましょう。



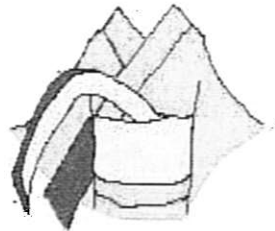
＊「ひと風」
握拳よりやや控えめ位のこと

浴衣の衿は着物の
時よりも少なめに
抜きます。
「ひと風」入れる位
が良いと思います

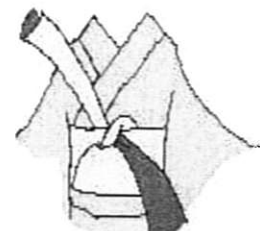
○蝶々結びの結び方



1. 手先から15~20cmの所を右の肩に当てましょう。体に時計と逆周りに二巻きしましょう。



2. 手先のほうを半分に折って、手先を回して結びましょう。



3. 手先を上につれを下にして、十字にしましょう。手首を回して結びます。



4. そのまま手先は左脇に預けておきましょう。



5. たれを一度右にもってきてから、たたんでいきましょう。この時のたたみ方で色々なバリエーションができますので試してみてくださいね。

小さいと



こうなります



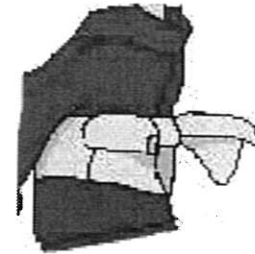
大きいと



6. 蝶々の形ができたなら、預けておいた手先で留めましょう。二回巻いて留めてから残りは帯の裏にしまいましょう。



7. 最後の手先の端は上から帯の中に押し込んで下さい。



8. 蝶々を整えて、右手でその真中をしっかりと持ち、左手は背中に回し、帯の下側をしっかりとって、時計回りに一気にぐるっと半回転させて後ろに回しましょう。

これでできあがり！

どうでしたか？皆さんが花火を楽しんでくれると幸いです。くれぐれもマナーを守って遊びましょう。

文責 おかちゃん・Rookie・ふみえ

耐久ものをする。つまり、自分の限界まで挑戦し、自分の能力を伸ばすため。例えば、6時間耐久ビリヤード。4時間目くらいから楽しくなってくる。他には、ただひたすらに自転車に乗ってどこかを目指す。夜明けの朝日がとても嬉しい。いずれにしても、つらい。でも、いい。(まあいい)

Me~dai再発見

皆さんは名大のなかにどんなものがあるか知っていますか？
 普段使っているところだけが名大の全てではありませんよ。
 普段の生活では決して見つからない名大を探してみませんか。
 私たちはちょっとだけ探検してみました。

探検隊メンバー

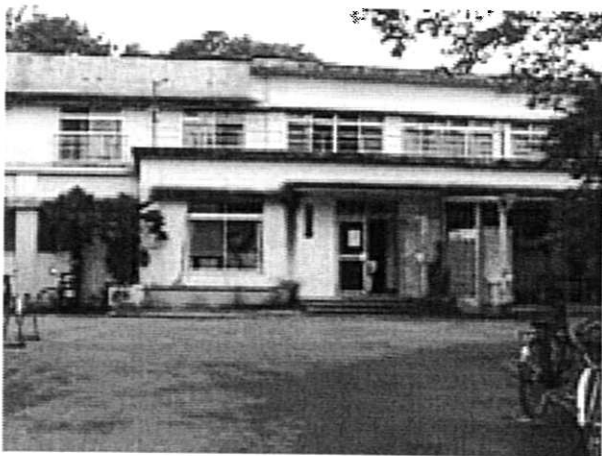
- ゆき　　今回は隊長。理学部1年。最近猫が好きらしい。
- なお　　カメラマン。経済学部1年。遠くから見ていれば普通の人だと思えるかも…………。
- すぎっち　ひら隊員。工学部3年。学生委員長だけど今回はひら。
- とみ～　　ひら隊員。工学部1年。いつも眠そうな人。今回は特に…………。
- べー　　ひら隊員。農学部1年。ただ1人徹夜じゃない、うらやましい人。

○出発！　　6月7日曇り時々晴れ

徹夜でカラオケのあと、微妙なテンションで待ち合わせ場所に集まりました。みんな相当眠そうです。でもはりきって行きましょう！

○山の上周辺

まずは豊田講堂から山の上に向かって登っていきました。この辺りまだ体育とかで利用するのでみんな余裕がありました。しかし、その後何が起こるのか私たちは未だ知らなかったのです。山の上に到着して、左に曲がるとそこには…。こんな建物がありました。これは何の建物かわかりますか？とみ～隊員いわく「美術部と吹奏楽部」だそうです。ほんとかな？近寄ってみると、「名古屋大学体育合宿所」って書いてありました。(→後に聞いたところ合気道部も使ってるそうです。ほかにもまだあるのかも。)また、この辺りは山の上と呼ばれるだけあって、かなり自然が残っています。夏の暑いときでも涼しさを感じられるかもしれませんね。

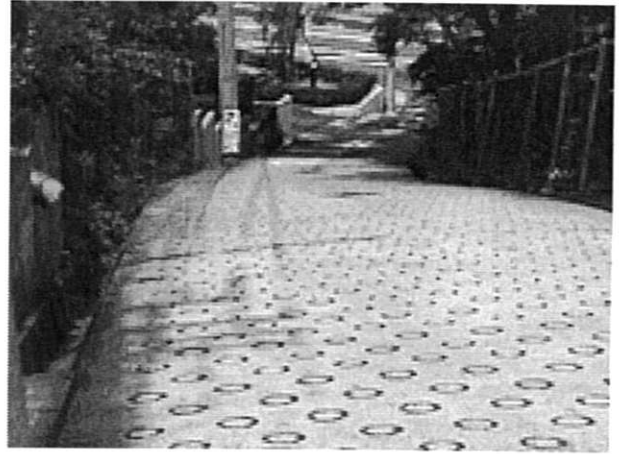


1.合宿所

○山の上の奥地

そのままどんどん進んでいくと、なんかだんだん名大から離れて行ってる気がします。

小さな公園を発見しました。ブランコとすべり台くらいしかありませんでした。でも楽しかったです。楽しいひとときのあと、最大の難関が待ちかまえていたのです。「下りで良かった……。」上から見ると、恐いくらいの急な坂で、頑張って足を突っ張らないとそのまま走り出してしまいそうでした。→この写真を撮るのに一度ここを登りましたが、とっても大変でした。



2.坂道

(この写真は真実を写していません。自分自身の曇りなき眼で見定めて下さい)

○名大裏口？

歩いているとやはりここは名大ではなかったようで、名大への入口が見つかりました。と、いうわけで名大に戻りましょう。名大の裏も裏の農学部のさらに裏の研究室地区(?)の裏の入口から名大に侵入、するとさっそく、不思議なものが……。「男専用？女はだめ？」名大はかくも不思議なところであったのでしょうか。意味のわかる人はMe~dia編集部までご連絡下さい。



3.関係者・・・男？

○農学部付近は田舎!?

一度、理系地区に戻って今度は農学部のほうに行きました。百葉箱なんて懐かしい物が置いてあります。鶏さんの鳴き声とか聞こえてきてとってものどかな感じです。

しかし、ここはいったいどの田舎なんですかね。農学部のベ-隊員も「知らない」って言ってます。



4.農学部の裏

自分の夏のオススメは、日本の夏の風物詩を経験することです。花火大会や夜店など、にぎやかなところへでかけるのもよし、窓辺に風鈴をつるしたり、夕方に庭に水をまくなど、のんびりと過ごすというのもどうでしょうか。これぞ日本の夏というものをやってみてください。(ベ-)

失意にうたれつつ畑の中を突っ切って、工学部方面に出ました。すると…。

農学部なら畑があるのも納得できますがなぜ工学部にこんな場所があるのでしょうか？さらに進むと道はだんだん細くなってついには下の写真のようになります。最終的にたどり着いたのはさらに下の写真の建物、「核融合科学研究所宿泊施設」だそうです。一体どんな人たちが使うんでしょうね。



6. 森の小道



7. 宿泊施設



5. 工学部の裏

○感想

- べー : 名古屋は都会だと思っていたのに…。
 とみ~ : 名大も田舎だね。イメージダウン。
 なお : 自分と関係ない学部のところに遊びに行くと結構楽しいね。
 すぎっち : 2年間大学生活を送ってきたけど、こんな所は初めて。今日は楽しかった。
 ゆき : 名大は広いですね。いろんな所がありますね。

○反省

徹夜あけはやめましょう。

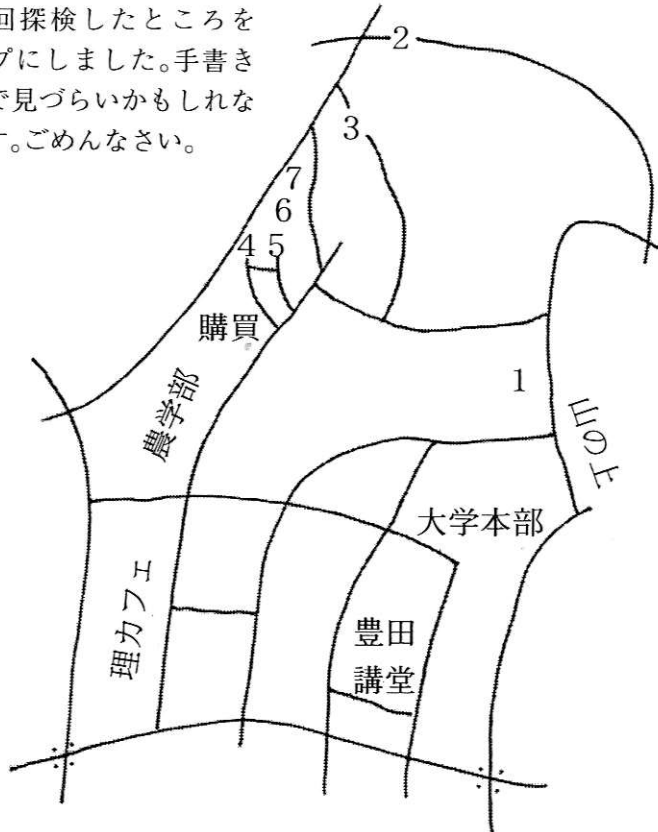
○最後に……

と、こんな風にちょっと探検しただけでいろいろな発見がありました。そして名大はとても広いんですから、他にもいろいろきっとあるはずですよ。

夏休みを活かしてみなさんも探検してみてくださいはいかがですか？新しい名大を発見できるかもしれませんよ。

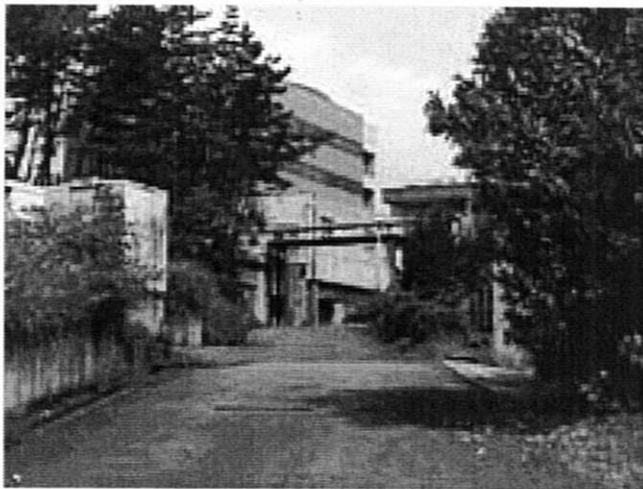
～探検マップ～

今回探検したところを
マップにしました。手書き
なので見づらいかもしれな
いです。ごめんなさい。



マップ案内

- 1 台宿所
- 2 坂道
- 3 関係者…男?
- 4 農学部の裏
- 5 工学部の裏
- 6 森の小道
- 7 宿泊施設



今回探検の中でこんな場所を通りました。人通りは全くないのに、なぜかそばには、自転車や原付はやたら置いてありました。ここを知っている方はそれほど多くないと思いますが、もし「ああ、あそこね。」ってな方はそうとうな名大通です。友人にいっぱい自慢して下さい。「あそこ本当に名大なんですか？」ってな方はご自分で是非探してみてください。探検マップを参考にすると簡単に見つかりますよ。

文責 ゆき

夏といえば、やっぱり高校野球。暑い中一生懸命白球を追いかける姿に感動するのは僕だけじゃないはず。ただ見るだけじゃなく、スコアをつけて後から涼しい部屋で熱戦を思い出すのもまた一興。スコアのつけかたはスコアブックに詳しく書いてあり簡単です。さあ、あなたもLet's Try!! (おかちゃん)

ショッカータイムス

第七回!

