

# STUDENTS

つくばスチューデント

2007年11月号



第31回秋季スポーツ・デー

2007 筑波大学安全キャンペーン週間の実施  
12月1日（土）～7日（金）

第33回雙峰祭報告

第31回秋季スポーツ・デー結果報告

卒業生だより

学群・学類だより

インターネット版つくばスチューデントURL  
<http://www.tsukuba.ac.jp/campus/students/>



筑波大学  
University of Tsukuba

# 2007筑波大学安全キャンペーン週間 「安全か？筑波まるごと∞問い直そ！」

期間：12月1日（土）～7日（金）  
共催：学生生活支援室，セーフティプロジェクト

大学における学生生活支援充実化の一環として、事件および事件に対する予防対策を中心とした啓発活動を12月第1週に「安全キャンペーン週間」として実施します。期間中、下記の通り学内随所にてキャンペーンを行いますので、ご協力ならびに積極的なご参加をお願いいたします。

## 「防犯講習会」

日 時：12月5日（水）17：00～18：45

会 場：大学会館ホール

### プログラム：

「安全ポスターコンテスト2007表彰式」 (学生生活支援室)  
「学生に係る各種勧誘トラブルについて」 岡田美枝子（つくば市消費生活センター相談員）  
「犯罪から身を守るために—護身術紹介」 小藺文夫（つくば中央警察署生活安全課長）  
※学生参加者には防犯グッズを配布します

## 「交通安全指導」

日 時：12月3日（月）11：30～12：15

大学会館および中央図書館付近のペDESTリアンデッキにて、交通安全指導に関する資料を配布します。

## 「防犯パトロール」

日 時：12月3日（月）18：00～

5日（水）21：00～

7日（金）18：00～

学内のパトロールと危険箇所の実情把握を行います。なお、ボランティアを募集しておりますので、ご参加いただける方は下記まで集合場所等をお問い合わせください。

連絡先：総務・企画部総務課業務企画係  
e-mail: safety@sec.tsukuba.ac.jp

## 「安全ポスター展」

期 日：12月1日（土）～7日（金）

会 場：第二エリア食堂内

## 「安全のしおり」STUDENTS安全特集冬号

学内食堂，スタンドにて配布

## 「安全のしおり」ダイジェスト版

学内食堂テーブルに配置

二〇〇七筑波大学  
安全キャンペーン週間

安全か？筑波まるごと∞問い直そ！  
2007年12月1日(土)～7日(金)  
学生生活支援室&セーフティプロジェクト

筑波大学  
University of Tsukuba

## 心理学類の発足と新教育課程

一谷 幸男（人間総合科学研究科 教授）

### 学期完結2単位授業に

心理学類の誕生に伴い、カリキュラムの基本的な構造が大きく変わりました。心理学類で開講するほとんどの専門科目を、講義、演習にかかわらず2単位の学期完結授業とすることになります。つまり2時限続きの授業とし、その学期内で終了するのが基本となります。現在はまだ新学類生が1年次のみのためその全貌が見えていませんが、来年度の授業からそれがはっきりと現れてきます。

すでに全学の総合科目をはじめとして1学期毎の学期完結授業が多くなってはいるのですが（この場合は1単位の学期完結）、従来の人間学類心理学専攻では、通年3単位の授業が原則でした。通年の授業はそれなりの長所もあり、それを残したいという意見もあったのですが、心理学類のカリキュラムでは、人間学群コアカリキュラムが設置されることに合わせて、もう一度それぞれの専門科目の必要性、履修すべき年次、授業内容を根本的に見直し、コンパクトにするとともに、期間的にも1学期の中で完結させ、またそのことによって必要な科目を新設しやすくしました。いろんな資格を取得する際の（といっても心理学で取得できる資格は数少ないのですが）必要単位数の確保にも、2単位毎の方が効率的である点も長所です。

基本的な構想は、必修事項を1年次にしっかりと修得し、コアカリキュラム（教育学、心理学、障害科学、キャリアデザイン入門など）を学びながら、心理学で必須である方法論や心理統計学を、1年次のうちに履修してしまうというものです。そして2年次以降はこれまでよりもずっと自由度を増し、基礎的な実験、講読科目がある以外は、学生の志向に応じて学期ごとの完結した専門科目を選択できるようにするという事です。

また本学では毎年3月初めまで授業期間が食い込むため、3年次3学期の授業については、就職活動が始まることを配慮して、必修実験科

目が2学期までに終了するように工夫していません。

### 人間学類生にとっても

専門科目の学期完結型化は、現在の人間学類生（2年次以上）にとっても無関係のことではありません。来年度は18年度以前の入学者が受講する専門科目も2単位毎の授業計画で再発行しますので、最初は戸惑うかもしれませんが、時間割を組む上での自由度はかなり大きくなるはずです。

通年の授業に慣れてしまった皆さんには、毎回の授業の進行が速く感じるかもしれません。当然のことで1回の授業は75分の2コマ続き（150分）ですから、準備する教員の方ももちろんですが、受講する皆さんもそれなりの心構えで参加する必要があります。私たち心理学類の教員は、それぞれの科目で講義する内容をもう一度吟味、精選することになりますし、それによって短期間で集中的に講義し終える計画で準備しています。大枠は整いましたが、細かいところはこれから皆さんの要望や意見を取り入れながら運営することになります。自分たちのためにも、後輩のためにも、学期完結2単位授業を経験した学類生皆さんの授業に対する意見をお寄せください。

坂本 考弘（平成18年度第三学群情報学類卒）



### はじめに

私は今年3月に筑波大学第三学群情報学類を卒業しました。現在は大学院に進学し、システム情報工学研究科コンピュータサイエンス専攻博士前期課程1年です。学群生としての4年間について、また大学院とこれからについてお話しします。私の大学生活は学業とサークル・部活動が中心でしたのでそれについて述べさせていただきます。

### 学業

まず初めに学業について述べさせていただきます。実のところ、私は情報学類に進学したものの、1年次の頃は馴染めていたとはとても言えないものでした。周りにはプログラミング経験者も多く、それまでコンピュータに触れたことはほとんどない私にとっては日々大変でした。もともと私は別の分野にも興味があったため、転学類まで考えたこともありました。

