

発見! あの日の Me~dia

数年前に執筆された「あの日」のMe~diaの記事から、編集部が選んだ特に秀逸な特集記事を復刻掲載するこのコーナー。
今回はどんな記事に出会えるのでしょうか……。

文責：はらり

「発見!あの日のMe~dia」って?

編集部員が過去のMe~diaから選んだ記事を、毎月1つずつ掲載していきます!
紹介している記事を読めば、他の記事も読みたくなること間違いなし!



今回は…… 2014年6月号 から!



PICK UP

めでいのえかきうた

(文責：紅)

アンケートでメディを描きたいけど描けないと思ったこと一度はありますよね。この記事を読めば、誰でも簡単にメディを描くことができます。みなさんからのメディのイラストを心からお待ちしております。
※復刻記事は、フォントが現在と異なっていたり情報が最新のものではなかったりする場合がありますが、それも含めてお楽しみください。

OTHER CONTENTS

- ・特集 和菓子屋
- ・語呂合わせの美学

など

これまでの
あの日のMe~dia

- 4月号 作ってみたい家ごはん
内容：豆腐で作る北京ダックの紹介
- 6月号 600YENの小旅行
内容：名古屋のスポット紹介
- 7月号 突撃!隣の名大生
内容：とある名大生の紹介
- 10月号 紅葉狩へ行きたい
内容：紅葉狩スポット2選
- 12月号 メディ新聞
内容：2014年の名大の振り返り
- 1月号 めでいのえかきうた
内容：メディの描き方紹介

「Web Me~dia」もチェック!

次ページから紹介する過去の記事を読んで、「他の記事も気になる!」「昔のMe~diaってどんなの?」と思ったら、Webで過去のMe~diaを読んでみましょう!
右の二次元コードから過去のMe~diaを読むことができます!



▲名大生協ホームページ
Me~dia デジタルブック版
https://www.nucoop.jp/coop/coop_492.html



学生委員会だより

Nagoya University Co-op Student Committee News

あけましておめでとうございます！みなさん、年末やお正月はどのようにお過ごしでしたでしょうか？筆者は自分の部屋のレイアウトを少し変えて家でも勉強ができるようにしました！おかげで前よりも家で勉強ができるようになったので、この勢いで期末試験も乗り越えたいと思います！

文責：芦澤亮

自転車点検企画を実施しました！ [10/25(金)]

10月25日(金)に自転車点検企画を行いました。本来は10月23日(水)にも実施を予定していましたが、雨天のため中止となってしまいました。25日(金)には、5年ぶりの開催にもかかわらず、多くの組合員の方にご参加いただけました。

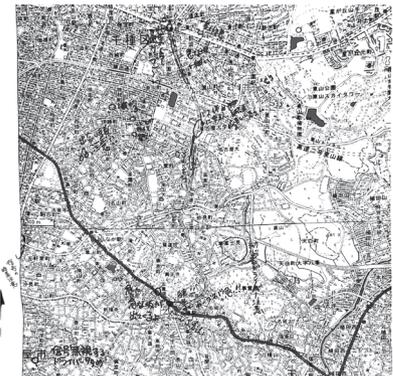
今回のこの企画は共済活動の「予防」のための企画として行われており、自転車の整備不良による事故を少しでも減らしたいという思いから企画されました！

また、企画当日は予想よりも多くの組合員の方が参加してくださり、またやってほしいとの声もいただいたため、ぜひ来年度も開催したいと考えております！今回ご参加いただいた組合員の方に企画についてのご意見をいただきましたので、次回以降の企画の参考とさせていただきます、組合員のみなさまにとってよりよい企画となりますよう励んでいきたいと考えております。

さらに企画の会場では「組合員のみなさまと一緒に作るハザードマップ」という参加型の展示を行いました。名古屋大学周辺の地図に参加者の方が危険と感じた場所を直接書き込んで、ハザードマップを作成しようというものです。企画が終わる頃には多くの書き込みがされており、たくさんの情報が詰まったハザードマップとなりました！
(実際に参加者の方に書き込んでいただいたハザードマップを右側に掲載しております)