ついに、ショッカータイムス掲載一周年記念を迎えました。これからも頑張ってお記事を書いていきますので、よろしくお祈りします。それにしても、最近暑い!湿度も高いし大変不快ですよ。さらには水ばかり飲んで、体をこわしがち?です。そこで、今回は食事、栄養について取り上げてみたいと思います。頑張っしてんどい夏を乗り切ろう!!

第一章 さぷいめんと☆

みなさん、毎日ちゃんと規則正しい食生活を送っているか~い?なに!!? 送っていない!!? そ、それはいかん!! これを読んで食生活を見直したまえ。というわけで、ここでは栄養素の基礎知識を紹介していきます。では、はりきっていこー!!

●一日に必要な栄養素

まず、大学生のみなさんの一日に必要な栄養素の量を紹介します。みなさんはきちんと摂れていますか?

男	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン A (IU)	ビタミン B1 (mg)	ビタミン B2 (mg)	ビタミン C (mg)	ナイアシン (mg)	ビタミン D (IU)
170 cm	2550 (2450-2600)	70 (65-80)	55	600 (550-700)	10	2000	1.0 (1.0-1.1)	1.4 (1.3-1.4)	50	17	100
175 cm	2650 (2550-2750)	75 (70-80)		650 (600-700)				1.5 (1.4-1.5)			
女											
155 cm	2000 (1900-2100)	60 (55-65)	40	600 (550-650)	12	1800	0.9 (0.8-0.9)	1.2 (1.1-1.2)	50	13	100
160 cm	2100 (2000-2150)										

ちなみに、上記の栄養素をたくさん含んでいる食品を一部紹介します。

- ・ビタミンA …レバー、緑黄色野菜、卵、牛乳 など
- ・ビタミンB₁ …ピーナッツ、豚肉、牛乳 など
- ・ビタミンB₂ …魚、卵、牛乳、緑黄色野菜 など
- ・ビタミンC …柑橘類、トマト、じゃがいも、ピーマン など
- ・ナイアシン …レバー、アボガド、プルーン など
- ・ビタミンD …いわし、にしん、鮭、まぐろ など
- ・鉄 …レバー、はまぐり、あさり、卵黄、豆 など
- ・カルシウム …牛乳、チーズ、大豆、いわし、鮭 など



●主な欠乏症

では、前ページ紹介した栄養素が不足すると、どんなことになっちゃうんでしょうか？な、なんと!?!? 下のようなことになってしまうんです!!

- ビタミンA … 鳥目、粘膜が乾燥する
- ビタミンB₁ … 脚気、疲労、全身倦怠、便秘、むくみ、糖尿病
- ビタミンB₂ … 口内炎、口唇炎、貧血、食欲不振、虫歯
- ビタミンC … 壊血症、出血傾向、抵抗力低下、疲労感、関節痛
- ナイアシン … 皮膚炎、下痢、痴呆、不眠症、めまい、頭痛、そううつ症
- ビタミンD … 骨軟化症、不機嫌、骨粗鬆症
- 鉄 … 貧血、疲れやすい、食欲不振、無力感、動悸、息切れ
- カルシウム … 発育障害、骨の異常、骨粗鬆症、情緒不安定



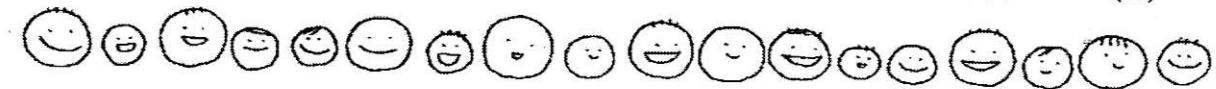
●ある日の下宿生と自宅生の比較

これまでは資料からのデータばかりでしたが、やはりそれだけでは実生活に結びつけるのは難しいでしょう。というわけで、ここではある大学生の食生活を見ていきます。

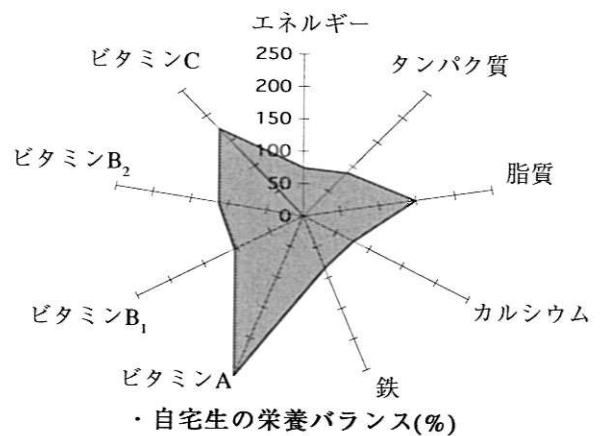
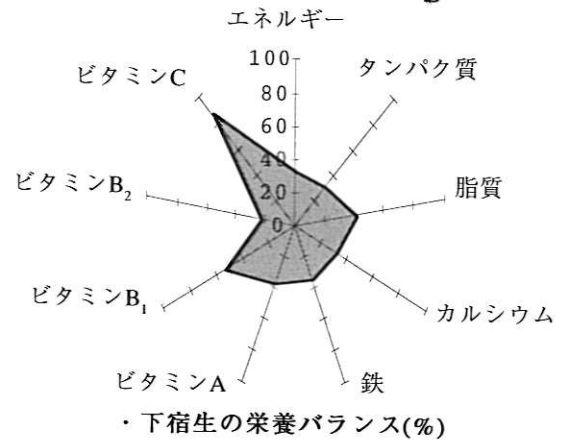
	下宿生	自宅生
朝食	なし	ごはん 卵 トマト サラダ菜 ウインナー 牛乳 りんご
昼食	ごはん 野菜炒め	クリームパン チョココロネ 野菜ジュース
夕食	きつねうどん プリン	ごはん コロッケ キャベツ ほうれん草 ポタージュース

予想通り、下宿生の栄養不足は深刻でした。特に、朝食は一日のパワーの源です。何か食べましょう。体が持ちません。

もうすぐ暑い暑い夏がやってきます。食欲減退などと言わず、一日三食ちゃんと食べて♡特にビタミンや鉄が不足しがちです。これらが豊富に含まれているほうれん草やレバーなどをたくさんとると良いですよ♡



さて、これでみんなきっと栄養についての知識がいただろうし、下宿生はちゃんとした食生活をおくることの大切さが分かったでしょう。自宅生も親のありがたみが身にしみたのではないのでしょうか？では、次のページでこの夏を乗り切るためのバランスの良い料理のレシピを載せたので、ぜひぜひお試し下さい。それでは、次のページへレッツごっおー!!



夏は暑いですが、熱いと言いたくなるくらい暑いですが、そんなときこそ、冷房の設定温度は28度までにすべし。これが、すぎっちのおすすめ。扇風機などと併用すれば、それでも十分涼しいですよ。「今日も28度で乗り切った」という充実感が得られ、省エネにも役立つのでお得です。それでも耐えられない人は...近所のスーパーで涼んで下さい。(M;;) (すぎっち)

第二章 料理魂

さてさて、栄養素について学んだ後は、それを活用して元気に厳しい(暑苦しい)名古屋の夏を乗り切ろう!! そういうわけで、今回は定番の夏バテ防止料理特集です。

とりレバーと玉ねぎのソースいため

材料 (一人前)

とりレバー	100g
ベーコン	1.5枚
玉ねぎ	半個
赤ワインまたは酒	大さじ半分
ウスターソース	大さじ半分
バター	大さじ半分
サラダ油	大さじ半分
パセリのみじん切り	少々

一人分 カロリー 386kcal
塩分 1.7g



作り方

- ①とりレバーは真ん中から2つに切り、白い筋や膜を除いて、さらに半分のそぎ切りにする。ボウルに入れ、流水でよく水洗いし、ざるにあげて水気をよくきる。
- ②ベーコンは2cm幅に切り、玉ねぎも皮をむいて2cm角に切る。
- ③フライパンにバターとサラダ油を熱し、②のベーコンを入れて軽く炒める。①のレバーも加えて表面にしっかり焼き色がつくまでいため、ワインまたは酒を加えて煮立てながら混ぜる。
- ④レバーに火が通ったら、玉ねぎを加えていためあわせ、ウスターソースとこしょう少々で味をつけ、器に盛ってパセリをふる。

ちょっとBreak~某Tさんのチャレンジ日記Ⅱ~



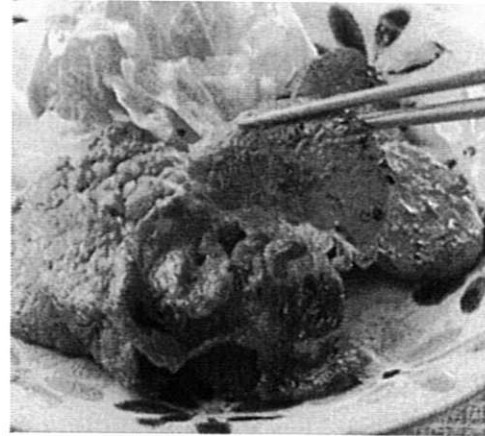
☆月〇日、午後一時過ぎ、部活が終わってから私は友を連れて赤青黄の伝説を持つ山の登頂を何となく目指すことになってしまった。この山とはスパゲッティのお店。赤青黄とは、それぞれイチゴ、抹茶小倉、バナナスパのことである。無謀にも我々は2つのスパゲッティとこの3種の悪器をたのんだ。実は、私はそんなに食べないものはないだろうとかなりなめていた。しかし!!やはり、私は甘々の大甘ちゃんだったと速攻で後悔した。あのすさまじい甘さたるや口の中を甘死させるには十分すぎるほどだった。我々が特攻部隊のその後の末路についてはふれないでおこう。(でも、ぞうすいはおいしいよ!)