しかし、3年次で主専攻に分かれて医用工学の授業を履修してから、私はその分野に非常に興味を持ちました。その後研究室配属でも医用工学に関する研究室を希望し、配属が決定しました。院生となった現在も同じ研究を続け、将来も情報と医療に関わる仕事に就きたいと考えています。

私は情報学類に進学して非常に良かったと思っています。将来の目標も定まり、今は研究に授業に就職活動へと取り組んでいます。すこしでも今までの遅れを取り戻そうと、研究室の友人と勉強会も定期的に行うようになりました。今は毎日が充実しているのを感じています。

### サークル・部活動

私は大学では卓球同好会・医学卓球部に所属していました。同好会では、2年次から3年次にかけて副会長としても活躍しておりました。3年次まではサークル活動に専念してしまし

た。経験者・初心者問わず混在しているサークルであるため、広い視野を持つことができ、人間関係として非常に充実していたのを感じていました。研究室に入ってから、かかわる時間が少なくなりましたが、今でも仲間と飲み会や遊び等を楽しんでいます。筑波大学は多くの人が一暮らしをしているため、このように仲間とすぐ会うことができるのは素晴らしいことです。都心の大学では味わうことのできない経験であると思います。

### おわりに

上にも述べたとおり、筑波大学は都内の大学とは多少異なると思います。一人暮らしの人が多いため、友人との距離が近い分大学生活での多くの思い出が共有できますし、研究も非常にしやすい環境にあります。勉強会も近いからこそし易いのだと思います。学類生のみなさんはぜひこの素晴らしい環境を活かしてほしいと思います。

ただひとつ気になることとしては、その環境のために筑波大学内に閉じこもってしまいがちにもなります。私は今年インターンシップ等の学外活動を通じてそのことを痛感しました。みなさんもたまには学外との交流にも目を向けてみるとよいかと思います。

長文となりましたが、みなさんが私の経験から何か感じてもらえたなら幸いです。読んでいただきありがとうございました。

## 就活！就活！就活！就活！

筆脇 晃朗（平成18年度修了 システム情報工学研究科  
知能機能システム専攻）

社会人になって約半年、学生生活が恋しくなってきた私ですが、就職活動で大切だと思ったことを紹介します。

### 人事ではなく、社員をよく見る

いや、別に人事さんが悪いって言ってるわけではないですよ。人事さんはどの会社の方も皆さん気さくで、話しても面白いしいい情報をたくさん教えてくれます。ただ、人事さん以外の情報も重要だと思うんです。

私は会社を選ぶ基準として、社風や雰囲気重視してました。そのため、よく社風や雰囲気について質問していたのですが、人事さんから返ってくる言葉はどの会社も似たり寄ったり…。「自由な社風で雰囲気は明るいです」みたいな。しかしセミナーなどにきている社員の方と話す、会社によって違う違う！どう考えても自由で明るい会社に勤めている社員とは思えない人から、自由すぎるんじゃないかと思う人までさまざまです。

そのため、私はセミナーなどでは毎回社員の方と話してました。実際に自分が希望している職種の方のお話や、肌で感じとれる会社の雰囲気は、私の会社選びにおいてかなり役に立ちました。（もちろん人事さんからの情報も役に立ちましたよ）

### なんだかんだ言って、やっぱり面接

これは私が調べた職種（情報系や工学系）に限ることかもしれませんが、最近の企業の採用では面接が重視されていると思います。面接のない会社はないんじゃないでしょうか。私が受

けた会社では、筆記テストは足切り程度で、面接で選ぶという感じの会社が多かったです。

私が面接で重要だと思ったのは、以下の5点です。

- ・熱意をもって話す
- ・質問に対して的確に答える
- ・同じことばかりを言わない
- ・会社が求める人材を理解する
- ・面接に慣れる

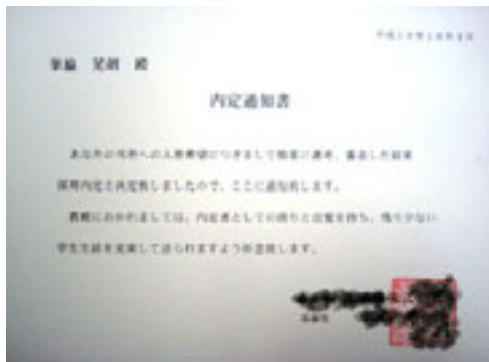
これらは当たり前のようですが、緊張すると自分の言いたいことばかりを言って、質問に対して的確に答えていなかったりします。

緊張したりして面接が苦手な人は、練習しましょう。誰でも場数を踏めばそれなりにしゃべれます。友達同士で面接するもよし、練習のためだけに採用の早い会社を受けるのもいいでしょう。私も練習のために全く行く気のない会社を受けました。（ほんとゴメンナサイ）

### お金は大切

これはずばり交通費です。つ〇ばエクスプレス、けっこう高いですよー。就職活動で何度も都心に行っていると、交通費だけでウン万円になります。今後の人生を左右する大事な就職活動です。「このセミナー行きたいけどお金がない」ということのないよう、しっかり蓄えておきましょう。

ちなみに、社会人になってもお金は大切です。そんなお金を、自分が行きたいと思う会社からいただけるよう、就職活動がんばってください！



## 耳学問のススめーある研究者の後悔一

田村 一軌 (社会工学研究科OB 財団法人鉄道総合技術研究所  
輸送情報技術研究部 交通計画研究室勤務)

佐藤 圭介 (システム情報工学研究科OB 財団法人鉄道総合技術研究所  
輸送情報技術研究部 運転システム研究室勤務)

### 自己紹介

**田村 (右)**: 社会工学類都市計画専攻から社会工学研究科 (現システム情報工学研究科社会システム工学専攻) へ進学, 2003年に博士課程を修了し今の仕事に就きました。学類時代にはサークルの立ち上げに参画するなど学生生活を楽しましました。実習や卒論で夜中まで仲間と議論や作業をしたことはとてもいい思い出です。

**佐藤 (左)**: 社会工学類経営工学専攻からシステム情報工学研究科社会システム工学専攻に進み, 修士号取得の後, 現職に就きました。社会人としては2年目です。就職前後とも一人での研究がほとんどですが, 鉄道に詳しい人が多い現場で様々な人から色々と学んでいます。