▲自転車点検企画実施の様子



▲作成したハザードマップ

けんこうあんぜんセミナーに参加しました！ [11/2(土)]

11月2日(土)に秋のけんこうあんぜんセミナー2024に参加しました。今年のけんこうあんぜんセミナーは「日常的な共済活動から、新学期の共済活動へのつながり」がテーマです。新学学期での加入推進をより自信をもって行えるようにするために、日常の共済活動に積極的に取り組み、健康や安全への意識を高めることの大切さを伝えることを目的として、名古屋工業大学で行われました！

実際にセミナーの中では、「加入・給付・報告・予防」の4本柱を意識しながら、共済について学び合い、語り合いました。より具体的に共済活動について考えるために、それぞれの大学での共済に関する取り組みを発表し合いました。また、お互いの活動について話し合う時間もあり、名古屋大学でまだまだ課題となっている分野や取り組みについて、学ぶこともできました。

さらに、今回のセミナーのテーマである日常的な共済活動から、新学学期の共済活動へのつながりについても学ぶことができました。名古屋大学では新学学期の共済活動(加入)については、ReNUと呼ばれる学生委員会とは別の団体が行っています。そのため今までなかなかつながりを感じることがありませんでしたが、今回の学びを通してつながりとその大切さについて、知り、考えることができました。

このセミナーを機に、名古屋大学でも組合員のみなさまと一緒に、組合員の健康と安全な生活を守っていけるような取り組みを行っていきたくて思っております！



た組通信

たぐみつうしん

た組通信では健康に関する
こと、学生総合共済のこと、
日々活動している中で感じた
ことをお伝えします。

1月号

文責：べに、くるん



↑タヌロー

彼くん！元日だね！あけましておめでとう！！

タヌロー！！あけおめ！
初夢は見れた？



↑彼



え？初夢って1日～2日の間に見るものじゃないの？

え？そうなの？なんか直感に反するなあ……。



調べてみたけど、年越しの夜は寝ない習慣があったことから、元日から2日の朝までの間に見た夢が初夢という説が主流らしい。ただ諸説あるみたい。

そうなんだ！調べてくれてありがとう！でも僕は年越しの夜もちゃんと寝てるから、31日～1日派を貫くよ！



その方が健康的だから良いと思うよ！

参照元：<https://www.edo-tokyo-museum.or.jp/purpose/library/reference/alphabet/5160/> 初夢とはいつみる夢の事か。(2004年)

共済掲示板

名大生が実際に給付を受けた共済金支払い事例を紹介します。

急性虫垂炎

入院 4日

→支払共済金 40,000円

■当時の状況

朝、研究室に行く前に、自宅で腹痛があった。

部活中のケガ

通院 2日

→支払共済金 4,000円

■当時の状況

部活中、グラウンドで膝をひねって痛めた。

歯槽骨骨折

通院 10日・手術あり

→支払共済金 70,000円

■当時の状況

タイ・バンコクで観光中に転倒した。

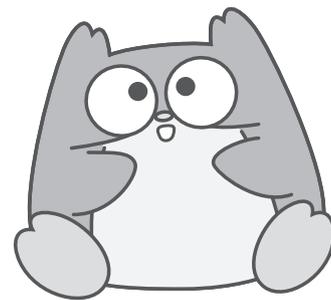
- ・病気・ケガでの入院
- ・ケガで1日以上通院 etc……

上記に心当たりがあったら北部厚生会館1階の組合員コーナーまでお気軽にご相談ください。

※詳しい内容については「CO-OP 学生総合共済パンフレット」をご覧ください。



病気に打ち勝つ！



ミカン摂取のすゝめ

冬と聞いて、こたつの上にミカンという情景を思い浮かべる人も多いと思います。冬の風物詩となっているミカンですが、栄養がたくさん含まれており、そのなかには冬にみなさんが罹りやすい風邪を予防できる効果をもつものもあります！今回はミカンがもつ栄養素についてご紹介していきます。