豚肉のしょうが焼き

材料（一人前）

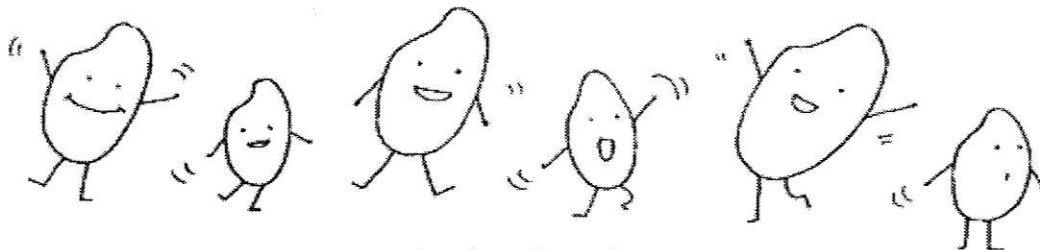
豚ロース薄切り肉	100g
おろししょうが	1かけ分
しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ半分
砂糖	小さじ1
サラダ油	大さじ1
じゃがいも	半個
レタス	適量

一人分 カロリー 516kcal
塩分 2.5g



作り方

- ①おろししょうが、しょうゆ、酒、砂糖を混ぜる。
- ②豚肉は食べやすい大きさに切って①の材料をまぶして10～20分つける。
- ③じゃがいもは皮をむき、厚さ1cmの輪切りにし、水にさらしてざるにあげ、水気をきる。
- ④フライパンに油大さじ半量を熱し、③のじゃがいもを並べ、弱火で焦げないように、火が通るまで両面色よく焼き、取り出す。
- ⑤残りの油を入れて熱し、②の豚肉を漬け汁ごと加えて強火でいため、火が通ったら、器に盛る。
- ⑥④のじゃがいもを戻し、いため汁をさっとからませる。皿に盛り合わせ、レタスを添える。



あとごわき！

今回も楽しく読んでいただけたでしょうか？今回はショッカータイムス掲載一周年記念ということで、永久保存版資料として一日に必要な栄養素の資料を載せちゃいました。みなさん、ぜひぜひこの資料を機会に自分の食生活を見直してはどうでしょうか。ところで、春から自炊を始めた人まだ自炊してますか？私は春から決意新たに自炊を始めたんですが、また最近ヘコみそうになってます。でも再び明日から心機一転して頑張っていく（予定）なので皆さん応援して下さい。

文責：ショッカー一同

私の夏のオススメは、図書館ですね。冷房のきいた図書館で、ゆっくりと勉強したり読書したり。色んな知識、教養を身につけるチャンスではないでしょうか？また、そこでの新たな出会いがあなたを待っているかもしれませんよ？(こいけん)

狂乱読書日記

おたけ
～大嶽さん(南部書籍職員)のお話&本紹介～

みなさん、もう七月ですよ!はやいもんですね～。毎日が充実していた読者の方はあつという間の夏休みだと思えます。夏休みはとても長いので海などへ遊びに行くのも良いですけど、涼しい部屋で本を読むのも良いものですよ。



職員さんに聞いてみました!



▲大嶽さん

今回、インタビューに応じて下さったのは、生協南部書籍の職員・大嶽さんです。

—まずは、自己紹介をお願いします。

大嶽:南部書籍に勤めている大嶽晴功と言います。

—ずいぶん難しい名前ですね。

大嶽:専門の方が字画に気をつけて考えたいです。

—すいません、話の途中で。自己紹介を続けて下さい。

大嶽:高校の時の先輩の奥さんが名大生協

に勤めていて、その方に紹介されて13年前に名古屋大学生協に入りました。1990年に書籍部に配属になって以来ずっとここにいます。

—今されているお仕事を教えてください。

大嶽:簡単に言うと、本の配達をしています。図書館や研究室に行ったりして注文を取ってきます。図書館と言っても中央図書館だけでなく、南部地区の学部棟(法学部棟、経済学部棟など)内にある図書館にも行きます。本の注文を受けるのにも苦労があるんですよ。

—どんな苦労があるんですか?

大嶽:法律関連の本はタイトルがわかりやすいんですけど、社会・文学系の本だとタイトルがわかりにくくて覚えられないですね。

—やりがいを感じるのはどんなときですか?

大嶽:注文が入ってすんなり持つていけるときは嬉しいですね。また、院生の人にとって本は学業に直結するものだから、注文通りの本を渡すときにはやりがいを感じますね。

—ところで、大嶽さん自身はどんな本を読むんですか?

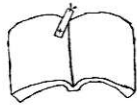
大嶽:学生の頃はSFや推理小説を読みました。広く浅くと言うよりは、特定の作家を決めてその人の作品を読み込むって感じです。その他には、中国の昔の話とか時代劇が好きで小さい頃から読んでます。吉川栄治の「三国志」とか読みましたよ。(カバンの中を捜して)他にはこんな本も読んでます。

—「月刊天文ガイド」ですか?

大嶽:そうです。高校の頃天文部に入っていて、星空には興味があるんですよ。今忙しくてなかなか見に行けないんですけどね。今年の春だったかな、理学部の池内先生、福井先生の講演を聞きに行って、また始めてみようかなって思いましたね。愛知県の東の端に東栄町って街があるんですけど、そこには町営の星を見られる施設があって、そこへ行きたいですね。

—どうもありがとうございました。





大嶽さんのお薦め本紹介

太陽のような構成の仲間の誕生から死に至るまでの様子



ハッブル望遠鏡が見た宇宙
野本陽代,
R.ウィリアムズ著
岩波新書
940円(税別)

何気なく見上げると目に入ってくる太陽や星々。そこで何が起きているのかな、と子供の頃に考えた方もたくさんおられると思います。これまでも観測結果、天文台の望遠鏡や惑星探査機に撮影された写真が世界に公開されてきました。これらに続いて、1990年にNASAが打ち上げたハッブル宇宙望遠鏡が送ってきた様々な天体の映像は、その鮮明さに驚かされました。これまで地上で撮られたもののように大気の影響を受けていないので、細かいところがよくわかります。

一例として、太陽のような構成の仲間の誕生から死に至るまでの部分を取り上げます。それらのメカニズムは既にかなり解明されているのですが、具体的にそれが起こりつつある現場を綺麗に見せてくれます。星の母胎となるガス雲の姿は、地球上の雲のように立体的に見えて

きました。さらに進んで星の赤ちゃんが、小さくまとめるためには邪魔になるエネルギーをジェットとして噴出して、自らを冷まして縮むという現象も、その実例を目にすると理解できたような気になります。また、それらが寿命を終えて迎える壮絶な最後の場面も、色々な形があって驚きました。だんだんと膨らんで、四方八方にガスをまき散らしたり、二つの風船をつなげたような形や横から見たら砂時計のような形など様々なものが見られます。もっとも、太陽もいつかこうなるわけですから、穏やかな話ではありませんけど。

その他にも、もっと遠くの銀河がニアミスや衝突を起こしたダイナミックな姿をみると、夜空の世界も騒がしいものに思えてきます。



書籍部からのお知らせ

全世界で一億部のベストセラー

「ハリーポッター」シリーズ第3巻、

「ハリーポッターとアズカバンの囚人」

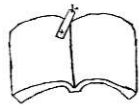
7/12発売! 1990円

ご予約は、店舗宛のメールまたは以下のウェブからお願いいたします。

<http://www.coop.nagoya-u.ac.jp/book/200106harrypotter/>

文責 がい Special Thanks to 大嶽さん

旧友に会いまくることですかね。特に福井県民な下宿生には、なかなか会えない故郷の友人に会えるチャンスです。小学校の頃の友達に会うと、いつの間にやら酒豪なヘビースモーカーになって、「大人になっちゃったのね…」と少々寂しくなることも。(みずほ)



おすすめ作家と作品紹介

～清涼院流水&茅田砂胡～

今回で6回目を向かえる作家・作品紹介ですが、今回はジャンルでわけて、ミステリ作家の清涼院流水氏とファンタジー作家(?)の茅田砂胡さんを紹介します。両氏とも新鋭と言って良い若手作家ですが、既存の枠にとらわれずたくさんの作品を発表し、かなりの愛読者を持っています。今回は比較的安い文庫本を中心に紹介していきたいと思います。

■清涼院流水ってどんな人?

1974年8月9日兵庫県生まれ。京都大学経済学部在学中の96年に『コズミック 世紀末探偵神話』で第二回メフィスト賞(ちなみに第一回は名大の助教授森博嗣先生の『全てがFになる』が受賞)を受賞してデビュー。「言葉」に注目した作風で、その作品は時にゆっくり流れる川のように、時に急速に流れる激流のように展開することから、作者は「流水小説」と名付けている。作品一つ一つもいろいろな仕掛けに満ちていて、注意深く読んでいるとそれらの仕掛けに気がつきはっとさせられることがしばしばである。主な著書に『コズミック 世紀末探偵神話』、『ジョーカー 旧訳探偵神話』、『19ボックス』、『カーニバル・デイ』、『トッبران』などがある。

「言葉」としかけ

清涼院流水氏の小説では「言葉」がものすごく重視されています。最初は何も気にせず読んでいた言葉が、実は後になって非常に重要な言葉だったと言ったことが、非常にたくさんあります。また、作品中に細かい仕掛けがたくさんあり、読者をいろいろと楽しませてくれます。

清涼院流水氏の作品紹介

人間の値段を鑑定するテストの秘密とは…



トッبران1
(全6巻)
清涼院流水 作
幻冬社文庫
457円(税別)

2000年1月1日。新しい千年紀と同時にハタチを迎えた音羽恋子の眼前に現れた「よろず鑑定師 貴船天使」と名乗る男は、札束を取り出して言った「このテストに回答したら99万円あげるよ」。突如渡された33問のトッبران・テスト。回答者に値段をつけるための人間鑑定試験?? 奇妙な謎が謎を呼ぶ、書き下ろし文庫シリーズ第一話! (表紙裏の紹介文より)

この作品は最初、気軽に読めて薄っぺらい本を探している時に北部書籍で見つけて、最初はカバーイラスト(描いているのはMADARAや多重人格探偵サイコで有名な田島昭宇氏)に惹かれて買いました。

この作品は全6巻の構成になっていて、第1巻は主人公の音羽恋子が「よろず鑑定師・貴船天使」という男と出会い、トッبران・テストという人間に値段

を付けるテストを手渡されるところから始まります。「このテストに回答して、1ヶ月以内に自分を見つけて回答を渡すことができれば99万円あげるよ」と言われ、恋子は「トッبران・テストは誰が、何のために行っているのだろう」と疑問を抱きながらも、その賭に乗る決断をします。そして少しずつトッبران・テストの秘密を知り壮大な計画に巻き込まれて行く…。というのが大体の内容です。

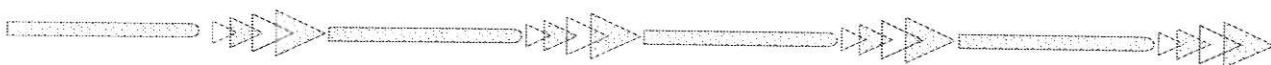
200p程度の薄い本なのでそんなに本を読まない人であっても気軽に読めると思います。また、作者の意図もあるのですが2000年1年間の出来事が総ざらいされているので、そういう意味でも勉強になると思います。生協書籍でも販売されているので、興味を持たれた方はぜひ読んでみて下さい。

