

Magazine of Teikyo
Alternative Life

[フレア]
TAKE FREE

Flair



September 2010 / Autumn
Vol.
79
THE TEIKYO SELF

CONTENTS

02 This is my style.

こんな風に、暮らしています

12 Good Fellows.

やっぱり仲間が、一番です

14 Surprise Us.

先生が、教えてくれるコト

15 What's Up?

いま、何やってる?

16 Our Recommend!

みんなの、カルチャー

18 Flair Workshop

ワクワク企画が、満載です

22 Good Health.

やっぱり健康が、一番です

23 Notice Board.

大学からのお知らせです



Life with Bicycle.

特集 自転車に乗って。



www.teikyo-u.ac.jp/flair/



発行月：2010年9月（年4回発行）
発行：帝京大学本部大学PR推進室 〒173-8605 東京都板橋区加賀 2-11-1 TEL 03-3964-4162 FAX 03-3964-9189 E-mail: post@med.teikyo-u.ac.jp
URL: <http://www.teikyo-u.ac.jp/flair/> ご意見・ご要望をお待ちしております。郵送またはFAX、E-mailにてお寄せください。 © 帝京大学 2010 禁・無断転載



板橋キャンパスにて

File:20

name: 西牧孝晃さん
 grade: 2
 hobby: ゴルフ
 class: 医学部医学科

ボーイスカウトの中で
 最高位の章を授章。

幼少の頃にボーイスカウトの活動を始め、今年で15年目を迎える西牧さん。彼は先日、日本のボーイスカウトの中で最高の荣誉である「富士章」を取得し、東宮御所で皇太子さまとご対面した。「とても緊張しました。大学受験の勉強と富士章を取るための課題を両立してこなすのは大変でしたが、頑張った甲斐がありましたね」と感慨深い表情を見せる。現在も活動は継続中だ。将来は地域医療に貢献する医師として地元・福島県に戻り、並行してボーイスカウトを続けたいと言った。

「今度は指導者として、ですね。スカウト人口も少子化とともに減ってきているので、活性化につながるような働きかけができたら、と思っています」



富士章授賞者だけに与えられるワッペン。西牧さんが所属していた福島の団では、彼が初めて取得したという。



福岡キャンパスにて

File:19

name: 戸倉 諒さん
 grade: 3
 hobby: 水泳、ラグビー
 class: 福岡医療技術学部
 理学療法学科

学友会は、人と人との
 支え合つてできている。

昨年、福岡キャンパスの学友会で会長という大役を務めた戸倉さん。年間を通して学生たちのリーダーとして活躍してきた彼に一番の思い出を聞くと「難しいですね。僕にとつては、すべてがいい思い出で」という答えが返ってきた。人の上に立つという経験があまりなかったこともあり「最初はつまづくことも多かった」という彼。当時は先輩たちに夜な夜な電話をしては、アドバイスをもらう日々が続いたと話す。学園祭という一大イベントを乗り越えられたのも、そんなふうに関わりで支えてくれた人たちの力が大きかったのかもしれない。「今の会長たちのことも、同じように助けてくれたらと思います」という彼の笑顔は、少し大人びて見えた。



学園祭用の学友会パーカーは思い出の品。「Thanks Smile」をテーマにした」というフードのイラストは戸倉さん作。

This is my style.

こんな風に、暮らしています。

Life with Bicycle.

特集 自転車に乗って。

風をきって走るのが
気持ちいいんです！

「ちょっとそこまで」も「遠くの街まで」も、気軽にスイスイ行けるのが自転車のいいところ。自分の力でこぐ、という意味で、もはや自転車は体の一部といっても過言ではないのかもしれませんが。今回はそんな、私たちにとって最も身近な乗り物である「自転車」を特集。本気でこたわる人、ボロボロになるまで乗る人、見た目重視の人、とさまざまですが、自転車を愛する気持ちはみんな一緒です！

自転車で前進すれば、
気持ちも前向きに。

旅行エッセイスト・石田ゆうすけさんの地元は、和歌山県の白浜町。彼は子どものころから、この街に訪れるサイクリストたちをたくさん見てきた。自転車で好きなところに行き、日が暮れたら大地にテントを張って眠る。その姿が自由の象徴として、彼の胸に焼きついていったという。「それで高1のとき、自転車で和歌山を一周してみたら面白くて。次に近畿一周、大学時代には日本一周を達成しました」

日本の次は世界。漠然とそのことは頭にあったが、「できるはずがない」と思い込んでいた石田さん。しかし「ここで終わったら中途半端」という気持ちに突き動かされ、3年余のサラリーマン生活を経て、ツーリング用自転車である愛車のランドナーとともに世界へ飛び出した。

北米に上陸して、南米からヨーロッパ、そしてアフリカ。7年半にも及ぶ長い旅の中では、体調不良や悪路、また危険な目に遭うことも少なくなかったという。それでも彼が旅をやめなかった理由は、自転車という乗り物の魅力にとりつかれたからだ。

「自転車の利点は、能動的なところ。道が分かれていても、どこに行くかは自分で決めるでしょう？ よくないことはかり起こる時期もありましたけど、と

にかく自転車で前へ進んでいたら、あるときふっと風向きがよい方向に変わるんです」

ギニアの荒野でのこと。原因不明の熱と下痢が続く中、石田さんは朦朧とする意識を振り払うように自転車で走り続けていた。ふと顔を上げると、目の前に広がっていたのは真っ青な地平線。青く染まった大気の層に沈んだ森が何ともいえず幻想的で、思わず彼は言葉を失った。「青い森が、静かにゆっくりと流れていく。まるで自分だけがぼつんと止まって、地球が動いているような感覚です。」この大自然の中で、僕は生きている。そう思ったら、涙が溢れて止まりませんでした」

自力で目的地までたどり着くからこそ、得られる感動は計り知れない。「自転車で旅することとで元気になるって欲しい。達成感もありますし、最高の思い出ができるはずですよ」と石田さん。多感な時期に自分の身ひとつで見たいものを見に行くという経験は、必ず人生の糧として心に何かを残してくれるはずだ。

石田ゆうすけさん Yusuke Ishida
旅行エッセイスト

東京都在住。7年半かけて自転車で世界を一周し、2002年末に帰国。現在は文筆活動に加え「夢」「相互理解」「食」などのテーマで講演を行っている。雑誌数冊で旅記を連載するほか「行かずに死ぬるか!」(幻冬舎)など著書も多数。

通学のため、健康のため、趣味のため…。
乗る目的や理由もさまざまだから、自転車もいろいろ。
みんなのこだわりの自転車を見せてもらいました！



相馬昂翔さん Takato Soma ● 医療技術学部スポーツ医療学科2年
洋服でもカバンでも原色系の派手な色が好きなんです。自転車もこの明るいオレンジ色が気に入って買いました。通学も遊びに行くもの自転車。せっかくの折りたたみ自転車なので、旅行に行くときに持って行きたいなと思います。