### こんなことやっています

**田村**: 主に交通流動解析を担当しています。鉄道もIT化が進んでおり, 自動改札機などの各種機器によって日々膨大なデータを収集することが可能になりつつあります。しかしこれらのデータは十分に活用されているとは言い難い状況ですので, GIS・統計分析などのツールや手法を駆使してこれらのデータを分析しています。成果を鉄道会社の施策に反映させ, それを通して社会に貢献することが目標です。

**佐藤**: 現在の業務は, 鉄道乗務員の運転スケジュールや車両基地の最適配置などの研究です。大学・大学院で専門とした数理最適化 (数式で記述された制約条件を満たすなかで, 目的関数を最大化または最小化する変数の値を探す学問) を応用した仕事ができることはとても幸せで, 充実した生活をおくっています。

### もっと幅広く勉強しておけばよかった

**佐藤**: 学生時代を振り返ると, (特に学類時代は) 留年しなければいいやという気分で自堕落な生活を送っていました。単位も所属専攻の授業でかためていたため, 最近になってそのツケが回ってきています。例えば職場でお客様の利



佐藤

田村

便性を考えたダイヤ編成について議論したときがあったのですが, 利便性を経済学的効用として考える, お客様の動きを確率モデルやシミュレーションでとらえる, など活発な意見が交わされたなかで, 私はこれといったアイデアを出すことができませんでした。「引き出し」が少ないことを痛感しました。

**田村**: 僕も旅客行動を分析するとき心理学や経済学を勉強したいと思うのですが, 働きながら新しい知識を身につけるのは大変です。最初の敷居が高いから大学の講義でも受けたいところですけど, なかなかそうも行かないです。そういうとき思い出すのは筑波大学では他専攻や他学類・他学群の講義を自由に履修できたし, 各分野に優秀な先生がいらっしやっただということ。すぐ近くに質問できる先生がいるというのはホント幸せなことですよ。もっといろいろ聴講すればよかったと後悔しています。

### みなさんへ

**田村**: 自分を狭い専攻や学類の枠に押し込めようとせず, 多くの分野の知識を吸収し自分のポテンシャルを高めてください。耳学問でもそれが後々役に立つことは多いです。

**佐藤**: 私の後悔がみなさんへのメッセージになるかと思います。弓道から現代思想特講Ⅱまで広く学べる学校はなかなかないので, ぜひ色々な分野に触れてみてください。

近藤 秀春 (筑波大学ねっしー・自然教育研究会 会長  
工学システム学類 3年)



こんにちは、ねっしーの近藤です。今回は、サークル名からは予想できない、僕たちの活動内容を紹介していきたいと思います。

### ねっしー??

スコットランドのネス湖で目撃されたとされる、未確認生物ネッシー (Nessie) とは一切関係ありません。自然教育研究会を英訳したときの Nature Education Club の頭文字 NEC をねっしーと読んで、名付けられました。大変親しみやすい愛称で、大学生・親御さん・子どもから「ねっしー♪」って呼ばれています。

さらに親しみやすいように、全会員に“ねっしーネーム”というあだ名がついています。

### 主な活動内容

2ヶ月に1回程度、つくば周辺の子どもたちを募集してキャンプ・探検・自然観察などのイベントを行っています。規模はだいたい大学生20人・子ども20~30人程度で、場所はゆかりの森やふれあいの里といった、自然がたくさんある場所です。今年度行ったイベントは下の通りです。

- 4月 ねっしーとぼかぼか春の探検隊  
ふれあいの里で壮大なウォークラリー
- 6月 みんなでさがそっ☆  
虹のむこうのケロケロ王国  
梅雨ということで、ゆかりの森で蛙をテーマにした遊び
- 7月 ねっしーの夏キャンプ2007  
~思い出つまった夏の地図~  
栃木県民の森で3泊4日の壮大なキャンプ
- 10月 ねっしーの広場in雙峰祭  
からくりや工作広場, 松ぼっくりパチンコ

普段は、週2回(月・金)ミーティングでイベントの内容についてみんなで話し合っています。

### ねっしーの醍醐味

ねっしーの楽しいところはたくさんあります。例えば、子どもと思いきり遊べることです。無邪気でやんちゃな子どもたちと遊んでいると、子どものころを思い出して、ついつい夢中になってしまいます。また、自分がやりたいと思ったイベントを実現できることです。ミーティングで、「こんなイベントをやりたい!」と話を持ちかければ、みんなが前向きに議論し、本格的なイベントをつくることができます。

### そのほかの活動

長期休みや週末を利用して、合宿・遊びに行きます。今年度は新歓合宿、長野合宿、夏合宿などがありました。

また、サークル内でのスポーツも盛んで、スポデーに出たりしています。サッカー、テニス、バレーなどが人気です。

とにかくみんなアクティブで仲良しなサークルです。

### 最後に

今回ねっしーの活動に興味をお持ちになった方がいましたら、ぜひ遊びに来てください。少し抵抗がある方は、ホームページ閲覧からでもかまいません。

ねっしー

### ☆ミーティング☆

毎週月・金 19:00~@文化系サークル会館1F



# 雙峰祭を終えて

近藤 正英（学生生活支援室課外教育部会 人間総合科学研究科 講師）

去る10月6, 7, 8日の3日間にわたって、第33回筑波大学学園祭「雙峰祭」が行われた。

本年度は、初日、二日目と好天に恵まれ、また、三日目は午前中からあいにくの雨天となったものの、午後には天候も回復し、後夜祭は予定通り中央図書館前広場にて盛大にとり行われた。3万人にも及んだと推定される来学者を、大きなトラブルなく迎えることができ、すばらしい学園祭だったといえよう。このような成功は、学園祭実行委員会の皆さんをはじめとして、多種多様な企画を実施した皆さんら、すべての参加者の努力の賜であり、この場をかりて、ここから、「ありがとう」と「おめでとう」をいいたい。

本年度は、つくばエクスプレス開通後入学の二年生と学群改組後入学の一年生が主体となり、テーマとして、そのものズバリ“『新』筑波世代”が掲げられた。例えば本部企画では、「新世代ディスカッション〜ツクバ発ベンチャーと新しい製品を考えよう!!〜」として、「筑波大学発ベンチャー企業と話し合い未来の携帯電話を一緒に考える」が行われ、まさにこれからの筑波大学の発展の在り方がフィーチャーされるなど、学園祭を通じての“新しい筑波大学”の情報発信が行われた。