■茅田砂胡さんってどんな人？

東京都生まれ。牡牛座。1992年『デルフィニアの姫将軍』（大陸書房）でデビュー。93年から刊行された『デルフィニア戦記』シリーズ全18巻（中央公論新社）が人気を呼ぶ。他に『スカーレット・ウィザード』、『桐原家の人々』などの代表作がある。彼女の作風は登場人物一人一人のキャラクター性を重視し、そのキャラクターに作品中を縦横無尽に暴れ回らせる(?)ものになっている。個性的な登場人物が多いが、明確な価値感を持ったキャラクターに仕上がっており、女子高生を中心に多くのファンを持っている。

キャラクターの重視

茅田さんの作品に登場するキャラクターはどれも非常に個性的です。その中でも特徴的なのは「キレイな人間」を描いているということ。どんな苦境にあってもキレイな心を持ち続け、明るく、元気に前向きに生きるキャラクターを見ていると、読んでいるこちらまで元気になってしまいます。



茅田砂胡さんの作品紹介

元気で前向きな破天荒少女の物語



レディ・ガンナー
の冒険

茅田砂胡作
角川スニーカー文庫
571円（税別）

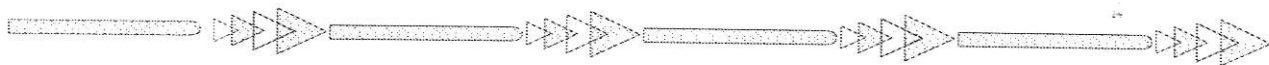
「お嬢さま、もう無理です！追いつかれます」
「大丈夫よ。みなさんがついていないじゃないの」
ウインスロウ家の娘、キャサリンは、ここに至って、ようやく用心棒たちに声をかけた。この始まりは一通の手紙。隣国の幼なじみに危機が迫っていると聞いたキャサリンは、侍女ひとり、風変わりな四人の用心棒を連れて旅だったのだが……破天荒なお嬢さまと、動物の姿に変身できる不思議な人々が織りなす、ファンタスティック・ストーリー。
(以上裏表紙の紹介文より抜粋)

僕は『デルフィニア戦記』や『桐原家の人々』ですっかり茅田さんの作品が好きになっていたので、ほとんど何も考えないでこの作品を買いました。この作品は、隣国に住む幼なじみの危機を知った主人公のキャサリンが危険を省みず助けに向かうというありがちと言えばありがちな話です。キャサリンは途上で四人の動物に変身できる人々を用心棒に雇い、何故か自分の行く手を阻止しよ

うとする敵を排除し、幼なじみの所に向かいます。用心棒の活躍でたくさんの危機を乗り越え隣国にたどり着いたキャサリンが知った幼なじみの窮地とは？そして自分が襲われた理由とは…という内容になっています。

茅田さんの作品全てに共通するのですが、主人公のキャサリンをはじめとして自分の目標に向かって明るく、前向きに元気良く行動する姿は、読んでいてもキレイです。登場人物がすごく自分に素直で、正しいと思ったことを精一杯やり抜くので、ものすごくスカッとします。掛け合いなども非常にリズムカルです。そしてそんな中でも作者の訴えたいことがはっきりしているのです。

300pくらいで少々厚い感じもしますが、話が分かりやすく面白いので気軽に読めます。興味を持たれた方はぜひ読んでみて下さい。元気になれること請け合いです。

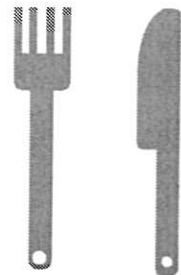


今回の紹介は読者のアンケートからジャンル別に見てみましたがいかがでしたでしょうか？夏休みはまとまった時間があるので読書をするには絶好の時期です。今回紹介した作品は気軽に読めるものばかりです。興味を持たれた方はぜひ読んで見て下さいね。

文責 ひで

スカイメイトに加入して飛行機で旅行をしてみたいはどうでしょう？スカイメイトは22歳の誕生日まで有効で空きのある飛行機なら普通の半額くらいで利用することが出来ます。北海道に出かけてみたりすると本当に楽しいですよ。(ひで)

みずほの 食堂大好き!



もうすっかり夏ですね!暑くてだるくて食欲なくなりそうなアナタも、食材買いに行く気力もなくなっちゃったアナタも、栄養満点なごはんのある食堂へ、れっつごう!夏バテにめげずに今日も元気にごはんを食べよう!今回は、理中と理力フエの紹介です!

●● <ごはんを食べた面々> ●●

- みずほ(文3女) 身長149cmで胃袋もSサイズな福井県民。最近自炊を怠っている下宿生。
- So-Lee(工2男) Me~dia 4で豚肉の入ったメニューばかりを選んだ静岡県民。今回も…!?
- おかちゃん(理1男) いい体格のいい食べっぷり。気分が乗るとノリのいい自宅生。
- もすら(工2男) 嫌いなものはなく、なんでもたくさん食べるがちっとも太らない羨ましい自宅生。
- P5(理1男) ビーコと読みます。自宅生。味オンチらしい。食堂記事に出ていいのか?

理系中華食堂って?

理系地区にある食堂で、通称は理中(りちゅう)。南部食堂や北部食堂に比べて、知名度が低かったりするんだよね、特に文系にとっては…。特に理系の人たちに利用されてるみたいだけど、理系に男の子が多いからかなあ、けっこうボリュームのあるメニューが揃ってますよ。中華食堂というだけあって、ラーメン類が豊富に揃ってるけど、それ以外のメニューもあるから要チェック!



▲理系中華食堂

〇月×日ステキな青空 理系中華食堂に行く

今日は、おかちゃんとSo-Leeと一緒に理中に行くことにしました!しかし、文学部棟から理中へ行くのはちと遠いなあ…。自転車を走らせたものの二人はすでに理中の前で待ちくたびれ。腕時計の示す時間をここぞとばかりに見せつける二人に、「私、文学部だもん、仕方ないじゃん!」と胸を張る。「俺、2限は共通A館でした。」とおかちゃん。「俺なんか水泳だし。」とSo-Lee。…あれ…?

さてさて、早速メニューを品定め。へえー、今は九州・沖縄フェアやってるんだ。こういうところが生協の面白さなんだよね。熊本ラーメンとか鹿児島ラーメンとかあるけど、何がどう違うんだろ?おっ、びっくりラーメンってのがある。麺が3玉分あるからびっくりラーメン?…………。「So-Lee、これ食え。」「えっ!?まじっすか!?!」そんな感じで、メニュー選択はすいすいと進んだのでした…。

しかし、理中にもけっこう総菜が揃ってるなあ。あっ、ゼリーなんてものがあるぞ!他じゃ見たことないなあ、理中のオリジナルかなあ?今度試してみよーっと!



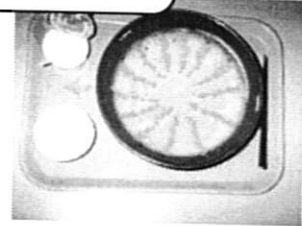
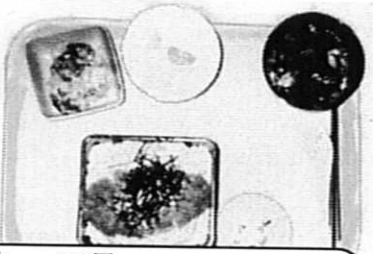
とろろ冷めん…439円 (税込み)

さあーって、来たぞ来たぞMy冷めん♡冷めんは食べたことはあるけど、とろろが乗ってる冷めんなんて初めてだ。食べてみると、ああ～本当に舌ざわりが「とろとろ」って感じだあ～。それが冷たさと甘ずっぱい風味にマッチしてておいしい～!たれの味は、夏休みの暑い昼、お母さんがよく作ってくれた冷めんの味。懐かしい風を運んでくれました。(ちょっと詩人なみずほちゃん…)

具に千切りのキャベツが入ってる。お母さんが作る冷めんは、細切りキュウリに細切り玉子、あとはハムっていうのが定番だったんだけど、キャベツは初めてだったなあ。あとは牛肉とトマトが入ってて、栄養バランスもとれてそうです☆

So-Leeが選んだびっくりラーメン、本当にびっくりだ(笑)。てゆーか、何この大きさ。実際にお見せできないのが口惜しい!隣に添えたミルクプリンで大きさを想像して下さい!(写真参照)「これ、誰が考えたのかなあ。」「そりゃ店長でしょ。」「この器ってすり鉢だよな。店長、このすり鉢はーっと眺めてる間に『これにラーメン入れたらどうなるかなあ…』とか考えたんだろうなあ。」「すり鉢もこの世に誕生した時にはまさかラーメン入れられることになるとは思ってなかったでしょうねえ。」ちなみにびっくりラーメン、大盛りで注文すると麺が4玉になるそうです…。

ラーメンの中身は熊本ラーメン。どこがどう熊本なんだろう?「そりゃ、豚骨だからでしょ」「おっ、So-Lee、前回に引き続いてまた豚か!?君豚の人に決定!」ちなみにSo-Leeの注文したミルクプリン、普通60円なのにこの時は50円キャンペーン中。たまにこういうラッキーな値下げ企画やってるから、皆も見逃しちゃだめだよ?(ちなみに彼は、びっくりラーメンもミルクプリンも完食しました。天晴!)

びっくりラーメン…620円
ミルクプリン …50円
合計…702円 (税込み)見事 →
完食!カツ丼 …510円
(なすの天ぷら・みそ汁・つけもの付)
杏仁豆腐…80円
合計…620円 (税込み)

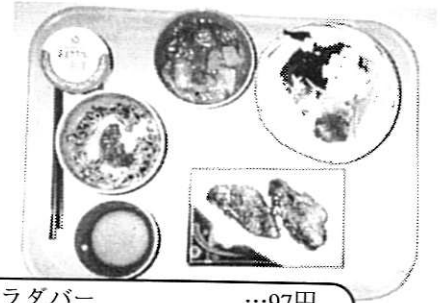
おかちゃんはカツ丼となすの天ぷらとみそ汁と漬け物で…こ、これだけあって510円のセットお!?す、すごすぎる…。それにしてもおかちゃん、よく食うねえ。「いや、最近全然食べないですよ。昔は間食夜食あったけど、今は1日3食だし。」「いや、それが健全な食生活だってば。それだけあって全然食べないって、あんたの基準おかしいよ!こんな大食いおかちゃんの気持ちを満足させる量で、たったの510円なんだから、理中って相当ボリュームあるよなあ…。それでも、量だけあっても意味ないよね。「おかちゃん、おいしい?」「おいしいですよ。」ですって。味もお墨付きです!

ということで、私たちは理中を後にしたのでした…。いや～なかなかのボリューム!おなかに余裕のある方々、ぜひとも一度ご賞味あれ!めくるめく夢のような世界があなたを待ってること間違いなし!