大原くるみさん Kurumi Ohara ● 文学部社会学科1年
自転車は生活必需品で毎日乗るものだから、絶対にかわいいのがほしくて、中3の時にこのBMXを購入しました。メッキフレームにピンクのロゴがお気に入りです。次は「ピアンキ」のマウンテンバイクが欲しいですね。



河井 顕一 さん Kenichi Kawai ● 八王子キャンパス職員
祖父が自転車屋だったので、小さい頃からいろんな自転車に乗ってたんですよ。こだわり始めたのは自転車部に入った高校生の時からですね。この自転車は「クライン」のマウンテンバイクです。行きつけのショップ（ツルオカさん）でカスタマイズして楽しんでます。



藤沼 渉さん Wataru Fujinuma ● 医学部医学科4年
迷った末に買ったのは、ロードバイクの「ピナレロ」。長距離を走りたかったんです。ペダルはビンディングタイプのものに交換できるようにしたり、少しカスタマイズしています。今後は、ヒルクライムにもチャレンジしてみたいですね。



冲永佳史先生 Yoshihito Okinaga ● 帝京大学 学長
パーツはリストアップして、オークションで購入しました。この愛車の特徴は「サーベロ」というメーカーのカーボンフレーム。空気抵抗が少なく7kg弱と超軽量のため、乗っているとまるで自転車が体の一部になったかのような心地よさが味わえますよ。



弓戸智規さん Tomonori Yumito ● 経済学部経済学科1年
他とは少し変わったデザインにひかれて、ビーチクルーザータイプを選びました。通学で毎日乗るので、自分のスタイルにあった自転車がほしかったんです。せっかくこの自転車を購入したので、次は海まで行って砂浜の上を走りたいですね。



森 一俊先生 Kazutoshi Mori ● 理工学部機械・精密システム工学科 教授
体力作りの一環でトライアスロンのレースに出場し始めたんです。そのために、自転車を購入。「ジオス」というイタリアのメーカーです。乗り心地は抜群ですね。自転車で長距離を走り、全身の力を使いきった後の爽快感は最高ですよ。



古宮隆一さん Ryuichi Komiya ● 経済学部観光経営学科3年
先輩から譲ってもらった「スペシャルイズド」の自転車です。パーツをすべて外して自分で黒に塗装し直したら、さらに愛着がわきましたね。自転車通学を始めたら、自分のペースで移動できるので、とても気分がいいです。

We love bicycle.
みんなの自転車、拝見。

More about bicycle.

もっと知りたい自転車のこと。

大阪府堺市にある、日本で唯一の自転車博物館。
古い自転車を見たり、自転車のしぐみを体験できたり、
たくさんの自転車の魅力がここにはつまっています。



自転車博物館サイクルセンター
自転車部品メーカーの(株)シマノが自転車文化の発信と自転車ライフを提案することを目的に1992年に開設。



1. 1880年代に作られたオーディナリーと呼ばれる珍しい自転車。速く走るために大きくした前輪が特徴。2. 2階では、現在に至るまでの自転車の歴史と変遷を知ることができる。3. 3階では変速機など自転車のしぐみを体験できるコーナーも。4. 館内の壁には絵画コンクールに応募してくれた子どもたちの絵が描かれている。5. コレクションの自転車が保管されている1階は圧巻。6. 博物館入り口のオーディナリーをモチーフにしたオブジェ。7. 今回お話を伺った学芸員の中村博司さん。

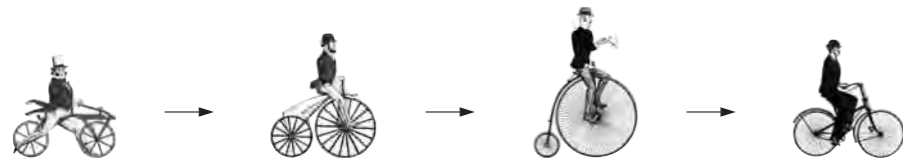


見て楽しい
乗って楽しい自転車。
自転車博物館サイクルセンターは、自転車部品メーカー「シマノ」が運営する博物館。海外のクラシック自転車や牛乳配達専用自転車など、見た事もない形やデザインの自転車が展示されている。「自転車はその国の気候、風土、文化の中で発達し、その時代に必要な自転車が誕生してきたんです」と教えてくれたのは学芸員の中村博司さんだ。消耗品となりがちな自転車だが、その時代の特徴を表す自転車が見つければとても貴重なのだとか。

「自転車の動力は人間の脚力なので自転車の性能は人間の能力で変わります。だから自転車の歴史はもちろん、乗る楽しさも伝えていきたい」。中村さんは、市民が参加できるサイクリングやセミナーを毎月開催している。

ところで、この博物館のある大阪府堺市は国内でも最も自転車産業が発達した町。シマノももちろんそんな会社のひとつだ。現在は多くが海外生産になり、堺のメーカーも減少したが、今もその歴史が息づいている。「堺は自転車の町。今後は自転車道の整備など、欧州のように安全・快適に自転車に乗れる環境づくりに取り組んでいきます」

自転車はこんな変遷を経て今の形になりました。



1818年
ドライゼーネ (自転車の元祖)
1818年ドイツのドライゼ男爵が発明した世界最古の自転車。木製で地面を足で踏んで走る。

1861年
ミショー型ボーンシェーカー
1861年フランスで発明されたペダル式自転車。乗り心地が悪くボーンシェーカー(背骨ゆすり)と呼ばれた。

1880年頃
オーディナリー
1880年頃、自転車レースで「より速く」走るために前輪を巨大化。重心が高く乗り降りも難しい自転車だった。

1885年
セイフティーバイシクル
1879年ローソンがチェーンで後輪を回す仕組みを、1885年にはスターレーがローバーを発明。今の自転車の先祖。

20世紀
コンフォートバイク
その後、乗り心地を良くする空気入りのタイヤや、車体を軽くするためのパイプ構造などが発明され、20世紀の終わり頃コンピューターが使われるようになり誰もがより快適に乗れる自転車(コンフォートバイク)が登場した。

荒井 正さん Masa Arai
フレームビルダー
埼玉県生まれ。高校生で自転車部に入部。1975年に「片倉シルク」入社。その後、台湾の大手メーカー「GIANT」に転職後、2005年に「片倉シルク」からシルクの名前を受け継ぎ、自ら「シルクサイクル」を起こし、現在に至る。