・ビタミンC

ミカンの栄養素といえば、ビタミンC！というイメージがあると思います。実際にその通りで、ミカンにはビタミンCが豊富に含まれており、一般成人の場合、ミカンを3～4個食べれば1日に必要なビタミンCが摂れるそうです。毎食後に1個+α食べれば完璧ですね！ビタミンCには疲労回復や免疫力強化、ストレス対処能力の強化などの作用があり、風邪などの病気に負けない体してくれます！

・β-クリプトキサンチン

この成分がミカンを黄色にしています。β-クリプトキサンチンには数種類のガンや糖尿病、関節リウマチや動脈硬化、骨粗鬆症の発生リスクを下げる効果があることが研究により示唆されています。これが本当なら、ミカンは夢のような食べ物ですね！ミカン以外では、赤ピーマン、柿、パパイアなどに多く含まれています。

・クエン酸

ミカンが酸っぱい！というときの犯人は、クエン酸です。そこだけ聞くと悪者みたいになってしまいますが、疲労回復に効果があります。それだけでなく、胃酸の分泌を促進し胃の働きを活発にすることで食欲を増進してくれます。さらに、鉄やマグネシウム、カルシウムなどの体に欠かせないミネラルの吸収を高めることも分かっています。酸っぱすぎるのも考えものですが、クエン酸の良い所を知っておくとより美味しく感じるかもしれません。



・ヘスペリジン

ビタミンに似た栄養素です。毛細血管を保護して血管を強くし、脳卒中を予防する効果があるとされています。ミカンの実と皮の間にある白い筋(アルベドと言います)に多く含まれています。ミカンだけでなく、同じ柑橘類のオレンジや柚子などにも豊富に含まれています。冬至には柚子風呂に入るという風習がありますが、それは脳卒中になりやすい冬を乗り越える対策としてはあながち間違っていないのです！

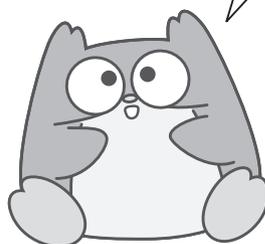
・食べすぎると……

一度食べ始めると止まらなくなるミカンですが、ずっと食べていたら手が黄色くなってしまった……という方も多いのではないのでしょうか？これは「柑皮症」と名付けられています。「症」という字が入っていますが、特に健康に害は無いので安心してください！
どうしても早く色が落ちてほしいと思う方は、ミカンに含まれている成分であるβ-カロテンの過剰摂取が柑皮症の原因ですので、β-カロテンが多いミカンやにんじん、かぼちゃ等の摂取を控えると良いです！

もちろんミカンを食べるだけで絶対に病気になる、なんてことはないよ！適切な睡眠時間、バランスの取れた食事、しっかりとした防寒対策などをすることで、寒い冬を健康に過ごそう！

—参考にしたサイト—

- JAみっかび - 「ミカンと健康」
<https://mikkabi-ja-shizuoka.or.jp/mikan/health/>
- 農研機構 - 「ミカンとβ-クリプトキサンチン」
https://www.naro.go.jp/publicity_report/season/045260.html
- 三ヶ日みかん - 「みかんの酸味成分「クエン酸」とは？」
<https://mikkabimikan.jp/blog/mikan-citricacid>
- ヘスペリジン研究会 - 「糖転移ヘスペリジンとは？」
http://www.ghes.jp/ghes/about_hesperidin/
- 伊藤農園 - 「みかんの食べ過ぎ？「柑皮症」について」
<https://www.ito-noen.com/dictionary/tips/1317>



Me~dia 伝言板

明けましておめでとうございます。みなさんは年末年始をどのように過ごされましたか？筆者は成人式でバタバタしていた昨年とは打って変わり、優雅にドラマを見て過ごした……はず！（この記事を書いているのは12月です）