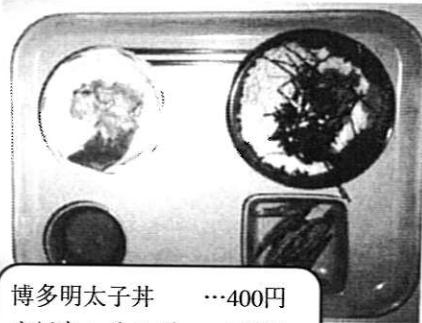
ではでは、次は理カフエに突入だあ～。

夏、ですか…夏、夏といえば暑い、暑いといえば夏。あ、戻ってしまった。というのは冗談で、私の夏のオススメはながーい夏休みを利用して自分の好きなことをする、ですかねえ。やっぱ人のオススメだけではなくて、自分のしたいことを見つけるというのもいいんじゃないでしょうか?え、これって夏のオススメになってない?…ごもっとも(笑)(いわ)

私が選んだのはまずサラダバー。Me~dia 4でおちゃんがサラダバー100gジャストを狙ったんだけど、その遺志を継いで私が挑戦!…と思ったら、97gでした…。誤差3g、おちゃんの誤差2g(102g)には負けました…。おちゃんにはまだまだ遠く及ばないっ!適当におかずを選んでたら主食がないことに気づく。おっ、冷やし梔子そばがあるからこれで決定!せっかく50円だからミルクプリンを…と選んでたらやたら多くなってしまった…。全部で553円ではあるけど、死ぬほどおなかいっぱいになってミルクプリンは食べれんわ、もすらに食うの手伝ってもらわ…。いかん、生協の食堂で500円超えたら私の胃袋は破裂する。



サラダバー	…97円
冷やし梔子そば	…140円
ハムと野菜のたまごとじ	…80円
煮魚の天ぷら	…160円
ミルクプリン	…50円
合計	…553円 (税込み)



博多明太子丼	…400円
かぼちゃサラダ	…100円
きびなごの唐揚げ	…60円
合計	…588円 (税込み)

P5のメインディッシュは博多明太子丼だ。おいしい?「辛い…。」「あんたそれ、明太子とごはんの比率間違えて口に入れてるんじゃない?」「うん…そうかも…。」ところで、その魚の唐揚げは何だ?「きびなごの唐揚げ、だって。」きびなご…。聞いたことないなあ。知ってる人募集。「ししゃもみたいな味。」へえ…。でも私お魚嫌いだから何とも言えんなあ…。あとはかぼちゃサラダだって。こちらも栄養バランスとれてますな。でもかぼちゃのサラダって初めて見たな。甘くておいしそう。今度挑戦してみるべし!

もすらは第2の豚の人。ポークカレーシチューだって。「カレーライスにしないの?」「した方がいいですか?」ご丁寧にライスを入れようとするもすら。いや、そこまでしてくれなくていいです。あとはポークと玉子、だって。なんてシンプルな名前なんだ。炒めたポークといり玉子、それにサニーレタスが添えられてる。どう?おいしい?「沖縄の味がする」あんた意味不明だよそれっ!いくら九州・沖縄フェアの特別メニューだからって…。

あとはほうれん草が添えられてる。理カフェの総菜も色々あるんだね。さてもすら、最後に感想を一言!「琉球の風を感じました」わけわかんにゃい…。



ポークカレーシチュー	…230円
ポークと玉子	…230円
ほうれん草	…60円
ライスM	…90円
合計	…640円 (税込み)

そういうわけで、理系地区食堂探検は幕を下ろしたのでした。これで東山キャンパスの主要な食堂はまわっちゃったな(南部食堂・つれ南・北部食堂・理中・理カフェ)。でも食堂記事はまだまだ終わらないよ!?次回Me~dia、ついにあの食堂が登場…!?ってことで、乞うご期待!次回Me~diaに続く!

文責 みずほ

Me~dia6でも紹介した「オキナワの旅」が私のおすすめです。私は今までに2回行きましたが、自分の目で見て、耳で聞いて、頭で考えて、平和について深めあうことができ、とても有意義な数日間を過ごすことができました。沖縄の自然も満喫できますよ。みなさんもぜひいってみてください。(はるか)

知ってて得する!

食堂の正しい使い方

入学から3ヶ月経ちますが、1年生の皆さんはもう大学生活にはなれましたか？一通り要領をつかんでくると気になって仕方がないのが大学生活の不便さ、その中でも代表的なものに生協店舗(特に食堂)の混雑が挙げられると思います。ここでは少しでも生協店舗を気持ちよく使っていただけるように、ちょっとしたコツを紹介しします。参考にしてみてください。

■南部地区 混雑は時間を外せばかわせる。

もっとも効果的な対処は時間を外すことです。20~30分も外せばスムーズに利用できること請け合いです。講義室で友達とひとしきり話してから食堂に向かうなどすれば行列で並んでイライラすることもないでしょう。ちなみにここでは紹介していませんがパンダが屋も12:20分を過ぎると急速に人が減っていきます。もっとも丼ものやサンドイッチはなくなってしまうので、それが目当ての人は1限後に買ってお昼に食べる方法をオススメします。

▽南部食堂の場合

平日の昼もっとも混雑するのが共通教育棟で授業のある1、2年生、そして文系の学生が利用する南部食堂です。連日、それが雨の日であっても大行列ができています。この行列を見て「こんなに並んでる所に行きたくない!」と思う人、とっても多いのではないかと思います。

さて、果てしなく続くかと思われるこの行列、いつ頃まで続くか知っていますか？これがなんと12:30にはほとんどなくなってしまうのです。食べるのが早い人なら、少し時間を外して南部食堂を利用してみてはいかがでしょうか？安いですし、なにより栄養バランスを考えた食事ができること請け合いですよ。



▲南部食堂



▲フレンドリイ南部

▽フレンドリイ南部の場合

南部食堂ほど混雑しませんが内装の綺麗さなどで女性の人気が非常に高いフレンドリイ南部もやはり12:00からしばらくの間行列ができてしまいます。南部食堂もあんな感じなので諦めてしまいがちですね。

しかしこのフレンドリイ南部も12:20~12:30をすぎた辺りから急激に混雑が解消されていきます。今まで行列を見て利用を避けていた人もぜひフレンドリイを利用してみてください。一部の部活・サークルから御用達指定を受けるほどの所なので満足していただければと思います。

■北部・理系地区 数ある店舗を利用。

北部・理系地区には比較的近い位置に利用しやすい生協食堂が4つ(北部食堂、ゆーどん、理系中華食堂、理系カフェテリア)あります。南部地区のように時間を外す方法に加えて、比較的空いていて回転の速いゆーどんや理系カフェテリアを利用すれば混雑をある程度回避できます。北部購買や理系ショップを活用するのも一つの手段ですね。

▽北部食堂の場合

理系(特に工学部の人)の利用で賑わう北部食堂ですが、この建物には二つの入口があり、二つの食堂が併存しています。一つは正面から進む北部食堂、もう一つは裏口(北部食堂からの出口)から入っていくゆーどんです。

二つあると言ってもやはり利用者の数が多いので12:00ころは混雑しますが、ご多分にもれず12:30ころになると少なくともどちらかは空いています。入って食べ終わるまで20分もあれば大丈夫でしょう。今まで混雑から利用を避けていた人もぜひ利用してみてください。とくにゆーどんはSサイズうどん90円とか面白いものが多いですよ。



▲北部食堂・ゆーどん



▲理系カフェテリア

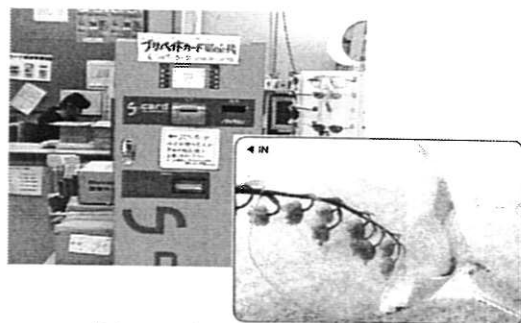
▽理系食堂の場合

理系食堂(理系中華食堂と理系カフェテリア)はお隣同士ですが理系中華食堂は回転が速いことで有名です。つまり、理系中華食堂では人がたくさん並んでいるようでもそんなに待たなくとも良いのです。

理系カフェテリアは12:00ころはものすごく混雑しますがやはり12:30すぎになってくると行列もなくなります。なかなか1年生の人が利用する機会はないかも知れませんが、メニューも豊富なのでぜひ利用してみてください。

○混雑緩和のためにプリペイドカードをご利用下さい。

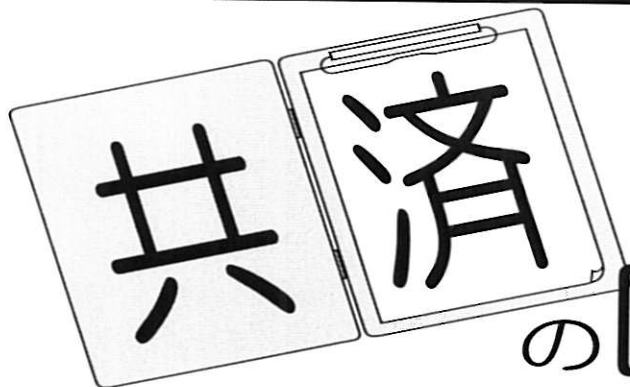
生協では、店舗での混雑の緩和、レジ処理の効率化のために、プリペイドカードの利用を促進しています。実際プリペイドカードを持っているとレジは数秒で通れますし、小銭の出し入れの必要もありません。専用レーンがあるところでは行列を無視して先に進むことだってできます。こんな便利なプリペイドカード、ぜひご利用下さい。プリペイドカードの利用が伸びれば伸びるほど生協店舗の混雑は解消されます。



▲プリペイドカードとカード販売機

この記事の情報は参考になりましたか? 生協食堂の魅力は「みずほの食堂大好き!!」で余すことなく紹介されています。ここでの情報を活用して、ぜひ生協食堂をご利用下さい。 文責 ひで

夏ですね(>_<) 皆さん家でメールを打ちましょう。文末に絵文字や顔文字などをいれたりするとそれだけで随分雰囲気が変わります(^_^) E-mailでは各携帯会社それぞれの絵文字は使えないので注意しましょう☆(ちゅーそん)



の回覧板

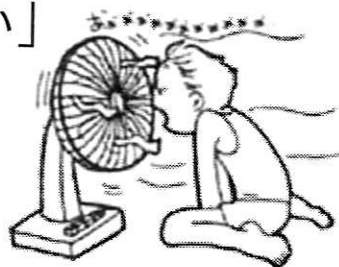


7月です。もうそろそろ夏休みですね。夏休みというとレジャーをしたりを非常に楽しいですが、暑いのが困りもの。あまりの暑さに冷房に頼りっきりになって身体を壊してしまったり、冷たいものを飲み過ぎて夏バテになってしまったり…。そんな風にならないようにここでは夏バテ対策を紹介します。

●夏場の強敵「夏バテ」

■夏バテの3態「だるい、疲れやすい、食欲がない」

夏バテとは「だるい、疲れやすい、食欲がない」といういわゆる「夏バテの3態」によって身体が弱ることを指すそうです。一般に考えられる原因としては湿気や気温の急激な変化に身体がついていけず自律神経の働きが鈍くなることあげられます。「暑い」→「冷房にあたる」→「温度差で自律神経の働きが弱くなる」という悪循環になっていくのです。



■冷たいものはほどほどに…

暑いとたくさん汗をかくので、それだけ水分を摂りたくなります。その際、暑いので冷たいジュースや麦茶をがぶ飲みしがちです。これを繰り返すと身体を冷やしすぎたり、消化吸収を悪くして下痢など胃腸障害を起こしてしまいます。また外気との差からくる手足のしびれ、だるさ、身体の火照り、のどの痛み、頭痛、神経痛、生理不順などの「冷房病」にも注意しましょう。



■ちゃんと食べないとエネルギー不足に

人間生きていくためには糖質や脂肪を燃やしてエネルギーを作りますが、この過程でビタミンB群が必要になります。しかし暑いとそうめんや果物の糖質ばかり摂りがちで、ビタミンB群が不足しがちになります。発汗などでいつもより多くエネルギーが必要なのにそれだけのエネルギーをまかなえないので夏バテになってしまうのです。

夏バテの原因とその具体例を挙げましたが、だいたい夏バテのメカニズムは分かりましたでしょうか？ここまでを前提にして次ページからは夏バテの対策を紹介していきます。

●夏バテの対策方法は？

▽消化吸収の良い食品を摂りましょう。

具体的な食材 : 玄米、大豆食品、さつまいも、トマト、きゅうり、黒ゴマetc.