クロモリという合金素材のパイプとラグと呼ばれるパーツをつなぎ合わせ、フレームを組んでいく。

自転車をつくるのは、
服と同じ感覚なんです。
埼玉県に工房を構える荒井正さんは、「クロモリ」という合金素材で自転車のフレーム部分を作るフレームビルダーだ。
「カスタムで自転車ができる」と知らない人は多い。というが、今は知らなくて当然の時代なのか。普通、自転車を買うときは工業製品と同じで、カタログから選ぶだけですからね。でも、洋服なら裾を詰めたり素材を変えたりして自分に合ったものを

作るじゃないですか。それと同じで、自転車だって自分の好きなように作れるんですよ」とはいえ、自転車を作るとなるとなかなか簡単なことではない。この道40年の荒井さんの技術と経験があつてこそと言える。
荒井さんが最初に就職したのは、当時国内の自転車シェアアップに貢献した「片倉シルク」。東京オリンピック、日本ロードチームの使用車を作るなど、その高い技術は自転車史を語る上では欠かせないメーカーだ。「片倉シルクは、すべてハンドメ

イドで、競技や競輪用の自転車などを作っていましたから、私の自転車作りの基礎は全てここでできました」
その後、荒井さんは台湾の大手自転車メーカーに転職するも、大量生産される自転車に疑問がわく。老舗メーカーが淘汰されていく中で自分が知っているハンドメイドの自転車文化を蘇らせた。そんな思いからカスタムで自転車を作り始めた。
現在、荒井さんが手がける自転車は競技用がほとんどだが、ウワサを聞きつけ、一般の人で

もオーダーしてくるという。「ハンドメイドの自転車って、欲しい人が自発的に行動するということが一番の魅力。作る方も大変ですが、実はオーダーする方も大変です。自分で全てイメージしたり考えたりしないといけないですからね。それを楽しいと思えるか、煩わしいと考えるかは、その人次第なんだけど。でも、自分で作ったものに乗ることができて、さらに遠くまで移動することができるなんてとても楽しいことだなんて僕は思ってます」

Do you know frame builder?
フレームビルダーを知っていますか?

オーダーに合わせてハンドメイドで自転車を作るフレームビルダー。自転車だって、自分だけのオリジナルが作れるんです。



現在主流のカーボン素材やアルミとは異なり、細くて繊細なフォルムがとても美しい荒井さんのフレーム。その人の体格に合わせてサイズを測り世界に一台だけのフレームが完成する。もちろんフレームカラーやオリジナルのロゴを入れることも可能だ。



まっすぐな湖畔の道は風が気持ちいい!

八王子キャンパス サイクリング同好会
Hachioji campus. Cycling Circle

部員数20人。月に2回の月例ランに加えて、年7回ほど泊まりを含めた遠出の合宿を行う。そのため荷物を運ぶことができるクロスバイクなどの所持者が多いが、大好きなロードバイクを置く部員も。

という1年生の原さんと同じように、坂道については思い入れのある部員も多いようだ。

出発からおよそ9時間。キャンプ場に到着した一行は、早速夕食の支度に取りかかる。ここでも1年生にとっては勉強の連続。サイクリング同好会ではいつも、お米を炊くときは手を水に浸けたときの水位で水の量を調整する。「計量カップに慣れると、常にカップがないとお米が炊けなくなってしまうから」と話すのは部長の松村さん。「感覚を鍛える」のも、アウトドアでは大切なことなのだ。初日の目標を達成した部員たちは心地よい疲労感に包まれながら夕食を楽しみ、満足そうな表情を見せた。

2日目の目的地は、JR大月駅。昨日の疲れを癒した一行は、ここで汗を流したあと、休憩を取るために「道の駅どうし」へと向かう。途中で、当日の夕食と次の日の朝食の食材を買うことも忘れてはならない。4班に分かれて出発するため、小休止を取るタイミングも班次次第。一定の間隔で列になって進む長距離ランには、あらゆる面でチームワークが不可欠なのだ。

しかしなんといっても、景色の移り変わりを肌で感じられるのが自転車のいいところ。交通量の多い平坦な道をひたすら進むと、空気が徐々に澄んでいくのがわかる。山に近づくにつれてアップダウンが激しくなるが、その分下りを駆け下りるときの爽快感は格別。「あっという間に終わってしまうから、もっと長い上り坂にチャレンジしたい」

早朝から清々しくスタートした。美しい山中湖を臨みながら、どこまでも続く湖岸を走る。湿度は高いもののしばし梅雨の晴れ間にも恵まれ、昨日以上にペダルを踏む足にも力が入った。

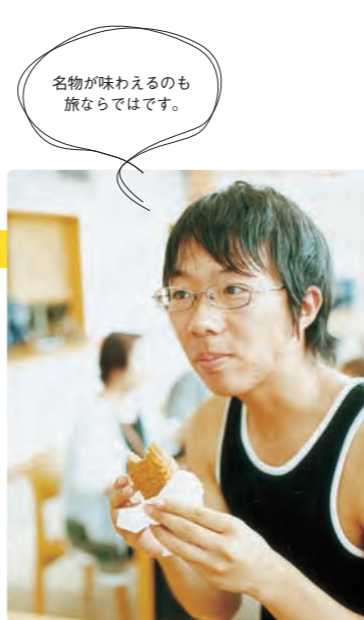
途中「道の駅富士吉田」にて昼食をとり、およそ6時間後にJR大月駅に到着。今回の企画者である2年生の稲益さんは「2ヶ月前からルートや班を考へなければならなかったのが大変でしたが、僕の中では合格点です」と笑顔を見せた。部員たちはこれから自転車を解体して、「輪行」(自転車を解体して乗る)に挑戦する。1年生にとっては教わることも多く密度の高いブレ合宿だったが、何より走る楽しさを再確認できた旅だったのではないだろうか。

遂にゴール! 1年生の佐々木さん曰く「無事に着けてよかった」。みんなも同じ気持ちだろう。これから輪行で家路につく。

Goal!



(上) 山中湖の湖岸を、初夏の風を受けながら思いきり走る。平坦な道も下り坂と同じくらい気持ちがいい。(右) 「道の駅富士吉田」にて軽食。味噌ベースの白あんの中うどん、という驚愕の「うどんたいやき」が名物。



名物が味わえるのも旅ならではの。



出発前にはブレーキをはじめとする点検はもちろん、ひとりの忘れ物がみんなに影響するため荷物確認が欠かせない。準備ができたなら、山梨に向けて走り出す。2時間もすれば車の通りも少なくなり、走りやすい道に。

これから出発。気合い入ってます!

Start!