今年度の新しい試みとしては、“美しさ・知性・体力・ユーモア、これらをすべて兼ね備えた『雙峰娘（そうほうむすめ）』”を選ぶ、「雙峰っ娘純情☆（そうほうっこじゅんじょう）」が行われた。これは、その選考の過程を通じて、学園祭への参加者・来学者に楽しんでもらい、学園祭を活気あふれるものにするという趣旨の企画であるが、いわゆる「ミスコン」と受け止めることができるものでもある。

「ミスコン」に関しては、ポピュラーなイベントである一方で、ジェンダー・イシューとしてとらえられる向きもあり、社会的には多種多様な評価が行われてきているといえるだろう。大学学園祭に限っても、伝統的に盛大に行

われている大学もあれば、論議をよんで企画を中止する大学もある。筑波大学では過去数年にわたってこのような企画の実施が議論されてきたうえで、本年度の学園祭実行委員会は、二度にわたって全学を対象としたアンケート調査を行い、さらに、全学学類・専門学群代表者会議や学生生活支援関係教職員との意見交換を通じて、企画内容をブラッシュアップするという過程を経て実施された。松見池ステージや後夜祭会場での「雙峰っ娘純情☆」盛り上がりを見ると、企画意図が実現されていて何よりであったと思われるが、個人的にはこのような結果よりも、学内でのコンセンサス形成の過程を評価したい。いずれにしろ、来年度以降の在り方を考え続けていくことが必要だろう。

最後に今後の学園祭への期待としては、大学院生が学内で大きな位置を占めるようになった現状を考えると、大学院生のより積極的な参加が望まれる。



# 雙峰祭が終わって

堀 あゆみ（2007年筑波大学学園祭実行委員長 比較文化学類 2年）

第33回雙峰祭が終わりました。学園祭実行委員会委員長として祭について考え続けてきたこの1年間、幾度も実感させられたのが「たくさんの人に支えられて、この祭は成り立っているのだ」ということです。どんな物事もたくさんの方の力により成り立っているという事実は、当たり前といえば当たり前です。そうわかっていながらも、祭という現実が私の目の前に立ち現れたとき、この事実を肌で感じた気がして、いいようなない感動を覚えたものです。学園祭に関わった全ての方々に感謝の気持ちを伝えたいと強く思います。

今年の学園祭を一から組み立てていくにあたって、まず話し合わなければならなかったのが「体芸地区をどうするか」という問題についてです。今も工事が続く5C棟の周辺を学園祭の会場として使用するのには適切なのかどうか。迷った末に私達は、体芸地区を学園祭会場とし、屋外には様々な調理企画を配置し、5C棟・6A棟屋内にも可能な限り企画を配置するよう努めました。幸いなことに、当日の体芸エリアは大層な賑わいをみせ、多くの人に楽しんでいただけたようです。

実務的な事項だけではなく、理念的な事項についても話し合わなければならぬ。そもそも学園祭は何のためのものなのか？そこから端を発し、私達は学園祭のテーマという問題にも取り組みました。雙峰祭の第一の目的を「学園祭に関わるすべての人が、筑波大学の良さを共に感じる」こととおき、その実現のために学園祭実行委員会は学園祭をつくるのだと改めて確認しました。そしてテーマは「その年の学園祭のオリジナリティーを示すためのもの」であると、また多くの学生に学園祭への関心を持って



もらいたいという思いから学内公募を行いました。そして選ばれた『新』筑波世代』というテーマが生まれました。新しさをまとっていく筑波大学のイメージを言葉にしたこのテーマ、みなさんにどう感じていただけたでしょうか？今年の学園祭を象徴する存在として、このテーマをみなさんに思い返していただければ幸いです。

準備を進めて進めて…あつという間に訪れた当日3日間でした。今まで関わってきた企画団体の方々が生き生きと声を張り上げる様子を眺めるたび、万感の思いがこみ上げました。来場者の数が増えてゆくのを間近に見るたびに喜びがはちきれそうでした。まだ記憶が鮮明によみがえります。3日目は残念ながら朝からぐずついた天気で、なかなか屋外企画の決行の判断を下すことが出来ませんでした。ずっと待っている企画の方がいる、ということに認識しつつ、「まだ雨が上がらないので調理企画は出来ない」と言うのはとても辛かったです。しかし、15時頃に晴れ間が見えるようになり、ついに屋外での調理が可能な天気となりました。全体に放送を流したとたん人、人、人…どこに隠れていたんだろうと思わせるほど、多くの人々が外に出てくるのでした。この日ほど、祭が生まれ出る瞬間というものを肌で感じた日はありませんでした。皆の心の奥底に「祭をやりたい！」という強い欲求があるのだ、だからこの祭は成り立ったのだと、学園祭最後のこの日に強く感じました。

学園祭にご協力いただいた皆様に、今一度感謝いたします。来年の学園祭にも、どうぞご期待ください！



## 第31回秋季スポーツ・デー結果報告

古賀 亮佑 (第31代スポーツ・デー学生委員会委員長  
工学システム学類 3年)

秋とは思えない程の暑さの中、10月20日、21日に第31回秋季スポーツ・デーを開催しました。前日の雨が嘘のような快晴は、まさにスポーツ日和でした。毎年一万人以上の人々に参加してもらっているこのスポーツ・デーは、今年もたくさんの人々に支えられ、大成功と言えるものだったと思います。御協力本当にありがとうございました。当日は選手の笑顔、学生委員の笑顔どれを見ても素晴らしいものでした。

私事になりますが、私にとっては今回が6回

目のスポーツ・デーであり、学生委員として関わる最後のスポーツ・デーでした。この3年間は、たくさんの先輩や友達、後輩のおかげで忘れられないものになりました。そして、この出会いは一生自分を支えてくれると思います。私はこれで引退となりますが、まだまだスポーツ・デーは続きます。