→食欲が落ちる夏場はタンパク質とビタミンB群の確保が重要です。そういう点で非常に効果的なのが玄米や大豆食品。玄米ごはんは冷や奴というのも良いでしょう。黒ゴマはビタミンB群を良く含み、疲労回復に高い効果があります。ちょうど良いことにさつまいもが熱を取り去る作用があるので、合わせて大学いもというのも理想の取り合わせ。余談ですがさつまいもには日焼け止めの効果もあります。

夏バテによる食欲不振、のどの渇きにはなんとといってもトマト。不足しがちなミネラルも含んでいます。またきゅうりも体内の余分な水分や熱を取り去る効果があります。以上にあげたような食品を意識的に摂ることで、簡単ですが効果的な夏バテ対策になるでしょう。



▽料理するときに一工夫

具体的な食材 : 酢、梅干し、わさび、生姜、唐辛子、山椒、カレー粉etc.



酢は「食欲増進・食中毒予防」の効果以外に疲労回復の効果もあつたりします。これは疲労物質を酢に含まれる有機酸が分解してくれるからです。疲労回復という観点では有機酸の多い米酢、リンゴ酢などの醸造酢がよいでしょう。梅干しにも同様の効果があります。梅肉を刻んでちょっとサラダにまぶしてみても良いでしょう。その他のわさび、生姜、唐辛子、山椒、カレー粉などの香辛料は食欲増進や発汗作用があります。唐辛子やカレー粉なら炒め物のアクセントにちょっぴり加えたりしてみても良いでしょう。スタミナのつくうなぎに山椒をかけるのは、土用の丑によくやりますよね。

▽身につけるもの&寝るときの一工夫

具体的な方法 : 通気性の良い服、冷たくした枕、冷たいタオルで体を拭くetc.

発汗にエネルギーがかかることは説明しましたが、ここでかかるエネルギーを最低限に抑えられれば夏バテになりにくい道理。とすると、効率よく汗が熱を奪えるよう、通気性の良い服を着ることは有効です。それが無理なら冷たく濡らしたタオルで体を拭いてもよいでしょう。暑くてなかなか寝られないのも夏バテの原因。その対策として枕を冷やしておいたり、タイマーセットで扇風機や冷房を使うのも効果的です。



▽でもやっぱり基本は体力づくり!

具体的な方法 : ちょっとした散歩etc.

いろいろ対策はありますがやっぱり最後は体力がものをいいます。本格的に暑くなる前から20~30分ずつでも外を散歩して暑さに負けない体力を身につけましょう。



せっかくの夏休みです。夏バテしたり、体調を崩してしまわないように気をつけて下さいね!

文責 ひで

- Q1: 頭をひねってやらないと働かないものとは何?
 Q2: 乗る時は降りるけど降りる時は登る乗り物なにか?
 Q3: お掃除の好きな星は?

HUNTER

～ハンターへの道～

三次試験

珍獣、怪獣、財宝、秘宝、魔境、秘境…、およそ未知なるもの、貴重で入手困難なものを追いつけることを職業とする者たちをハンターと呼ぶ。それゆえハンターの仕事は珍しいものを見つけだすことである。そのためにはノリの良さ、暇な時間、人に呆れられても続けられる強靱な精神力、そして閃きが必要とされる。ゆえにライセンスを受けた正式なハンターは名大中のごく一部の人間から羨望のまなざしで見られ、任務のためのあらゆる便宜が図られるかもしれない。ハンターとは名大中のエリート中のエリートなのである。そんなハンターを目指す人々への第一歩が、この「ハンターへの道」である。

前号の解答

三次試験を始める前にまずは二次試験の解答から。試験内容は、右の建物の正式な名前及びこの建物で出来ることであった。それでは正解を発表する。

正式名称

名古屋大学附属中央図書館

できること

- ・本を借りること
- ・本や新聞を読むこと
- ・ビデオを視聴すること
- ・グループ研究室を借りること
- ・文献等をコピーすること
- ・勉強をすること

など

開館日と時間

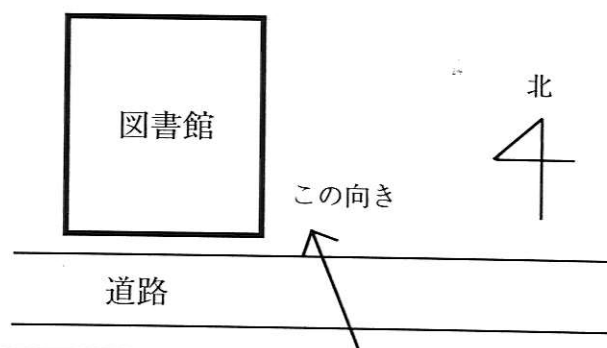
8:45～20:00(月～金)

8:45～17:00(土・日・祝日 8/1～31の月～金)

8:45～20:50(学期末試験期間)



▼写真を撮った角度



二次試験合格者は

みかん娘 K.K ぼんず あきみっくす

しいな キョロちゃん かき氷 t a m a

りん さくや カネゴン ガングリオン
ダニー・チュン

(全て敬称略)

昇格 一般人→目ざとい人

一般人→ハンター3歩手前

目ざとい人→ハンター3歩手前

以上の12名を合格とする。

今回の昇格条件は「図書館」、「中央図書館」と解答した者が1つ、「名古屋大学附属中央図書館」と解答した者が2つランクが上がる。これまでの試験に合格できなかった者、受験しなかった者も三次試験を受けることは可能であり、成績によっては飛び級も可能であるので頑張ってもらいたい。それでは三次試験を始める。

◆三次試験

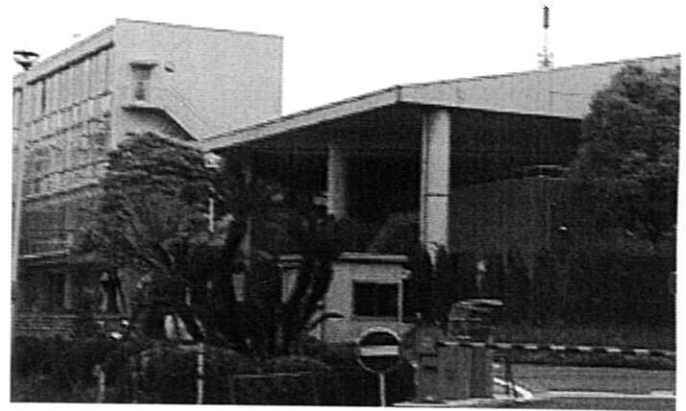
○右の建物の正式な名前は？

○右の建物で出来ることは？

(複数回答可)

～参考資料～

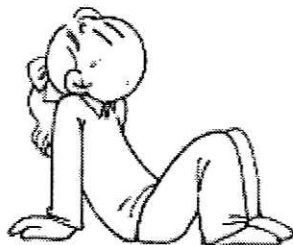
この建物は昼にだけ人が集まり、建物の前に長い行列が見られる。また、その横には門があり人や自転車がよく行き来するが、車はなかなか通るのが難しいようだ。



▲試験は右側の建物の方である。

◇答えは…

Me~dia アンケート用紙に専用欄を設けてあるのでそこへお書きください。記入したアンケートは生協各店舗の声カードボックスetc.へ(詳しくは前号のMe~dia INFORMATIONをご覧ください)。



今後の試験は…

今回の試験では「ハンター3歩手前」から「ハンター2歩手前」へとランクが上がる。まだ、「一般人」、「目ざとい人」の人も、「この建物で出来ること」の問いの結果次第では「ハンター2歩手前」にランクが上がる事が出来る。最高のハンターを目指してほしい。四次試験は次号(Me~dia10)である。

文責 もすら

- Q4:冷たい水は好きだけど熱いお湯は吐き出しちゃうものって何かな？
Q5:タコがバスを飲み込むと何が出来る？
Q6:雨が降ると現れる鳥は？

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~dia6の記事は
いかがでしたか?

COOP INFORMATION

生協まつり行きます! (tama)

生協まつりは毎日行きました。試飲会
は欠かさず行きました。 (かき氷)

→南部・北部・理系、各地区の生協まつり
は、多くの方のご利用ありがとうございました。これを機会に、今後も生協のお
店を活用して行って下さいね。試飲会
は良いものを見つけられましたか?

(杉本)

書籍全品15%OFFの文字が輝いて見え
ました。こんな情報が載っているのもよ
いですね。 (しいな)

本の15%OFFは実にうれしい。

(ボンセ(大洋))

書籍全点15%offはよいですね。今から
買う本を決めておきます。 (さくや)

本を買いに行きます。(あきみっくす)

→書籍の割引企画は、毎回大好評のよう
ですね。この日は、お店のにぎわいがい
つもの数倍に…。この日のために、買うの
を控えていた人も多かったのではよう
か。 (杉本)

いつもながら、生協の割引期間が掲載
されていてお役立ちです!そっかー、パ
ソコン系もあるんですかー。MO欲しい
んだよな…。安かったら買おうかな…。

(みかん娘)

→役立ててもらえてありがとうございます
です。良い買い物はできましたか?割引

企画などの情報は意外に知られていな
いようなので、これからもどんどんお知
らせしていこうと思います。お店にもい
ろいろ張り出されるので、そちらにも注
意してみてくださいね。 (杉本)

それぞれの班の活動がちょっと分
かって良かった。私はショッカーの新入
りです。 (なお)

→食生活班のことですね。食生活班では
毎回ショッカータイムスを書いて頑
張っていますよね。なおさんも頑張っ
ていい記事をつくっていきましょう。つ
て、なんか変な解答ですね(笑)。他の班
でも色々と活動を行っていますので、今
後もみなさんに伝えていきたいと思っ
ています。 (弘津)

今年は農業体験ツアーがなくてとて
も残念です。新企画を期待しています。

(ガングリオン)

→農業体験ツアーについては本当に申
し訳ありません。私としても楽しみにし
ていたのもとても残念です。新企画につ
いては現在検討中ですので、何かさまり
次第誌面などでお伝えします。

(弘津)

がんばれ下宿生

5/15~5/17にかけての日記が谷川名人
(将棋)の寄せのようです。

(ボンセ(大洋))

→谷川名人ってだれですか?まあ、とに
かく白かったんですよ。 (まあしい)

以前に1年間だけで下宿してた時、キ
ムチピラフをつくろうと、スーパーで”激
辛キムチ”を購入してつくってみると、辛
すぎて食べられなかった…。(カネゴン)

→キムチって腐るのかな。(まあしい)

私はカビに悩まされたことはありません
が、米の虫に悩まされたことがあります
。開きの季節ですね。(ガングリオン)