村営の温泉「道の湯」に到着。ここは2時間制で500円。内風呂と露天風呂にゆっくりと入って、疲れと汗を落とす。



キャンプ場に到着し、夕食作りに取りかかる。メニューはハヤシライス。班長である2年生が中心となり、サークルに受け継がれる作業方法を1年生に教える。「一度やってみて、失敗することも大事」と見守る部長。



(上) テントのたて方を、ていねいに先輩から教わる1年生。意外と難しく、ちょっと苦戦中。(左) キャンプ&サイクリングの神器たち。寝袋などの寝具から、自転車の空気入れ、交換用チューブまで抜かりない。



帝京大学
福岡キャンパス野球部
Teikyo Univ. BASEBALL CLUB
部員数の内訳は2年生13人、1年生18人。週3回の練習をこなす。A~Cに格付けされる県内のランクではBに所属。公式試合では社会人チームと戦うことも多い。キャプテンのサポートをしながら、2年生が連携をとってチームをまとめている。

「公式試合は年4回。今はその中のひとつ「大牟田市民軟式野球大会」で勝ち進んでいるところです。次の試合に勝てば準決勝。これは優勝したいですね」
目の前の試合に向けての意気込みを語るのは、福岡キャンパス野球部のキャプテンである森川憲人さん。1・2年生合わせて31人という大所帯をまとめる、チームの中心人物だ。ほとんどが経験者で構成される野球部だが、比較的キャリアのない部員でもスムーズに練習がこなせているのは団結力が強い証拠。2年生の岸田大直さんが「試合以上に、みんなと練習しているときに一番楽しい」と話すほど、部員同士の仲が良い。

それには、先輩を気遣う先輩のやさしさも大きく作用している。今年3回目の公式試合では、主要メンバーに多くの1年生を起用。「彼らはベンチでも一生懸命仕事をしてくれるので、試合に出られなかったらつまらないだろうと思う」と森川さんは話す。同期の古川雄貴さん曰く「努力している部員を試合に出す、というのがキャプテンの方針なんです。だから僕らも、それを守るべく話し合って決断しました」。頑張れば頑張るほど報われる環境。それが先輩のやる気につながり、チームの一体感を生み出しているのだろう。

3年時から本格的に国家試験の勉強に入るため、福岡キャンパスで部活動に打ち込む学生は2年で引退する。残された時間は少ないが、その中で結果を残すべく野球に打ち込む彼らの夢は、目前の試合に加えて昨年に引き継ぎ「リハビリテーション養成校野球大会」で優勝すること。その土台を築くための練習時間を楽しんでいる彼らなら、きつと気持ちよく目標を達成してくれるはずだ。

FUKUOKA CAMPUS BASEBALL

「とにかく野球が好きで、続けていきたい」というメンバーが集まる福岡キャンパス野球部。モットーは“頑張ったみんなが主役”だ。実力は大切。しかし、実力をつけるために努力する姿勢はもっと大切。地道な練習を「楽しい」と答える部員が多い理由は、そこにある。

「公式試合は年4回。今はその中のひとつ「大牟田市民軟式野球大会」で勝ち進んでいるところです。次の試合に勝てば準決勝。これは優勝したいですね」
目の前の試合に向けての意気込みを語るのは、福岡キャンパス野球部のキャプテンである森川憲人さん。1・2年生合わせて31人という大所帯をまとめる、チームの中心人物だ。ほとんどが経験者で構成される野球部だが、比較的キャリアのない部員でもスムーズに練習がこなせているのは団結力が強い証拠。2年生の岸田大直さんが「試合以上に、みんなと練習しているときに一番楽しい」と話すほど、部員同士の仲が良い。



Good Fellows.
や っ ぱ り
仲 間 が 、
一 番 で す

先生が、
教えてく
れるコト



考える楽しみを、
私たちに与えてくれる。
それが薬理学研究です。

好奇心とワクワク感が、
未来の薬学を支える。

「先生の特技はなんですか？」
と聞かれたら「ラットの手術」
と答えますね。最近老眼がキツ
くなってきたので、ちょっと悲
しいんですけど(笑)」

明るい語り口で聞き手を楽し
ませるように話すのは、帝京大
学薬学部の栗原順一教授。元々
モノよりも生きものに関わりた
い気持ちが強かったという栗原
教授の専門は「薬理学」である。
薬が体内でどのような動きをし
て、体にとどのような反応を起こ
すのか、といった、薬と体の相
互作用について研究していく分
野のことだ。そのため学生時代
は、ラットなどのいろいろな動
物を使った実験を行うことが多
かったという。麻酔をして血管
に管を入れたり、臓器を摘出し

たりといった作業を何度も繰り
返すことで「随分と手術の腕は
上達しましたよ。まだ今のところ、
スピードでは誰にも負けませ
ん」と、茶目ついたっぷりの
表情を見せた。

「私が大学の研究室に入ったと
きは、いきなり実験のわから
ない薬を渡されて「これが生物
にどんな作用を示すか調べる」
という実験から始まった。「粉
だよな、白いよな、水に溶ける
のかな」と確認して、まずは
ラットに注射してみる。そこで
血圧の変動を見て、どうして上
がるのか、または下がるのかと
いうことを考えていくんです」
自分で仮説を立てて証明しな
がら、薬が効く筋道を見つけて
いく作業は決して容易ではな
い。しかしそれこそが「薬理学
の醍醐味」と栗原教授は語る。

「仮説が当たっても外れても楽
しい。考える楽しみが、薬理学
にはあるんです」



帝京大学薬学部 教務部長

栗原順一 教授

Junichi Kurihara

1955年生まれ。東京大学薬学部薬学科卒業。同大学大学院薬学系研究科修士課程修了。薬学博士。帝京大学薬学部薬理学教室助手、助教などを経て現職。2010年より教務部長。専門は心血管系と神経系の薬理学。

いま、
何やって
る？

荒生沙緒利さんがアナウンサーをめざすと決めたのは、高校時代のこと。甲子園に出場した母校の応援に行くために、現地の天候について彼女が地元・山形のお天気番組に質問のFAXを送ったことがきっかけだった。

「すると番組で質問が採用されただけでなく、アナウンサーさんが私に「頑張ってくださいね」というFAXを送ってくださったんです。その丁寧な対応に憧れたんですよ」

進学先を帝京大学に決めたのも、将来アナウンサーになることを視野に入れての決断だった。当時活躍していたアナウンサーの多くに留学経験があることを知った荒生さんは、1年時から

ダラム分校へ留学できる学科へ入学。夢への一歩を踏み出した。「ダラムでは毎日が新鮮。柔道部に入ってダラム大学の学生とも交流しましたし、夏休みにはホームステイもしました。そこでは英語力だけでなく、度胸もついたという実感があります」