今後とも、ご指導ご鞭撻の程よろしく申し上げます。



# 結果報告

## 正式種目上位入賞チーム・ペア

種目	部門	優勝	準優勝	3位
サッカー	男子	homeostasis	田中西嶋研究室	FCゲゼル 体育科教育学
	女子	ネルフ作戦本部	岬太郎ものがたり	高桑組 筑波マリーズ1988
バレーボール	男子	チーム田中	ゆにばれ	しいくわさあ☆ ハイペリオン系
	女子	7PIECE☆桃組	5C114は圏外	ゆにばれ 手羽先肉だんごりらII
バドミントン	男子	薬師寺・土肥	横川・三井	中村・齊藤 立田・溝口
	女子	蛭田・深田	阿部・大谷	中村・木戸口 名取・新田
	混合	及川・小泉	深井・水口	土方・村上 木内・リュウ
駅伝	男子	マダムキラヨネダ	美女と愉快な野獣たち	チョーローズ
	女子	のんと愉快な子供達	にやーにやーにやー	同好会r
	ミニ	つくとう	THE井上	道広の弟子
ソフトテニス	男子	平山・石黒	和田・安中	斎藤・遠藤 藤本・松山
キックベース		Fujiイース3	体育科教育学	ツンデレ湿地帯 BOSTONホットドックス
卓球		神谷・新保	小野瀬・坂本	石川・青木 大塚・中妻

## 参加者数およびチーム数

正式種目	部門	チーム数	参加者数
バドミントン	男子	44	88
	女子	18	36
	混合	28	56
サッカー	男子	125	1020
	女子	7	52
キックベース		68	628
バレーボール	男子	80	609
	女子	20	135
ソフトテニス	男子	28	50
	女子		
駅伝	男子	23	124
	女子	5	22
	ミニ	19	61
卓球		58	116
小計		441	2997
ミニサッカー			210
ストラックアウト			120
サーブイエース			65
サッカーバレー			38
シットティングバレー			21
3 on 3			105
スピードボール			82
スピードガン			209
雪合戦			103
キックターゲット			91
サークル企画			360
SD選手権	25	102	
小計			1506
合計			4503





## 連載：キャンパスの木々（6）

### スダジイ (*Castanopsis sieboldii* (Makino) Hatsusima ex Yamazaki et Mashiba)

上條 隆志（生命環境科学研究科 国際地縁技術開発科学専攻 講師）

ケヤキやブナなどの落葉広葉樹は冬に完全に葉を落としますが、今回紹介する常緑広葉樹のスダジイは、表面に光沢のある緑の葉を一年中茂らせています。筑波大学を取り囲む周辺緑地には、同じく常緑広葉樹であるシラカシとともに、スダジイが少数ながら混生しています。また、大学正門の西脇の樹林でも見られます。スダジイは葉の裏側が銅色をしているのが特徴で、下から樹冠を見上げた時の色合いが、緑色をしたシラカシと大きく異なります。

#### スダジイの分布

スダジイはブナ科クリガシ属に属しています。世界的にみるとこのクリガシ属は、中国南部や東南アジアの山岳地域に分布しています。日本では西南日本に分布の中心があり、分布北限は、日本海側では新潟県佐渡島、太平洋側では福島県の沿岸部となっています。スダジイの自然林は西南日本の沿岸部に広く分布していたと推定されますが、伐採などの人間活動のため残存している自然林は少ないのが現状です。それでも、伊豆諸島の御蔵島、対馬の竜良山、屋久島の愛子岳などには、伐採を免れたスダジイ自然林が存在し、今なお原始的な状態を保ち続けています。

#### スダジイとツブラジイのドングリ

日本のクリガシ属には、スダジイとツブラジイの2種があり、両者をまとめて、シイ（椎）あるいはシイノキと呼ばれます。両者は別種とされていますが、中間的なものも多く存在します。わかりやすい識別点は果実の形になります。スダジイの果実がやや細長く、大型であるのに対して、ツブラジイの果実は丸く小さいのが特徴です（写真1）。この果実はコナラ、シラカシなどのドングリに当たるものですが、これらとは大きく異なる点があります。それは、



写真1 左がツブラジイで右がスダジイ

コナラやシラカシのドングリが生食できないのに対して、スダジイやツブラジイは中身をそのまま食べることができる点にあります。味は淡泊ですが、ほのかに甘味があり、少し炒ると甘味が増します。しかし、シラカシなどに比べると、ドングリの豊作・凶作がはっきりしており、秋に、期待してシイの実拾いに行っても、シイの実がなかったり、しいな（果実の中身がないもの）ばかりということもあります。

#### スダジイの巨樹

スダジイには環境省の巨樹リストの上位に入るものが数多くあります。現在の日本最大のスダジイは伊豆諸島御蔵島にあり、幹回りが13m以上もあります。この御蔵島には他にも多くの巨樹があり、スダジイの巨樹の数も日本一となっています。学内ではスダジイの大木はありませんが、筑波山神社や椎尾山薬王院には立派な巨樹が生育しています（写真2）。また、身近では筑波大学の北にある一ノ矢八坂神社にも、直径が1mに近いスダジイを見ることができます。こちらへも足を運んでみてはどうでしょうか。

#### 参考文献

「みくらの森は生きている 巨樹王国御蔵島からのメッセージ」, 東京都御蔵島役場, 2005.



写真2 スダジイの巨樹

## プチうつ脱出のすすめ

佐々木 恵美（臨床医学系）

今年9月に首相が突然辞任するという事がありました。勝手な推測で恐縮ですが、前首相は心身の不調がありながら、責任感や「自分ももっとやれるはず」という思い込みから休もうとせず、症状を悪化させてしまったのではないのでしょうか。あのまま続けていたら重いうつ病や自殺の危険すらあったかもしれません。

日本のトップを含め不調が起きない人はいません。前首相も身体のサインをキャッチして早めに休養しておけば、突然の辞任には至らなかったでしょう。「自分しかいない」「弱さを見せちゃいけない」と頑張るのは素晴らしいことですが、ダウンしたら責任を果たすどころか周囲に迷惑をかけることになってしまいます。

さて、最近では若者のうつも増えています。その特徴は、前首相のようなお父さん世代の「頑張って燃え尽きて自分を責める」というタイプと違って、どちらかというところ「やる気がなくてストレスを避け他人を責める」タイプが多いといわれています。また、うつだけでなく「いつもより調子がよい」「何でもできる」「睡眠時間が短くても平気」という躁の時期もある「双極性障害」の場合もあります。うつ病だと思っただけで治療を受けていると、躁になって気分が上下して不安定になる事が起きるので注意が必要です。さらに、寒い季節になるとやたら眠くなったり食べなくなったり活動がおっくうになって、動物の冬眠のような状態になる「季節性うつ病」というものもあります。