→今現在、砂糖にアリがよってたかって
泣きそうです。もすらが言うには、トウガ
ラシを米に入れると虫がよらないそう
です。 (まあしい)

”かび”って漢字難しいよね。(りん)

→パソコンって便利だよ。(まあしい)

かびについてよく分かりました。

(かき氷)

→あのアンパン…。まだかびないんだよ
なあ…。 (まあしい)

自分も下宿生なので非常に興味深かつ
た。 (キョロちゃん)

→多謝。 (まあしい)

かびと小バエの恐怖が読んでいただけ
で伝わってきました。 (しいな)

→あれはほんとに怖いよ。このあいだ三
角コーナーの封印を解いたんだけど、
やっぱりすごかった。 (まあしい)

みずほの食堂大好き！

いつもはフレ南くらいしか行かないのでよかったです。食堂めぐりでもしようかなあ…。(キョロちゃん)

→その意気です！新鮮なごはんの時間を保証いたします！(みずほ)

理カフェくらいにしか行きません。最近では来る途中、コンビニで適当に買ってすましてます。(K.K)

→理カフェもいいですが、ちょっとお隣の理中にも足を伸ばしてみたいかが？(みずほ)

読んでお腹がすきました。やっぱり食堂はいいですね。私は文学部なので、よく南部やフレ南を利用しています。(しいな)

→文学部だとそうなっちゃいますよね。たまには冒険して北部や理系地区に行ってみましょう！(みずほ)

唐あげラーメン、320円、安い。この金銭感覚うらやましい。(ボンセ(大洋))

→安さも食堂のウリの一つですもの！ぜひとも利用しましょう！(みずほ)

「名古屋に毒されおって。」って…きしめんをばかにするなよ、福井県民!!(←知り合いだから言える台詞ね。悪気はないのよ。私は岐阜県民だし。)(みかん娘)

→うるさいやい岐阜県民!(知り合いだから言える台詞よね)(笑)(みずほ)

昼間の食堂の混雑をなんとかしてほしいです。(さくや)

→私もなんとかしてほしいです。でも、並んででも食べたくなる食堂メニューの魅力は、ご理解いただけただけでしょうか!?(みずほ)

ラーメンにはわりばし。(りん)

→そうですか？私は普通のおはしが好みます。わりばしを使うと何故か口が傷つくのです…。(みずほ)

共済の回覧板

最近、友人が事故でケガをしました。気をつけなければ…。(ガングリオン)

→最近はおのまわりで事故は起こっていないのですが、数年前に知り合いが交通事故で亡くなったときは、いろいろ考えさせられましたね。でも、忘れた頃に起こるのが事故ですから…むずかしいところですよ。(すぎっち)

私、共済に加入してないんですよ。(しいな)

→共済に加入していない人や、加入したかどうかわからない人は、北部厚生会館2階の組合員コーナーまでどうぞ。いざというときに役立てられないと、かなしいですからね。(すぎっち)

早寝・早起き・腹八分 (ボンセ)
予防が大切だと感じました。(さくや)
これ読んで自分の生活を反省した。いやあ、おそろしい。(キョロちゃん)

→この記事を読んで、今後の生活にいかせれば幸いです。反省するだけでなく、実際に気をつけるようにしましょうね。(すぎっち)

睡眠は大事ですねー。私は、夜に足りなきゃ授業中で補うから大丈夫!!(いばるなよ。)(みかん娘)

→こういう記事を書いておきながらいうのもなんですが、最近、睡眠不足がたたってか、体調を少々崩しています…。授業中に眠ることはないように努力しているけれど、なかなか大変です。(すぎっち)

ショッカータイムス

私もアイスが好きなのでおもしろかった。あと、料理も実践しようかなあ…。(キョロちゃん)

→実践して下さい。僕も実践したいです。(みや)

爽は男性向けに開発されたらしくて、後味もよくて、おいしいです。(K.K)

→確かに、男性は一般に甘い者が苦手ですよ。僕は甘いもの大好きですけど。(みや)

自宅生なんですけど、料理の1つや2つ作れないとなあ、と思いました。(しいな)

→下宿生でも、そう思っている人はたくさんいます。僕も自炊ができたらなあ…。(みや)

アイスの食べすぎで凍死した人もいるそう。(ボンセ(大洋))

→衝撃ですね。死なない程度に賞味して下さい。(みや)

アイスって太りにくかったんですか!？初知り!!いや～、これで安心してアイスが食せますわ。嬉しい情報どうもです。(みかん娘)

→では不景気をうち破るべくアイスを食べまくって下さい。(みや)

アイスをたくさん食べるのはきついです。途中から味覚がまひしてきました。(さくや)

→休憩して散歩でもしてからまたアイスを味わって下さい。(みや)

食べ比べのランキングは個人的な意見ではないのか？僕は「爽」が一番好きだ。(カネゴン)

→個人的な意見です。でも、班員6人の総合意見です。(みや)

素朴なイラストが最高。記事もおもしろい。私にもこんな風に記事が書けるでしょうか。(なお)

→ゆくゆく書けるようになるでしょう。仕事さえしてればね。(みや)

Q7: 輪を探している人はどこにいるかな?

Q8: 見るために見えないものをキャッチするのは?

Q9: 消せば消すほど現れるのは?

折り鶴に託すへいわのねがい

きょうみがあったのでよかった。

(キョロちゃん)

→ありがとうございます。特にどのあたりに興味がありましたか？(おーちゃん)

全ての人が平和と思える時代になるといいなあと思います。(しいな)

→本当にそう思います。そのために個人個人が考えていく必要があるんでしょうね。(おーちゃん)

懸賞論文はよいですね。(さくや)
大学と平和か、ムズかしいな。

(ボンセ(大洋))

懸賞論文…沖縄より図書券にひかれる私は、所せん即物主義者…。(みかん娘)
論文書いて見よっかな。(tama)

→このMe~diaが読まれている頃にはメ切は過ぎているはずですが、書いてみましたか？考えることがまずは大事ですが、一度自分の考えを紙にまとめてみるのもいい経験になると思います。

(おーちゃん)

盲導犬企画参加したかったな…。

(なお)

→COOP INFORMATIONにも書いてありますが、当日は多くの人に参加してくれました。アンケートでも盲導犬や身体障害者について考えていただけたことが分かることが書いてあり、非常に良かったと思います。(おーちゃん)

沖縄行きたい。(なお)

オキナワに行きたい!!平和について真剣に考えようと思っています。

(ガングリオン)

→僕が2年前に行った時は、他大学の人と知り合えたりきれいな自然に触れあえたり、もちろん平和や沖縄の歴史について考えたりもできて非常に良い一週間を過ごせたと思っています。ぜひ参加してみてください。(おーちゃん)

くるくるリサイクル

ゴミリサイクルはよいが、名古屋の分別はすごいなあ…とつくづく思う。

(キョロちゃん)

→そうですね、名古屋は日本で一番分別が厳しいらしいから。それも全て環境のためなんですよ。(こいけん)

リサイクルは大切だと思うけど、リサイクルによってより環境が破壊されたり、エネルギーの無駄になる例もあるので、大変です。(K.K)

→そうなんですか？知らなかった～、調べてみたいと思います。教えてくれてありがとうございます～(^0^)(こいけん)

ダイオキシンを出不さないようにするために私達にできることって、いろいろあるんですね。勉強になりました。(しいな)

→環境のために私達ができることって、身近なことからグローバルなことまで色々あると思うんです。些細なことでもいいですから、地球のみんなが環境に優しくなったらいいなあ～と思います。

(こいけん)

なるほどね。(ボンセ(大洋))

→僕も、この記事を書いていて勉強になりました。もっと、多くの人に環境について知ってもらえたらなあ～と思います。(こいけん)

…ダイオキシンはすでに体内に乱入(?)していたのか……。(みかん娘)

→驚きですよ!?!ショックですよ!?!よかった～、僕だけじゃなくて。でも大丈夫!一日の摂取許容範囲量のはずですから。しかし、今後次第ではどうなるかはわかりませんね。怖いことです。(こいけん)

理系には怖いハナシです。(りん)

→ほんとですよ。みんなで、対策を考えていきましょう。(こいけん)

狂乱読書日記

最近本を読んでいないので読もうと思った。(キョロちゃん)

→ぜひ読んで下さい。本を読んでも色々なことを知ることができるし、何よりも楽しいですよ。(ひで)

本好きにはたまらないコーナーですね。(しいな)

→どうもありがとうございます。がんばって書いている甲斐があります。(がい)

野村さん顔だけみると田所さん。

(ボンセ(大洋))

→田所さんって誰ですか？おしえてください。できれば顔写真を送って下さるとありがたいかな。ところで、ペンネームの外国人選手は懐かしいですね。(がい)

22日が今から楽しみー。15%off～でも混むんですよー…。仕方ないですけど。今から買う本をリストアップしておこう。(みかん娘)

→リストアップとは熱意が強く現れてますね。ぜひ、自分の欲しい本をたくさん買って下さい。(がい)

紹介文だけでも、とても良い本だということの方が分かりますね。(さくや)

→そういつていただけると記事を書いている甲斐があります。ぜひ気に入った本があったら読んでみて下さい。どれも良い本だと思いますよ。(ひで)

野村さんの写真…:せめて肩まで載せてあげて下さい。紹介された本、読みたい。けど時間ない。ページ数とかは…?教えてください。(なお)

→今回大嶽さんの写真は肩まで載せました。…野村さんごめんなさい。(がい)

ハンターへの道

ふつうにたのしい。(キョロちゃん)

→楽しいんでくれればこちら楽しいです。(もすら)

区別がつきませんでした。(K.K)

→何とですか? 前回の問題の共通棟と経済学部棟との区別ですか?(もすら)

よく利用する建物です。でも、いごちがよくて、机に座っていると、ついうとうとと…。(しいな)

→図書館はたまにしか利用しないのですが、来るといつも眠気におそわれます。(もすら)

正式な名前は調べんと分からんな。

(ボンセ(大洋))

→これを機会に正式名称を知っていただけでしたか?(もすら)

前回は難しかったですよー。つつーか、タイトル…ま、いっか。半分だし(笑)(あれはしかし、連載はどうなってるのやら…。)(みかん娘)

新生生には難しいのでは。(さくや)

すぐにわかった。普通は先回の問題と出題順が逆じゃないのか?

(カネゴン)

→ごめんなさい。Me~dia4のが難しすぎたようなので6では難易度を下げました。(もすら)

答え言われれば分かる。今回はアレだろ。図書館でしょ。(なお)

→そう、アレです。図書館です。あたりです。(もすら)

なかなか難しいです。(りん)

→これにめげずに、頑張ってください。(もすら)

実は新生生にとって今後難しくなるのでは?(共通と図書館を出したら次は各学部棟にしないと…)(かき氷)

→今回は趣向を変えてみました。新生生も利用しているはずですよ。(もすら)

表紙・裏表紙・編集後記

Me~diaをみつけたらいつも手にとってます。表紙もかわいいし。

(キョロちゃん)

→ありがとうございます。今号から表紙の担当がかわりますが、今後もご期待下さい。(SHO)

裏表紙の雰囲気はほのぼのとしていて好きです。(しいな)

→ありがとうございます、これからはほのぼの路線を目指して頑張ります!