ダラムで培った度胸は、帰国後の行動にも大きく影響を与える。マスコミ関係のインターンシップに参加したり、アナウンサースクールに通ったりと、アナ

ウンサーになるための道筋を積極的に立てていった荒生さん。そこで得た情報や技術は、今の彼女の基礎になっている。しかしそれ以上に大切だったのは、人との出会いだ。

「教授、アナウンサー志望の友だち、キャリアサポートセンターのスタッフ、OB…。人が人をつなぎ、本当にたくさんの方がアドバイスをしてくれました。恥ずかしながら「アナウンサーになりたい」と周りに伝えていたことが、大きかったのだと思います」

花形であるがゆえに狭き門。そんな難関をくぐり抜けて見事アナウンサーの夢を叶えた彼女は、今も人に支えられている。

「いつも見ているよ」と皆さんに言っていたことが一番の喜びです。もちろん辛いこともありますが、そんなときは「なぜ私はこの仕事をしているのか」と考えるんです。答えはひとつ「好きだから」。自分が選んだ道だから、辛いことがあるのも当たり前なんです」

苦しいときにはいつも原点にかえる。目標に向かってぶれずに努力し続けた彼女には、いつの間にか真の強さまでもが備わっていたようだ。

INTERVIEW

フリーアナウンサー

荒生沙緒利さん

自分の原点を思い出せば、
辛いことだって乗り越えられる。

Saori Arai

帝京大学文学部国際文化学科(現：外国語学部外国語学科)2006年卒。ケーブルテレビ山形・TBSラジオの情報キャスターを経て、2010年よりフリー。現在は関東のケーブルテレビ局にてレギュラーを2本抱える。その他、イベントの司会などでも活躍中。

SPOT

「どこか素朴で、昔懐かしい町並みが好きです」

推薦人 薬学部薬学科4年 小原拓也さん



情緒溢れる町 小江戸・川越。

江戸時代に城下町として栄え、小江戸の愛称で親しまれている埼玉県川越市。蔵造りの町並みや史跡など、多数の歴史的建造物が点在し、休日ともなるとたくさんのお客で賑わっている。

そんな川越に生まれ育った小原さんは、地元の魅力をごく語る。「時代がタイムスリップしたような独特な風情が残る街で、時間がゆっくりと流れている感じがします」

また、「川越に来たら、ぜひ



「菓子屋横丁」

約80mの通りに、色とりどりの手作りアメや素朴な生菓子、下町風の駄菓子などが売られる菓子屋が並ぶ。ノスタルジックな雰囲気が漂う川越の人気スポット。

立ち寄ってほしい」と話す小原さんの一押しスポットは、石畳の道に22軒の駄菓子屋がひしめく「菓子屋横丁」。素朴で昔懐かしい感じのする町並みもお気に入りの理由だ。「小さい頃お小遣いを握りしめてよく遊びに行きました。安いで、数百円でもいろいろなお菓子が買えるんですよ」

川越には、都心からも1時間足らずでアクセスが可能。名産品を食べ歩きしながら、ゆっくと街を散策するのがおすすめです。「大学のみんなにもぜひ来てもらいたいですね。僕に声をかけてくれたら案内しますよ！」

全国にある帝京大学のキャンパスで学生生活を送るみなさんに、友だちにもすすめたい、お気に入りをおひとつ、聞かせてもらいました。お気に入りの場所や映画、音楽や本。そこには、それぞれの思い出と、大学生活の現在がいっぱい詰まっています。

MUSIC

「女子の気持ちを綴った歌詞に、すごく共感できます」

推薦人 福岡医療技術学部理学療法学科4年 後藤夢乃さん



何度も励まされ、元気をもらった。

後藤さんにとって、インディーズバンド、HYのアルバム「Confidence」は大学生活を共に歩んできた大切な1枚だ。「大学への進学を決める時期に購入して、それ以来ずっと聴いています。テスト勉強の合間や友だちと出かけたときの車の中、初めての実習からの帰り道も...。1曲1曲にたくさんのおもひ出が詰まっています」

HYの曲を聴くと「元気とやる気がでる」という後藤さん。特に女性ボーカル・仲宗根泉の



「Confidence」HY (東屋慶名建設 ¥2,300)

インディーズシーンでカリスマの人気を誇る5人組バンド、HYの通算4作目のオリジナルアルバム。アルバムタイトルは「自信・信頼・確信」という意味。

書くリリースには、何度も共感し励まされてきた。恋愛の曲も多く、「悩んでいた友達にCDを作ってプレゼントしたら、学校の友だちにも好評だったとか。「刺激的な毎日、あつという間でした」と振り返る彼女の大学生生活も、残りあと半年を切った。ほぼ毎日顔を合わせてきた学科の友だちと過ごせる時間も、あと少し。「女の子の少ない学科ということもあって、みんな仲よし。卒業までに、みんなでキャンプに行ったり学生時代にしたいですね」

Our Recommend!

みんなの、カルチャー

「色鮮やかな映像に引き込まれました」

推薦人 理工学部バイオサイエンス学科4年 遠藤裕佳さん



未知の惑星を舞台にした 愛と冒険のドラマ。

「ターミネーター」や「タイタニック」を制作した、ジェームズ・キャメロン監督が、3D技術をはじめ最先端の映像テクノロジーを駆使して描いたSFアクション超大作「アバター」。遠藤さんは、この作品を「自他に認められる大の映画好き」という母親と映画館の3D上映で鑑賞。立体感のある映像に引き込まれ、「まるでスクリーンの中に自分が入ってしまったような気分」になって、時間を忘れて楽しめたと話します。

物語の舞台となるのは、地球からはるか彼方にある惑星「パンドラ」。豊かな大自然の中に未知の動植物が生息するこの惑星で、主人公のジェイクは想像を絶する冒険を経験し、あまりにも過酷な決断を迫られていく。「環境問題、戦争、正義といったテーマについても深く考えさせられる作品」と遠藤さん。特に物語の終盤、大きな木の前で、みんなが手をつないでひとつになるシーンが印象的だったそう。「一人ひとりがつながらないと、偉大な力になると改めて感じました。さまざまな要素を一度に楽しめる映画です」



「アバター」【初回生産限定】

(20世紀フォックス・ホーム・エンターテインメント・ジャパン ¥3,490)



「アバター」

公開後、39日で歴代の世界興行収入記録を塗りかえた話題作。構想14年、製作に4年をかけたという壮大な物語と斬新な映像美は必見。

MOVIE

「発展途上国の支援をするために、目下勉強中です」

推薦人 経済学部経営学科3年 大柴賢幸さん



学生にしか、できないことがある。

合コンとナンパに明け暮れる医大生でサークル代表の著者が、カンボジアに小学校と診療所を建てるまでの苦闘を書いた「マジでガチなボランティア」。大柴さんは、この本を読んで、「自分の考えの甘さに気づいた」と話す。将来、「発展途上国の支援がしたい」という確固たる目標を持つ大柴さん。まずは会計士をめざし、その後「いずれは会社を興して企業として貢献したいんです」という熱い思いがある。その実現のために、今は開発経