新年の抱負は？

1月号ということで、新年の抱負を募集しました！筆者の新年の抱負は「健康」です。

● Me~dia 伝言板とは ●

この伝言板は、投稿テーマに関する読者の皆さんからの投稿とそれに対する返答によって、Me~diaを通じて交流するページです。



いつでも人を呼べる家にする！ (花霞)

大掃除後の状態を保つってどうしてあんなに難しいんでしょう……。



春から社会人、楽しむ！ (TFTの人)

新しい環境ってワクワクしますよね！
今後のご活躍も応援しています。



TOEIC チャレンジ！ (ミッチー)

筆者も今年中に何か資格を取りたいです。がんばるぞー！



目指せ、大喜利1位 (ミオシンライダー)

Me~diaは年に6回発行しているので、チャンスは6回です！



授業中寝ない(再) (きつねうどん)

冬は暖房でとくに眠たくなりますよね……。



年内に修論 (大夫丈人)

修論の投稿は他にもありました……。
応援しております！



お正月といえば？

みなさんはお正月といえば何を連想しますか？こたつ、羽子板、お年玉、それから……？



ソシャゲの新春祭（いもり）

ガチャの結果で運試しもできますね！



ぜんざい（東雲）

筆者はもっばらお雑煮ですが、来年はぜんざいでもいいかも……。



初詣（無限ホテルのパラドックス）(SS軌道)

近くの寺社に詣でる方と有名どころに詣でる方、どちらが多いんでしょう？



巫女バイト（TFTの人）

筆者も一度検討したのですが、早起きが辛そうだなと思って諦めてしまいました……。



ごろごろ（PLaS）

結局ごろごろが一番ですね！

注目！

名古屋のおすすめ施設

(MeddyLoid)

新入生に向けて、名古屋のおすすめ施設を募集します！

投稿×切

1月26日(日)

投稿したい方へ

- ・本誌に挟まっているアンケート
- またはWebアンケートの所定の欄へコメントを記入する
- ・×切までに出す



あなたのコメントがMe~diaを彩る!!

文責:終

春の思い出

春は出会いと別れの季節。みなさんは春にどんな思い出がありますか？

4

月号の投稿テーマ
はこちら！



Me~dia Square

ここは前号のMe~diaのアンケートから作られるページ、つまりMe~dia読者のみなさんの声が集まる広場です。
 今もみなさんの心のこもったアンケートを選びすぐってお届けします！

ゆうべのひとこえ

クイズ記事

結構簡単でした。漢字クロスワードでもよかつたかもしれません。(大夫丈人)

やってみると意外と簡単なことって多いですね。機会があれば漢字クロスワードも作ってみようかなあ。(たいしょー)

表紙

サンタさんを持っているメディ??かわいい(きつねうどん)

メディの握力は85kgくらいあるので、だいたいのはつかめます。かわいらしいですね!(ザワ)

特集記事

メディ、再来年頃に年下が入学してくるね(ミオシンライダー)

設定では3才くらいなんですけど、実際には誕生して17年も経っているんですよ!!筆者の1個下……笑(ハル@1年生)

発見!あの日のMe~dia

新聞形式をまた見たい(SS軌道)

この新聞形式、面白いですよ!機会があればこのような新聞形式の特集記事、制作してみたいです。(ハル)

た組通信

運動しようと思いました(いもり)

思い立ったときがチャンスですよ!無理のない範囲で楽しみながら運動できるといいですね。(ザワ)

Co-op Information

書籍15%引き行ってみたいと思います(無限ホテルのパラドックス)

学生にはうれしいですよ!不定期に開催されているので、ぜひMe~diaで情報収集して、毎回行ってみてください!(金田いおな)

Me~dia美術館

~ここはアンケートに描きこまれた絵画を紹介する展示室~
 今回もたくさんさんのイラストありがとうございました!
 いつも編集部一同楽しみにしています。これからもたくさんさんの応募をお待ちしております!!