(みずほ)

内容と表紙のギャップがすごい。

(ボンセ(大洋))

→はっはっはっ。よくわからないことをおっしゃる。(SHO)

表紙、猫ですか? かわいいです。らぶりー♡(みかん娘)

→キスする猫ちゃんです。(SHO)

表紙はマウスで描いたとは思えないですね。(さくや)

→苦労しました。(SHO)

今回はいつもと違ってラブリーな表紙でしたね。(ガングリオン)

→ですよねですよね。猫ちゃんバンザイ。(SHO)

裏のおねえちゃん誰?(りん)

→きっとあなたの心の中に存在…しませんね。(みずほ)

ページ下コラム

いつもクイズで楽しんでいます。

(キョロちゃん)

→今回は問題数も増えてます。挑戦してみてください。(SHO)

あなどりがたし。(りん)

→彼らを甘く見ない方がいい(謎)。(SHO)

しまった。問を見る前に答え見ってしまった。(ボンセ(大洋))

→ちゃ〜んと順番通りに読まない人間はハンターにはなれませんよ(チガウ)。(SHO)

おもしろい。(S.B.)

→ありがとうございます。(SHO)

1本の線を引いて2つの三角形を作る。確かにあんな太い線を引けば出来るんだけど…なんか悔しいです。(しいな)

なぜなぜの第4問の解答は線ではないと思いますが…。(さくや)

→私もあの問題はインチキっぽいと思います。今回のはどうでしょう?

(SHO)

なぜなぜ、ハイレベルですね。全問不正解でした。(ガングリオン)

→私ほどセンスないですねえ………というのは冗談ですが、これからは挑戦してみてください。(SHO)



【今号の最後の問題】今回は地理の問題!

Q10: 売る気もない商品で場所をいっぱいにする市とは? これは難しいですよ。地図帳片手にレッツトライです!

ゆうべのひとこえ

けっこうおもしろいネタがありますね。(あきみっくす)

→そうですね。好評で嬉しい限りです。(SHO)

みなさんけっこうかいてますね。(ぼんず)

→お便りがたくさん届くと励みになります。みなさん、ありがとう。(SHO)

挿し絵にも、てるてるぼうずどアジサイに雨が降っていました。今も外では雨が降ってます。梅雨ですねえ。(しいな)

→風の中に雨の匂いが感じられますねえ。(SHO)

おおっ！ 1年生が増えてるっ！！
……なんだか年を感じてしまった……。(みかん娘)

1歳や2歳の違いなので、それほど気にするほどのものでもないはずなのですが、いざ1年生を前にすると「若いな。」なんて思ってしまうから不思議なものです。年は取りたくないものですね。(SHO)

その他

ずっと「み～でいあ」だと思ってました。(あきみっくす)

→正しい読み方はもちろん、「め～ぢあ」ですよ(嘘)。(SHO)

Me~diaでは下宿生に向けてのこととかリアルにかいてくれるのですごくたすかるし、役に立つし、おもしろい。(キョロちゃん)

→ありがとうございます。今後も組合員に役立つ記事を書いていきますのでご期待下さい。(SHO)

そろそろあたんないかな～。(りん)

→図書券ですか？ 今回はあたってたですよ。(SHO)

これから頑張ってください。(ガングリオン)

→はい。がんばります。(SHO)

Me~dia4を読んでから、6が出るのを楽しみに待ってました。前回は気がついたら締め切り日が過ぎてて、アンケートを出せなかったんですが、今回は何とか出せそうです。次回も楽しみにしてます。(しいな)

→締め切り日をちょっとぐらい過ぎてても学生委員会室に直接持ってこれば大丈夫かも…？ それはともかく、楽しみにしてもらえてうれしい限りです。(SHO)



そっか、えは、

7月にな、たさ
七夕ですねー。

というわけで

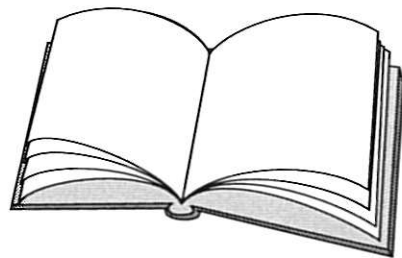
季節もののイラストを...

って、何描いてるんだか

▲みかん娘さんのイラスト



▲tamaさんのイラスト



Me~dia6アンケート回答者(敬称略)

カネゴン	(工・4)
みかん娘	(文・3)
tama	(農・1)
キョロちゃん	(医・1)
ガングリオン	(医・3)
K.K.	(農・1)
さくや	(工・M1)
カネゴン	(工・4)
なお	(経・1)
りん	(理・3)
あきみっくす	(法・1)
ボンセ(大洋)	(教・M2)
しいな	(文・1)
ぼんず	(法・1)
S.B.	(経・1)
ダニー・チュン	(国際開発・M2)


Me~dia 6 アンケート当選者(敬称略)

みかん娘	(文・3)
tama	(農・1)
キョロちゃん	(医・1)
ガングリオン	(医・3)
K.K.	(農・1)
さくや	(工・M1)
りん	(理・3)
ボンセ(大洋)	(教・M2)
しいな	(文・1)
ぼんず	(法・1)

●当選者の皆様、おめでとうございます。図書券は後日発送致します。

<今回のアンケートは14枚でした。>

編 集 後 記

 <p>これが出る頃には梅雨は終わってるのかな？書いてる今はまさに梅雨まっ盛りって感じですごくじめじめしています。さらに困ったことに編集室にあった扇風機が壊れました。そして部屋には人がいっぱいですます暑くなるしいんです。…「名古屋の夏は暑い」とよく耳にします。こんなことでは夏が越せないかもしれません。(ゆき)</p>	 <p>大学生になって初めての夏休みがやってきます。高校とほとんど変わらない長さだと最近になってでも、夏休み明けにテストがあるんですよ。楽しいはずの夏休みが次第に暗くなってきました。が、しかし、そんな夏休みをよりよくする企画が今回のMe~diaにいろいろ載っています。これにより、少しでも皆さんの夏休みが充実したものになることを願っています。お互いに良い夏休みを。(ペー)</p>	 <p>こんにちは、編集部員のふるともです。最近暑い日が多いですね。このあいだ、家でスイカを食べたら、甘くてひんやりしてとてもおいしかったです。家族とみんなで食べたからもっとおいしかったんだろうな。下宿からたまに自宅へかえると、なんだかとてもあたたかさがありがたみを感じます。また家にかえりたいな。(ふるとも)</p>
 <p>ちわっす、るうきいです。自分は海が好きです。どれくらい好きかというと、こんな所に書くほど好きなのです。毎年必ず海へ泳ぎに行っています。しかし今年は行けないかもしれない…。恐ろしい(笑)。さみしいよ～！(T-T) なんとかしよう、というわけで何か秘策を練らなくちゃ！(ノ^ノ) 海はいいよね～海が私を呼んでいる～☆ なんとかして海へ行ってやる。(Rookie)</p>	 <p>今回初めて記事を担当しました。なのに超ハードスケジュールに追われまくりでした。大部分は二人にまかせっきりだったので、文責では一番最後に名前がきます。しかし最近、花火見に行っていないなあ。夏休みは厄介な宿題に追われることになりそうだけど、浴衣を新調して久しぶりに家族で花火大会に行きたいな、と思う今日この頃です。(ふみえ)</p>	 <p>今回、新入りにもかかわらず、花火・食堂大好き・ページ下・そしてこの編集後記に登場しました。記事書きに追われ、名大祭は土曜に友人の模擬店に行ったきり。しまいに日曜日には体調まで崩す始末。精神的にもハードだ…閑話休題、ページ下の続きになりますが、スコアブックはスポーツ店で1500円位で売っています。さあ、高校球児の夏の到来です！(おかちゃん)</p>

Me~dia 7読者アンケートの締切は7月末日です。

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 10は10月9日発行予定です。おたのしみに!!

Me~dia 7(#77) 2001年7月2日発行

発行 名大生協理事会

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

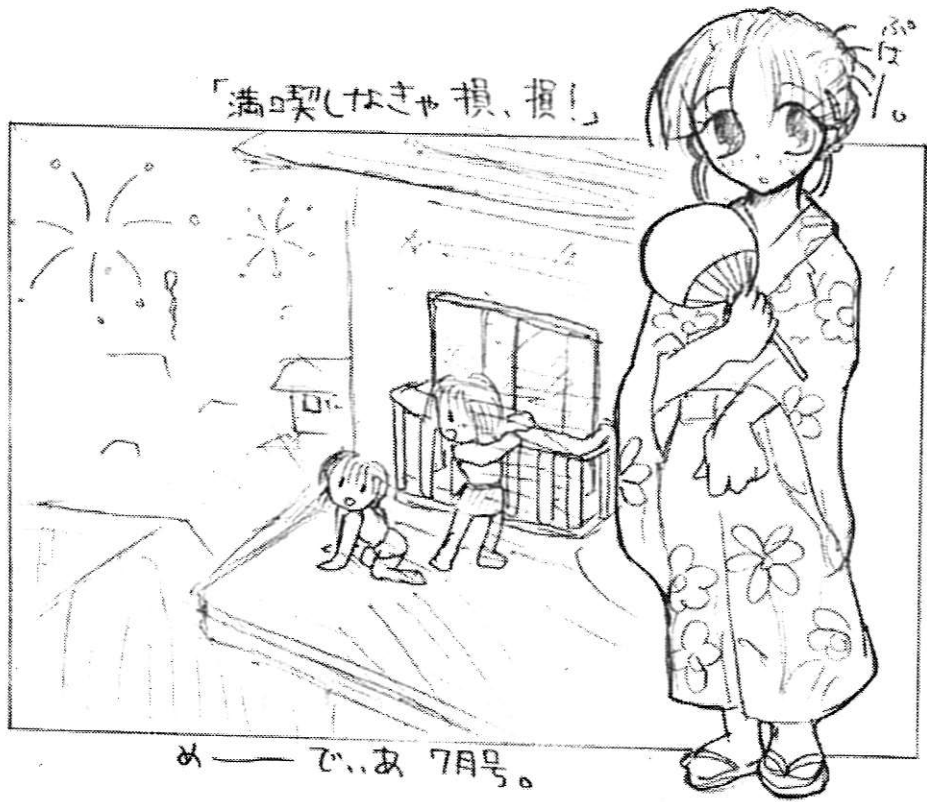


秋田 幸範 富田 裕幸 松尾 涼子 竹下 博之 岩橋 崇 市川 智英 松崎 彰宏
 大西 亜弥 中村 一臣 竹溪 翔 小粥 啓太郎 上杉 春香
 岡田 将行 深谷 文絵 小泉 憲司 浜口 亜矢子 杉本 寛幸 大島 佑介
 杉山 将宏 福成 徹三 佐久間 圭介 藤岡 敏彰 弘津 義範 小森 弘之
 高橋 直子 古川 智子 竹内 匡史 松原 宏 若本 隆司 中西 恵美

印刷 名大生協印刷部

Me~diaは再生紙を使用しています。

Me~dia編集部E-メールアドレス: media@sc.coop.nagoya-u.ac.jp 御意見等どしどしお寄せ下さい。お待ちしております。



ほみ
おん
ぐ

名大生協ニュース「Me~dia」は名大生協学生委員会が編集し、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、意見を頂く場でもあり、また、様々な生活の知恵などを伝える場でもあります。みなさんの意見を反映させ、よりよい生協にしていけるために、ご意見やご感想をお待ちしております。