「マジでガチなボランティア」

石松宏章 (講談社文庫 ¥610)

医大生の著者が、ひよんなことからカンボジアに小学校を建設することを決意し、わずか8か月で完成へ。しかし、次のプロジェクトでは140万円の借金に...。彼の想いは実現するのか。

済についての本を読むなど、土台作りの日々を送っているという。

本の著者の「やると決めたら実現させる行動力と、まわりを巻き込む人間力を見習いたい」と大柴さんは話す。何事も行動しなければ始まらない、そして学生にしかできないことがあるということ、この本は教えてくれる。

「今の自分の生活をちょっと見直すだけで、もっといろんなことができる。学生のうちにぜひみんなにも読んでほしい本です」大柴さんの夢の実現への挑戦は、まだ始まったばかりだ。

BOOK

今日踊った分だけ、
美人になれるよ！



第4回 Flair Workshopレポート ウニキ・クム・フラの サンディーさんとフラを踊ろう

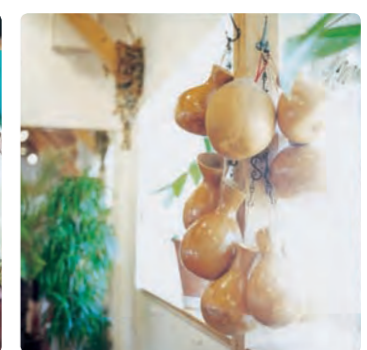
私たちがよく耳にする「フラ」は、ハワイで生まれた聖なる踊り。
ハンド・モーションやステップは慣れるまで難しいけれど、
踊り終わったあとには、たくさんの愛が心を満たしてくれます。

笑顔をつぶさないこと。
それがフラの基本。

神や先祖など、すべての生命に感謝と愛を表現する踊り、それがフラ。ハワイに文字がなかった時代「体で思いを届けた」という気持ちから生まれた、究極のジェスチャーダンスである。今回のワークショップの講師は、ウニキ・クム・フラ（フラの伝統継承者）であるサンディーさん。「フラを踊るのは初めて」という学生たちの張りつめた空気を察してか、レッスンに入る前に彼女はこんな話をしてくれた。

「笑顔を作るとき、ほほの筋肉をアロハ筋と呼んでいます。しかめ面をしていると、ストレスで自律神経がショートしてしまう。笑顔は、そんな締めつけられた血管をほどく力を持っています。自分の内側に宿る光に向かって微笑んでね。そうすれば、花もそよ風も海も、みんな微笑んでくれるから」
彼女のやさしい声がスタジオに響き、学生たちの顔が少しずつ緩んでいく。そこからゆっくゆくと、基本的なフラのステップの指導に入っていた。

この日使うのは5種類のステップ。どれも、基本となるのは腰の使い方だ。慣れない動きに苦戦する学生たちも、サンディーさんの「今日一日で、ひと通り覚えられるように頑張ろうね」というポジティブな声かけに、にっこりと笑顔を見せた。



(左) フラでは腰を使うため、スカートが常に揺れているかどうかにも意識を向ける。(右) ハワイとひょうたんは切り離せない。ステップ練習のときに使う打楽器も、ひょうたんからできている。





サンディーさんの感想は?
 今日みんなには、改めて拍手をおくりたいです。「無理」と思ってしまえば人は設定した目標まで前に進める。フラを通して学んだ経験が、人生の財産になってくれたらうれしいですね。



参加した学生の感想はこちら→

Next Workshop

第5回開催予告
 丸若屋さんとkutani sealで九谷焼を作ろう

創業131年の九谷焼の老舗、上出長右衛門窯と丸若屋で作り出したkutani sealは、焼き物の転写シールという技法を応用して作られました。上出長右衛門窯の上出恵悟さん手描きによる、絵柄の転写シールを使って、器を作ってみませんか?

●開催日
2010 10.9 (SAT)

第6回開催予告
 松岡亮さんとライブペインティングをしよう

国内外で活躍中のアーティスト松岡さんを講師に迎え、大きな白い壁(キャンパス)に参加者全員で自由に絵を描きます。今まで体験したことのない、美術の時間の始まりです。

●開催日
2010 12.18 (SAT)

●応募の仕方

ワークショップへの応募は、下のQRコードから。空メール送信後、(flairworkshop@flair-t.com宛)応募フォームにて申込みができます。応募者多数の場合は抽選となりますのでご了承ください。



※ドメイン指定受信・拒否等の設定を行っている場合は、flairworkshop@flair-t.comからの電子メールを受信可能な状態に設定してください。

Enjoy

上達すれば楽しく

(右)最初は難しすぎて、一同からは思わず笑いが、足と手の両方を意識する必要がある上に、「腰の動き」という壁にぶち当たる。(左)しかし上達するにつれて、ようやく楽しさを実感。笑顔が見られるほどの余裕が出てきた。



今度は右側。一連の流れはすべて「ヘラ」というステップを踏みながら行う。

あなたは天よりも美しい、という思いを込めて、両手で左側の天を仰ぐ。

恋人の美しさ(アロハスマイル)を表すポーズ。笑顔を作った状態のこと。



Last Greeting

終わりの挨拶

(右)最後はみんなで輪になって「会うときはいつも笑顔でね! アロハ アーハイ オウ! (また会いましょう)」とハワイ語で挨拶。(左)太もも(これもアロハ筋のひとつ)をよく使ったので、念入りにストレッチをして終了。

みんなの中に生まれた心地よい一体感。

基本的なハンド・モーションやステップを習ったあとは、いよいよ実践。今日は「グリーンローズフラ」という曲にのせて踊る。これは、男性が女性に向けて綴った恋の歌だ。「ハワイの人たちは直接「僕の恋人は世界一美しい」とは言いません。文字を持たなかっただけに、言葉を届けるにあたり真剣に美しいものを探しては、それを恋人に例えて歌を作っていたんですね」とサンディーさん。ゆえに、歌詞に出てくる花や愛しさなどのイメージをきちんと持って踊ることが大切なのだ。

お弟子さんであるブナヘレさんの見本を見ながら、サンディーさんの歌声に合わせて踊ってみる。5番まであるこの曲はすべて振り付けが異なるため、限られた時間でマスターするのは至難の業だ。学生たちはまず1番の振り付けにトライしてみたが、バラバラと動きがおぼつかない。参加した学生は「全身を使うし、頭を使って次の動きを考えなければならぬので大変」と話す。それでも「焦らず」できていなくても、1曲とお付き合いでするところから始めましょう」とサンディーさんが微笑んでくれる。その笑顔に安心したのか、練習を繰り返すうちに彼女たちのス