こうした病気では治療が必要ですが、「そこまでいかないけどプチうつ」「何かすっきりしない」という人も案外いらっしゃるのではないのでしょうか。そのような方は、以下の点から生活を見直してプチうつ脱出を試みてください。

### 1. 朝の日光を浴びる

うつ病で注目される脳の神経伝達物質のセロトニンは、光の刺激が目から脳に送られることで生産が促される性質があります。上述した「季節性うつ病」では、冬に日射量が減ることでセロトニン生成が減少し、脳の働きが低下、空腹感、倦怠感、眠気をきたすといわれています。早朝に光を浴びることは、生体リズムを整え、セロトニンの機能を回復させ、うつを改善する効果があります。

宵っ張りの朝寝坊な人、夜型人間の人、昼夜逆転している人は、要注意。早寝早起きを心がけましょう。目覚ましをかけても起きられない人は、友達や家族に目覚ましコールをお願いしてみよう。

### 2. 夜間に睡眠をとる

アメリカの大学生のある追跡調査によれば、在学中に不眠がちだった人は中年以降うつ病になるリスクが高かったそうです。不眠がうつ病を引き起こすのです。慢性の不眠によってコルチゾールというホルモンの高い状態が続き、脳の神経細胞の傷害やセロトニン受容体の変化をもたらし、うつ病をきたすと推察されています。

質の良い睡眠をとることはとても大切です。寝付きが悪い人は、ぬるめのお風呂にはいる、アロマの香りを嗅ぐ、暖かい牛乳を飲む、などでリラックスするようにしてみてください。「眠れない」と気にしすぎると逆効果です。また、眠れないからといって決してお酒には手を出さないように。アルコールによって睡眠の質が浅くなり、逆に不眠を悪化させます。

睡眠を過剰にとることもうつを誘発するとされています。夜間に7～8時間睡眠をとり、昼寝するなら30分以内が良いでしょう。

### 3. 栄養をとる

セロトニンの原料になる必須アミノ酸のトリプトファンやビタミンB群を摂取するようにします。必須アミノ酸は肉・魚・大豆に含まれ、豚肉はビタミンB群に優れています。無理なダイエットはうつや苛々、思考力・集中力の低下をきたします。バランスよくきちんとした食事をとるよう心がけましょう。

### 4. 軽い運動をする

運動習慣のない人は、ウォーキングや軽いジョギングなどの有酸素運動をしてみましょう（20～60分、週3回位でもOK）。うつ病は脳の前頭葉の機能が低下しますが、運動によってその機能が回復し、セロトニンの合成も亢進して、うつが改善すると言われています。

### 5. 人の評価を気にしすぎない

弱味をみせず強気にふるまう人、人の評価を過剰に気にする人は、自分に自信がないのかもしれない。世の中にはいろんな価値観を持つ人がいますし、人の言うことが正しいとも限りません。その評価にいちいちへこんでいたら何回うつになっても足りませんよね。自分の弱さや欠点を素直に認め、そんな自分も受け入れてあげてください。人に振り回されず、自分で自分を評価することができれば、気持ちが楽になるかもしれません。



ひとりで悩まず 保健管理センターへ

保健管理センター受付 029(853)2410

学生相談室受付 029(853)2415



### ●スキー用具貸出しのお知らせ

「筑波大学課外教育活動用具使用心得」に基づくスキー用具の貸出し（スノーボードはありません）を行いますので、希望者は下記により手続きを行なって下さい。

#### 予約受付期間

平成19年12月7日（金）～  
平成20年3月12日（水）

時 間：9：00～11：45 13：15～16：00

場 所：学生生活課学生支援（1D3階  
スチューデントプラザ）、学生証  
を提示

#### 貸出期間

平成19年12月14日（金）～  
平成20年3月14日（金）

貸出時間：14：00～16：00

返却時間：9：00～11：00

※借用期間は貸出日から返却日まで7日間以内。

12月27日（木）～1月4日（金）及び土曜日、日曜日、祝祭日は予約受付・貸出・返却業務を行いません。

#### 貸出数

80セット

- (1) スキー板 150cm～190cm
- (2) スキー靴 22.5cm～30.0cm
- (3) ストック 105cm～130cm

#### 注意事項

- (1) 電話による予約及び予約状況の問い合わせは受け付けない。
- (2) 予約・借用・返却は本人が行うこと。  
※予約時に学生証を提示、借用・返却時には予約票を持参すること。  
(本学の学生以外には貸し出さない。)
- (3) 用具を転貸しないこと。
- (4) 次に借りる人の迷惑にならないよう、
  - ①借用期間及び貸出・返却時間を厳守すること。
  - ②用具の泥や汚れを落とし、靴は湿気を取り除いて返却すること。
  - ③用具は大切に取り扱い、破損等については速やかに申し出ること。
- (5) その他学生生活課の指示に従うこと。  
(学生生活課学生支援)

### ●日本学生支援機構奨学金返還説明会の開催について

平成20年3月満期予定者を対象に奨学金返還

説明会を以下のとおり開催します。

対象となる学生は、対応支援室の学生支援・教務で関係書類を受領し、当日持参してください。

なお、返還に関する説明会は今回限りとなりますので、必ず出席してください。

日 時：12月5日（水）

15：00～16：30〔開場 14：00〕

場 所：大学会館 講堂

対象者：平成20年3月満期予定の学群生・大学院生

#### 主な説明事項：

- (1) 奨学金返還の重要性について
- (2) 返還誓約書の記載要領について
- (3) 返還方法等について
- (4) 返還に関する諸願・届の手続きについて  
(学生生活課経済支援)

### ●第三エリア食堂がリニューアルオープン

7月から改修工事のために休業していた第三エリアの食堂（大食堂、喫茶、各専門店）が、12月10日（月）にリニューアルオープンの運びとなります。

今回の改修で、喫茶と専門店間の通路部分が新たにフードコートとして生まれ変わり、今まで以上に快適な食の空間を提供できるようになりました。皆さまには長い間ご不便をおかけしましたが、どうぞ生まれ変わった各店舗にお越しく下さい。

なお、残念ながら今回のリニューアルオープンは食堂部分のみとなっています。パン販売は現在の仮設売店（鈴家：3B棟1階喫煙コーナー隣、飯野：3C213情報学類学生控室）で行います。引き続きのご利用をお願いいたします。