画:あしたの朝ごはん

大きく手をあげるメディ。寒さに負けない元気さを感じます。



画:きつねうどん

かわいいですね!中身が気になります……。



画:Sいおう日

餅つきをするメディ、とてもかわいいです!



画:ジャムを持参

あの子はメディの友達だったんですか?知らなかったです。



め〜でいあ大喜利

～先月のお題～

降る雪が全部〇〇〇ならいいのにな♪



ほかほか肉まん(花霞)

無限肉まんパーティーができちゃいますね!ウワウ



シマエナガ(いもり)

シマエナガに埋もれたいです……!!!!



CO₂を吸収して温暖化を止めてくれるの(きつねうどん)

暖房をたくさん使いそうな雪国にはぴったりかもしれません!

今月のお題

お正月、鏡餅の上に乗せるなら何?

お正月といえば鏡餅ですよね。鏡餅は橙が乗っているイメージがありますが、たまには違う物に乗せたっていいはず!!
ということで今月は鏡餅の上に乗せたいものを募集します!

Web Me~dia



https://www.nucoop.jp/coop/coop_492.html

過去の Me~dia の記事はこちらから↑

◆Me~dia12アンケート回答者◆

PLaS さん、大夫丈人さん、いもりさん、
マイケルさん、東雲さん、まろんさん、
みさん、ゆーーさん、きつねうどんさん、
無限ホテルのパラドックスさん、花霞さん、
TFT の人さん、SS 軌道さん、タッチーさん、
MeddyLoid さん、ミオシンライダーさん、
たくさん、白の賢人さん、ジャムを持参さん、
シナモンシュガーチュリトスさん、
Sいおう日さん、あしたの朝ごはんさん
以上 22 名

大学生協電子マネー当選者

PLaS さん、大夫丈人さん、きつねうどんさん、タッチーさん、
無限ホテルのパラドックスさん、花霞さん、TFT の人さん、SS 軌道さん、
MeddyLoid さん、ミオシンライダーさん

当選おめでとうございます! 今後とも Me~dia をご愛読ください。

みなさんの愛のこもったアンケート、
編集部員一同、楽しみにお待ちしております!

今月号のアンケート締め切りは
1月26日(日)です。お待ちしております!

文責:らま



漢字抜け熟語

初めてクイズを担当します。ヤマネコです。
 新年最初のクイズは実に9年ぶりとなる漢字
 抜け熟語です。名大にまつわる言葉も混ぜて
 いますので楽しんでいただけると幸いです。

41 **A** 慎

2 48 50

32 54 3 54

47 **D** 23 59

35 49 12

甘 20 15

28 55 25 語

16 58 22 54

43 52 21

20 24 52 航

7 28 44 **C**

1 17 31 異

43 **B** 梟

44 19 半 21

11 寒 32 7

19 63 19 27

36 62 所

24 来 47 14

11 53 11 27

59 進 23 30

31 9 字

3 55 59 33

1 62 晚 25

61 44 61 能

30 行 53

20 18 10 18

2 59 18 秋

41 買 8 5

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 |
| 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 | 62 | 63 |

遊び方

3～7文字の熟語が49個並んでいます。このうち、2回以上使われている漢字を数字に置きかえました！
 同じ漢字には同じ数字が振られています。既に出ている漢字を手がかりにして、分かるところから埋めて
 いてください。また、アンケートクイズの鍵になる言葉にはA～Dのアルファベットを振っています。
 できる熟語はどこかで聞いたことがあるものばかりだと思います。