テップも形になってきた。2番、3番と修得するたびに「自分に拍手!」と声をかけてくれるサンディーさん。喜びを分かち合うことで、スタジオ内に一体感が生まれてきたようだ。

1番から5番までひと通り振り付けを覚えたら、通して踊ってみることに。実際に音楽がかかると、サンディーさんの歌よりもかなりテンポが速い。しかし練習開始時とは比べ物にならないほどの上達ぶり、みんなきちんと音楽についてくる。体の動きもなめらかで、見る者を魅了するほどの美しさだ。終わったあとは、思わず「やった!」と声が出た。

「これでみんなはフラシスター。隣の人とハグしましょう!」

初めて顔を合わせる者同士が一緒になって、ひとつの目標に向かううちに生まれてきた友情と達成感。愛に溢れたフラはきっと、新しい彼女たちの誕生日を祝福してくれているだろう。

Lesson

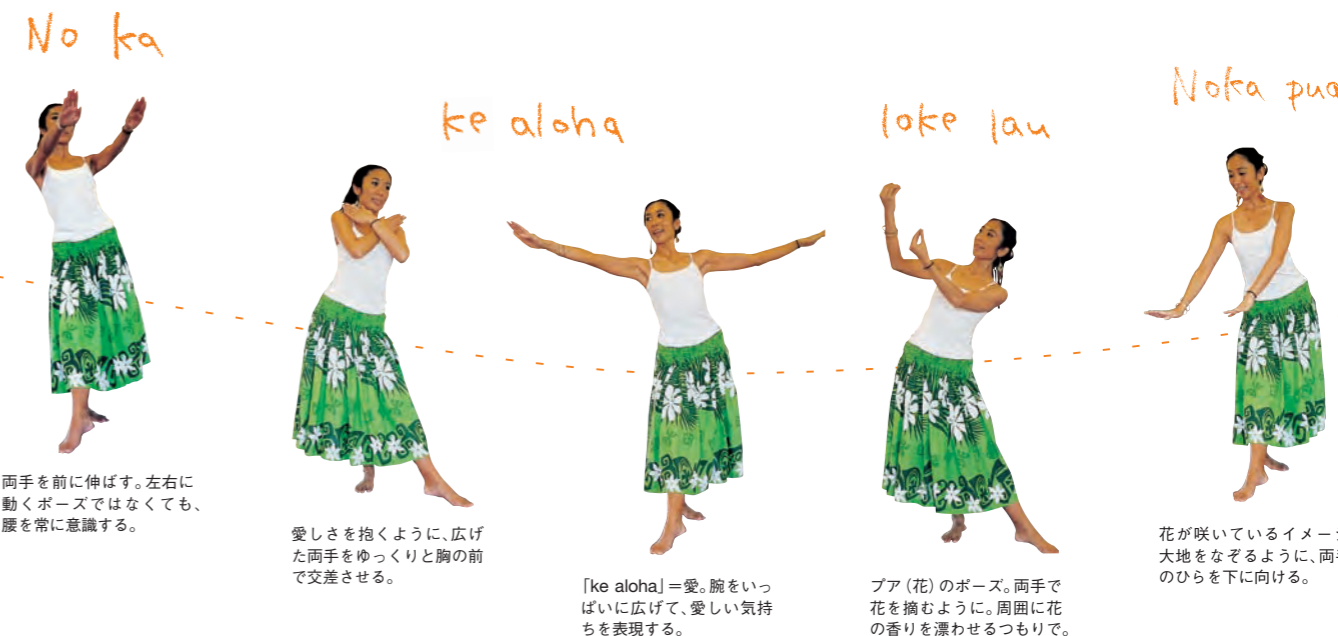
まずはステップから

(右)スタジオは鏡張り。自分が踊っている姿を見ることも重要。(中央)ポイントのひとつである腰を、上手く動かそうと苦戦する学生たち。(左)基本となるフラポジションはいくつかあるが、胸に手を添えるポーズもそのひとつ。



一緒に「グリーンローズフラ」を踊ろう!

ブナヘレさんに教えてもらいます。



両手を前に伸ばす。左右に動くポーズではなくても、腰を常に意識する。

愛しさを抱くように、広げた両手をゆっくりと胸の前で交差させる。

[ke aloha] = 愛。腕をいっぱい広げて、愛しい気持ちを表現する。

プア(花)のポーズ。両手で花を摘むように、周囲に花の香りを漂わせるつもりで。

花が咲いているイメージ。大地をなぞるように、両手のひらを下に向けて。

Green Rose Hula (Laida Paia/John K. Almeida)

- | | |
|---|------------------------------------|
| 1 No ka pua loke lau ke aloha
No ka u'i kau i ka wekiu | 私の愛しい人はグリーンローズ
私が最高だと思ふ花 |
| 2 Ko 'ala onaona i 'ane'i,
Ho 'olale mai ana e walea | その香りは私に届き
私の思いを高揚させる |
| 3 E walea pu aku me 'oe,
I ka hana no'eau ho'oipo. | あなたといるとなると楽しい
愛しあつた過去のステキな時間 |
| 4 A he ipo 'oe na'u i aloha
Ka 'ano'i a ku'u pu'uwai. | あなたは私の愛しい恋人
私の心の恋人 |
| 5 Ha 'ina 'ia mai (ana) ka puana
Nou no Green Rose ke aloha. | さて、お話しそろそろ最後
いよいよあなた、愛しいグリーンローズ |

Teacher



サンディーさん
Sandii
シンガー/ウニキ・ウム・フラ

80年代よりワールドワイドに活躍している女性ヴォーカリストの先駆者。1996年より故郷のハワイ音楽のアルバムを製作。自身のフラスタジオも設立し、現在700名を超える生徒を持つ。2005年にはウニキ・ウム・フラ(フラの伝統継承者)の称号を授かる。7月21日にNEWアルバム「Sandii Beach」(定価¥2,500)を発売。11月15日にBunkamura オーチャードホールにてコンサートを開催予定。

みんなの中に生まれた心地よい一体感。

QUESTION

太っている人が、糖尿病になりやすいんですよね？

エネルギー源であるブドウ糖がうまく細胞に取り込まれなくなり、血中に溢れてしまう病気、それが「糖尿病」。高血糖状態が続くと、体にさまざまな弊害が表れます。最近では、若年層の患者も増加中。正しい知識を持って予防に努めましょう。