また、書籍販売は来年4月からの予定です。  
(学生生活課厚生・宿舎)

### ●オーストラリアにおける夏期英語研修の説明会の開催

留学生センターでは、来年7月から8月の4週間から5週間、オーストラリアの本学学生交流協定校においてホームステイをしながら、大学の英語研修を受けるプログラムを予定しています。

については、下記のとおり説明会を開催しますので、興味のある人は、ぜひ出席してください。

日 時：12月19日（水）13：45から2時間程度



場 所：大学会館 国際会議室

照会先：留学生センター事務室

(留学生センター2階)

☎029-853-6090, 029-853-6089

●教員志望の学生のための人文学類就職説明会

現役バリバリの教員から、それぞれ教育現場の状況や魅力、学校が求める人材さらには最新の教員採用試験など多くの貴重で有益な情報を得ることができます。教員を志望する人文学類の学生諸君はもちろん、他学類の学生諸君も大歓迎です。

日 時：12月6日(木) 15:15~17:15

場 所：第一エリアC棟306教室(1C306)

講 師：・中里 裕司 氏(社会)

東京都立日比谷高等学校 教諭

・高野美有紀 氏(国語)

茨城県立伊奈高等学校 教諭

現：筑波大学大学院修士教育研究

科国語教育コース

問合せ先：人文学類長室 内線4001

●自動証明書発行機のスチューデントプラザへの設置について

10月25日(木)から、スチューデントプラザに自動証明書発行機を設置します。

設置する自動証明書発行機は、現在支援室に設置しているものと同じものです。

なお、利用時間は下記のとおりとしますが、17時から21時の間に障害等の問題が発生した場合、解決が翌朝以降になり、証明書の発行ができなくなります。予めご容赦くださるようお願いいたします。

利用時間：平日 8:30~21:00

(TWINS運用委員会・学生部)

●第3学期授業の曜日振替について(お知らせ)

このことについて、授業日数確保のため、下記のとおり曜日が振替になっていますので、ご注意願います。

平成19年12月18日(火)は、月曜日の授業を実施

平成20年1月23日(水)は、月曜日の授業を実施

平成20年2月20日(水)は、金曜日の授業を実施

平成20年2月28日(木)は、月曜日の授業を実施

(学務部)

●平成19年度暖房の実施期間について

本年度の暖房の実施期間については、気象庁による中期予報等を勘案し、平年通りの運転期間にて、学生及び教職員に快適な室内環境の提供を図ることとします。

暖房の実施概要

○運転期間

過去の5か年の気象データや中期予報を参考に、外気温15℃以下を目安に運転を行います。

本年度は土日、祝祭日を除く11月20日(火)から翌3月19日(水)までを予定しています。

○運転時間

8時30分から18時まで運転します。

なお、室内温度の設定は18℃とします。

省エネ等への協力要請

暖房運転には多くのエネルギーを必要とします。本学では、省エネルギー、二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)排出量削減を推進しているところであり、学生・教職員各位におかれては省エネ等についてご理解とご協力をお願いします。なお、11月に節電の取り組みを中心とした「冬の省エネキャンペーン」の実施を予定していますので、ご協力をお願いします。

(財務部・施設部)

## カンニングは不正行為!

期末試験における不正行為は、「筑波大学学群試験実施要項」に基づき、当該授業科目の受験が無効となるばかりか、学則に基づき、懲戒処分の対象となります。

安易な気持ちでカンニングすると、その結果、全学に懲戒内容と、行為者の氏名が掲示され、卒業も延期になってしまいます。

学生諸君は、誇りと自覚を持って、期末試験に臨んでください。

副学長(学生生活)

腰塚 武志



## 平成20年度学年暦

事 項	学 群	大 学 院 【 】は、東京キャンパス・夜間
第1学期（4月1日～7月31日）		
学年開始	4月1日（火）	4月1日（火）
春季休業	4月1日（火）～4月7日（月）	4月1日（火）～4月7日（月）
入学式	4月8日（火）	4月8日（火）
新入生オリエンテーション	4月8日（火）～4月10日（木）	4月8日（火）
第1学期授業開始	4月11日（金）	4月9日（水）
春季スポーツ・デー	5月17日（土）～5月18日（日）	5月17日（土）～5月18日（日）
第1学期授業終了	6月24日（火）	6月24日（火）
第1学期期末試験	6月25日（水）～7月1日（火）	6月25日（水）～7月1日（火）
夏季休業	7月2日（水）～7月31日（木）	7月2日（水）～7月31日（木）
第1学期末卒業式	7月25日（金）	
大学院学位記授与式		7月25日（金）
第2学期（8月1日～11月30日）		
夏季休業	8月1日（金）～8月31日（日）	8月1日（金）～8月31日（日）
第2学期入学式	8月8日（金）	8月8日（金）
★1 〔教職員一斉休業〕	8月14日（木）～8月15日（金）	8月14日（木）～8月15日（金）
第2学期授業開始	9月1日（月）	9月1日（月）
		【9月2日（火）】
★2 開学記念日	10月1日（水）	10月1日（水）
★3 学園祭	10月11日（土）～10月13日（月）	10月11日（土）～10月13日（月）
筑波キャンパス電気設備点検（全学停電）	10月18日（土）～10月19日（日）	10月18日（土）～10月19日（日）
秋季スポーツ・デー	10月25日（土）～10月26日（日）	10月25日（土）～10月26日（日）
第2学期授業終了	11月18日（火）	11月18日（火）
第2学期期末試験	11月19日（水）～11月25日（火）	11月19日（水）～11月25日（火）
	〔ただし、11月24日（月）の休日に当たる期末試験は、11月17日（月）に繰り上げて実施する。〕	〔ただし、11月24日（月）の休日に当たる期末試験は、11月17日（月）に繰り上げて実施する。（東京キャンパス・夜間を除く）〕
秋季休業	11月26日（水）～11月30日（日）	11月26日（水）～11月30日（日）
第3学期（12月1日～3月31日）		
第3学期授業開始	12月1日（月）	12月1日（月）
		【12月2日（火）】
大学院学位記授与式		12月5日（金）
冬季休業	12月27日（土）～1月6日（火）	12月27日（土）～1月6日（火）
		【12月26日（金）～1月6日（火）】
★4 英語・ドイツ語検定試験	2月24日（火）	
第3学期授業終了	2月27日（金）	2月27日（金）
		【2月24日（火）】
第3学期期末試験	3月2日（月）～3月6日（金）	3月2日（月）～3月6日（金）
		【2月25日（水）～3月3日（火）】
春季休業	3月7日（土）～3月31日（火）	3月7日（土）～3月31日（火）
		【3月4日（水）～3月31日（火）】
卒業式	3月25日（水）	
大学院学位記授与式		3月25日（水）
学年終了	3月31日（火）	3月31日（火）