分かった漢字は左ページの下にある表に適宜書き込んでおくとうきやすいですよ！

今 西
42 60

名 西
42 50 1 6

応 西
40 47 26 56 6 56

衛
34 38 4

園
60 10 5 14

化
6 47 26 38 6 56

自 制
5 36

省
9 58 56 6

療 専攻
45 6 39 6

品
47 45 40

共 品
8 26 17 35

達
34 13 48 56 6 56

村
29 51 37

喘息
32 59 29

崎 研究
33 57 46 12

美
3 54 34

憲
39 57 46 59

球惑
22 4 56 6 56

教 棟
61 6 49

管 職
16 13 45

18 63 51 41 15 37 2

アンケートクイズ

A B C D



◀こちらの二次元コードからも
クイズに応募できます

A～Dの漢字を埋めて答えとなる
四字熟語を作ってください。

ヒント：新年の挨拶です

クイズに正解した方の中から抽選で1名様に
大学生協電子マネー 1,000円分をプレゼントします。



12月号の答え合わせです！

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|----|---|---|
| 1 | メ | デ | 2 | イ | | 3 | ソ | | 4 | ミ | 5 | ソ | 6 | カ | | 7 | コ | タ | 8 | ツ |
| | ダ | | 9 | シ | 10 | ユ | ウ | ガ | ク | リ | ヨ | 11 | コ | ウ | | | | | | ー |
| 12 | カ | 13 | オ | | 14 | キ | タ | | ジ | | 15 | ウ | シ | | 16 | ケ | ル | | | |
| | | 17 | シ | 18 | イ | | 19 | イ | 20 | カ | | 21 | エ | ビ | | 22 | ミ | ソ | | |
| 23 | エ | ク | セ | 24 | ル | | 25 | サ | 26 | ク | ラ | | 27 | パ | ソ | コ | ソ | | | |
| 28 | ビ | ラ | | 29 | イ | 30 | ケ | | リ | | 31 | サ | イ | | ク | | | | | |
| 32 | ス | マ | ホ | | 33 | イ | ソ | ス | リ | ソ | | 34 | シ | キ | 35 | イ | | | | |
| | | ソ | | 36 | カ | ソ | | マ | | 37 | ミ | 38 | ケ | | 39 | ネ | ソ | | | |
| 40 | ダ | ジ | 41 | ヤ | レ | | 42 | マ | ス | 43 | ク | | 44 | ア | 45 | カ | ソ | コ | | |
| | | 46 | ユ | ミ | | 47 | イ | ル | | 48 | マ | 49 | ゴ | | 50 | ツ | ノ | | | |
| 51 | ケ | ウ | | 52 | サ | ソ | | 53 | コ | | 54 | シ | 55 | シ | | 56 | ヒ | 57 | ユ | |
| | グ | | 58 | カ | ル | チ | 59 | ヤ | ー | シ | ヨ | ツ | ク | 60 | ク | | | | | ウ |
| 61 | ツ | ラ | ラ | | 62 | キ | リ | ソ | | ク | | 63 | ツ | ギ | キ | | | | | |

○ 12月号「クロスワードに挑戦
2024 歳末の陣」の答え○

答えは分かりましたか？正解はこちら！

タカラクジ

みなさんは年末ジャンボ買いましたか？
筆者は1つも当たりませんでした！

当選者とアンケート×切

大学生協電子マネー 1,000 円分の当選者は……

いもりさん

おめでとうございます！

今月号のアンケート締め切りは、

1月26日(日)です。

ふるって応募ください!!

文責：ヤマネコ



編集後記

表紙

部屋の中が寒すぎて、読書にしても、スマホをいじるにしても、なんでも布団の中でしてしまいます。暖かくて最高です。

(ハル)

あの日の Me~dia

最近、保護猫の一時預かりを始めました。まだ警戒されていますが、いつか甘えて膝の上に乗ってくれることを願っています。

(はらり)

特集記事

2025 年が始まりましたね！ 2025 という数字を聞いて真っ先に平方数を思いつく自分が怖いなど最近感じています。

(たいしょー)

Me~dia Square

今回初めて Square の記事を担当させていただきました！ 2025 年もみなさんのアンケート回答を楽しみにしております！ (らま)

Me~dia 伝言板

久しぶりに Me~dia 伝言板を担当しました！ 2025 年も楽しい Me~dia をお届けできればと思います。お楽しみに！ (柘)

Co-op Information

まもなく長期休暇ですね。僕は、忙しくなる来年を見越してこの春休み中にたくさん遊んでおきたいと考えています。(藤井竣也)