ANSWER

はい。しかし元々スリムな日本人は糖尿病に抗する予備力が少なく、少し内臓脂肪が増えただけでも発症しやすいので注意が必要です。

糖尿病の種類と、原因を教えてください。

Dr...1型と2型に大別されます。前者はインスリンを分泌するβ細胞が壊れていく病気で、昔は小児糖尿病といえは1型のことを指していました。インスリンとは血中のブドウ糖濃度を調節し、これを細胞に送り込んでエネルギーに変えるホルモンのこと。加齢や肥満、ストレスや運動不足などにより、インスリンの分泌力が落ちたり働きが悪くなったりして起こるのが2型です。中年以降の発症がほとんどですが、学童肥満の増加によって子どもにも見られる機会が増えてきました。そのような理由から、今は2型の患者さんが圧倒的多数です。

やせていても糖尿病にかかる人がいますよね？

Dr...日本人には元々やせ型の人が多いので、一見普通に見えても実は内臓脂肪が多くついている場合があります。たった2kgの体重増加で糖尿病になる割合が3倍に増加するともいわれています。欧米人とは遺伝的な背景が違いため、同じような食事をしていてはいけないのです。

かかると、どんな症状が出るのですか？

Dr...喉が乾くため水をたくさん飲み、尿量が増えます。加えて体重が減り、倦怠感も強くなります。ただしこれは著しい高血糖の場合で、初期には症状はほとんどありません。自覚がないまま5〜10年放置すると失明や腎機能低下、神経障害、心筋梗塞、脳梗塞などの合併症を引き起こすため非常に危険です。

どのように治療を進めるのですか？

Dr...適正カロリーの食事と有酸素運動を推奨するとともに、必要に応じて薬物療法を行います。薬物については、昨年末に画期的な新薬が日本で認可されました。今までの薬は個人の血糖値によって投与量を変えなければなりませんでした。新薬であるGLP-1誘導体注射薬はインスリンそのものではなく、インスリンの分泌を行うβ細胞に働きかけて効果を示してくれるもの。だから、毎回一定量の投与で充分なのです。しかも1回につき24時間効果が持続する上、

β細胞の減りまで遅らせることができるというデータも動物実験では出ています。糖尿病は慢性・進行性の病気なので完治するということは難しいですが、自然の経過を変える可能性がある薬ということ

先生はお休みの日に何をされていますか？

Dr...なるべく歩くようにしています。根津からお茶の水や浅草あたりまで3〜4kmの道のりをゆつくりと。景色が賑やかで楽しいんです。体重が減りにくいことも実感しています。



江藤一弘 Kazuhiro Eto 帝京大学医学部内科学講座教授 東京大学医学部卒業。東京大学医学部附属病院、朝日生命糖尿病研究所、ハーバード医科大学、自治医科大学勤務を経て、2010年1月より現職。日本糖尿病学会、米国糖尿病学会会員など。

Notice Board.

大学からのお知らせです

Accounting Report

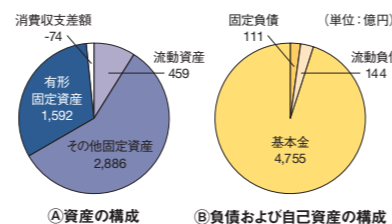
平成21年度の会計をご報告します

貸借対照表 平成22年3月31日 (単位:百万円) Table with columns for assets and liabilities, and rows for various categories like fixed assets, current assets, etc.

主要財務指標 Table with columns for items and ratios, and rows for indicators like fixed asset ratio, current asset ratio, etc.

- 1. 教育・研究施設を充実させるために、設備投資を積極的に進めております。(20年度:板橋本院竣工/21年度:板橋旧本院の解体) 2. 20年度は、板橋本院の竣工に伴って一時的に流動負債が増加しました。なお、借入金の残高はありません。 3. 板橋旧本院の解体に伴い、基本金の一部を取り崩しましたが、将来に亘って安定した教育・研究を行うため、自己資金の増強に努力しています。 4. 財務内容の健全性確保に努力し、引続き良好な水準を維持しています。

なお、平成21年度の財務情報は、私立学校法第47条の規定に基づいて帝京大学本部会計課に備え置き、利害関係人の閲覧に供しております。



Championship

チアリーディング部 関東選手権で好成績をおさめる

去る6月5日(土)、6日(日)、第12回関東チアリーディング選手権が代々木第一体育館で開催され、本学チアリーディング部 BUFFALOS が DIVISION1 (最高レベルのカテゴリー) で2位、DIVISION2 で優勝、とそれぞれ好成績をおさめた。

Award

空手道部 全日本学生選手権、世界大学選手権で活躍

去る6月20日(日)、第54回全日本学生空手道選手権大会(兼東西対抗)が大阪市中央体育館で開催され、女子個人組手で小林実希が準優勝、五明真実子が3位、女子個人形で小林実希、岡本沙織が3位に入賞。小林実希は7月の世界大学選手権でも相手55kgで3位に入賞した。

Editor's Note

さて今号の特集『自転車』はいかがでしたか? 最近は街中でもよく自転車を見かけますよね。しかもいわゆるママチャリではない、カッコいい自転車。聞けばお値段も、ママチャリに比べてびっくりするものが多いです。自転車にはもう何年も乗っていないばかりか、自転車がどんなしくみで走っていて、どうい変遷を経て今の自転車があるのかなんて考えたこともない私でしたが、世界最古のオール木製自転車から、ヘダルがついて、チェーンで後輪を回す仕組みが考え出されて...とそのものづくりの過程を考えると、自転車好きの人たちの気持ちが少しわかったような気がしました。身の回りに当たり前のようにある便利なものも、こうしていろいろな過程を経て『つくられて』きたのですね。

See You Next Issue!!

10年12月10日 Vol.80 配布予定

Championship

軟式野球部 第33回全日本大学軟式野球選手権大会にて3位入賞

去る8月8日(日)~13日(金)、軟式野球大学日本一を決定する選手権大会が岐阜県中津川市にて開催された。全日本大学軟式野球連盟に加盟する地区代表22校と地元推薦枠の1校を加えた23チームによるトーナメント方式。本学軟式野球部は見事3位入賞を果たした。

Championship

駅伝競走部 第42回全日本大学駅伝の予選会突破、本戦出場へ

去る6月26日(土)、第42回全日本大学駅伝の関東地区選考会が開催され、本学駅伝競走部は4位で通過。2年ぶり4度目の本大会出場を決めた。11月7日(日)の本大会に向けてさらに勢いをつけるとともに、10月に行われる箱根駅伝の予選会突破にも力が入る。

Staff Credit

Staff list table with columns for roles (Produce, Planner, Illustrator, Photographer, Editor, Art Director, Designer, Publisher) and names.

Flair

発行月: 2010年9月(年4回発行) 発行: 帝京大学本部大学PR推進室 〒173-8605 東京都板橋区加賀2-11-1 TEL 03-3964-4162 FAX 03-3964-9189 E-mail: post@med.teikyo-u.ac.jp URL: http://www.teikyo-u.ac.jp/flair/