（備考）

- ★1 教職員一斉休業期間中は、附属病院を除き、原則、日曜日などの休日と同じ業務体制とする。
- ★2 10月1日（水）の開学記念日は、休業とせずに授業を実施する。5月9日（金）は、振替え授業日とし、火曜日の授業を実施する。10月15日（水）は、振替え授業日とし、月曜日の授業を実施する。11月6日（木）は、振替え授業日とし、月曜日の授業を実施する。12月25日（木）は、振替え授業日とし、火曜日の授業を実施する。1月23日（金）は、振替え授業日とし、月曜日の授業を実施する。（東京キャンパス・夜間を除く）
- ★3 学園祭の実施に伴い、10月10日（金）午後（3時限以降）及び10月14日（火）午前（1, 2時限）の学群の授業は、準備及び後片付けのため、臨時休業とする。
- ★4 英語・ドイツ語検定試験の実施に伴い、2月24日（火）午前（3時限まで）の学群の授業は、臨時休業とする。
- 5 定期健康診断の日程については、別に定め、実施時間に当たる学群・学類の当該年次及び研究科の授業は、臨時休業とする。（東京キャンパス・夜間を除く）
- 6 学群の入学選抜の実施に伴う臨時休業は、準備及び後片付けに要する時間を含め、別に定める。（東京キャンパス・夜間を除く）
- 7 卒業予定者及び修了予定者に対する第3学期期末試験に関する特別措置については、別に定める。



## 平成19年度 第23回 MC展

筑波大学大学院芸術研究科2年 人間総合科学研究科前期芸術専攻1年  
洋画・日本画・版画 作品展のご案内

開催期間：11月20日（火）～25日（日）

会場：茨城県つくば美術館

開催時間：9：30～17：00（最終日は16：00まで）

※入場無料

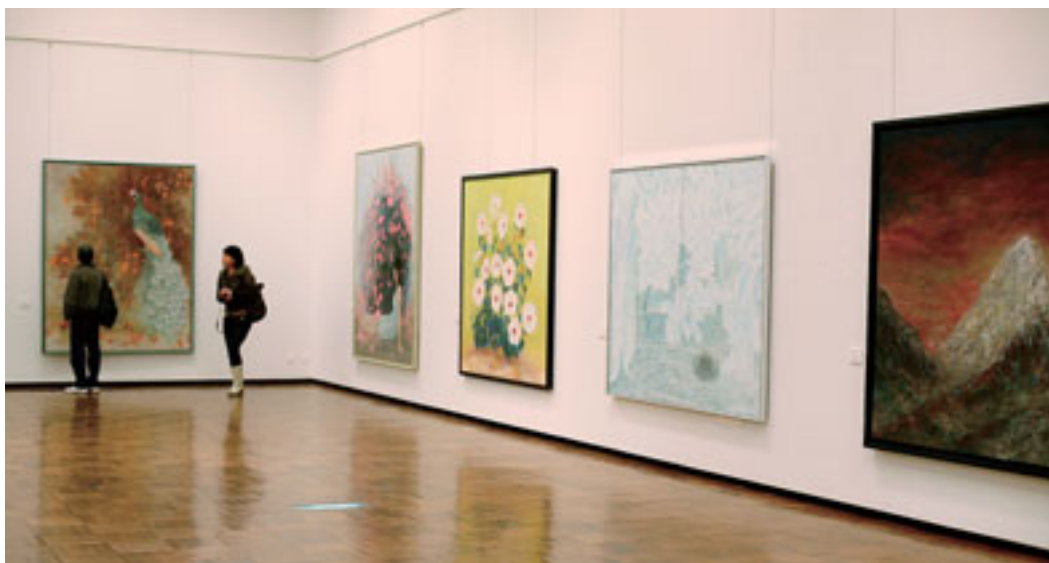
総合大学である筑波大学には、芸術分野の研究を幅広い視野を持って行い、高度な専門性をそなえた人材を育成することを目的とした、大学院芸術研究科及び人間総合科学研究科前期芸術専攻が設置されています。「MC」とは、Master's Program Courseの略称です。ここには筑波大学の卒業生のほか、他大学出身者や留学生も多く在学し、互いに刺激しあいながらそれぞれの技術や表現力を高めるべく、日々制作・研究に励んでいます。そして本課程修了者の多くは作家として活躍する一方、大学・短大・専門学校・高校などの教育機関で教職に就き、未来の人材を育成する役割を担っています。

今年度で23回目を迎える「MC展」は、この芸術研究科・人間総合科学研究科前期芸術専攻で洋画・日本画・版画を学んでいる1・2年生（36名）による作品展で、今回は約60点の作品を発表します。同展に出品する学生の多くは、個展やグループ展等によって学外へ作品を発表するほか、全国レベルの公募展へ出品し対外的に高い評価を得るなど、精力的に制作活動をしています。

「MC展」は、日ごろの制作・研究の成果を学外に向けて発表し、より多くの方々に見ていただくことで、今後のさらなる制作の糧とするために開催する展覧会です。開催期間、会場は上記の通りとなっております。皆様のご来場をお待ちしております。

平成19年11月15日

筑波大学大学院芸術研究科・人間総合科学研究科前期芸術専攻  
洋画・日本画・版画  
学生代表：牟田祐基  
MC展広報担当：馬場 洋  
松井寿子



平成18年度MC展の会場風景

# 第31回秋季スポーツ・デー



18

第31回秋季スポーツ・デー

19年度 No.6 通巻 589号

発行 筑波大学学生部  
編集 学生生活支援室

TEL 029-853-2269  
FAX 029-853-2974

配布スタンド●1D棟3階・学生生活課前／1C棟(2階)・2B棟・3B棟・医学・春日キャンパスの各掲示板前／各学群食堂／宿舍・各共用棟事務室前  
発行日 平成19年11月15日