目次

1 月と言えば共通テストですね？ 筆者も共テを受けたので、懐かしく感じます。みなさんは試験の思い出がありますか？

(あおぱんだ)

クイズ

結構ボリュームのあるクイズを作っていました。ちなみに熟語の中のどれかに筆者の出身場所が混ざってたりします。

(ヤマネコ)

総代 Report

先日、初めて高速バスで大阪まで行きました。なんと大学生協経由で予約すると割引があります！ 皆様も遠出の際はぜひご利用を！！(柘)

アンケート締め切り日は

1月26日(日)

次号発行は

4月1日(火)

た組通信

初めて記事を書かせていただきました。想像よりも考慮点が多くて大変で、記事を作る人ってとてもすごいと改めて感じました。(べに)



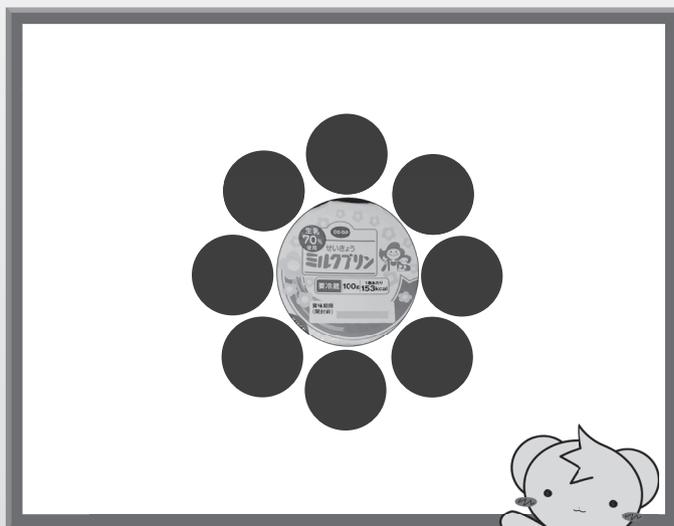
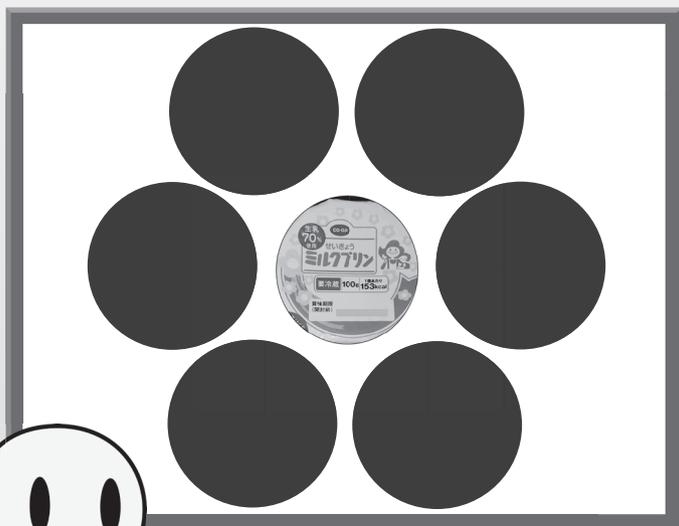
ミルクプリンとは

「原料を無駄にしないように」という声から生まれた
「食べる牛乳」！生協店舗で購入できます！

ミルクプリンについて詳しく知りたい方はこちら→



< デルブーフ錯視 >



< エビングハウス錯視 >

錯視について詳しく知りたい方は p.5 をご覧ください



名大生協ニュース『Me~dia』は、名大生協・学生委員会・総代・副総代の活動をみなさんに伝えるフリーマガジン（無料配布誌）です。生活の知恵、生協の活用法の紹介を通じて組合員のみなさんによりよい大学生活を提案します。みなさんの意見を反映させ、より名大生の生活に密着した内容にしていきたいため、本誌アンケートにご協力をお願いします。みなさんのご意見、ご感想をお待ちしております。