

Flair

Magazine of Teikyo
Alternative Life

[フレア]



vol. 129 MARCH
2024 SPRING

TAKE FREE

お菓子、
食べてる？

#部活の休憩時間に #毎日のサポートに
#旅行のお土産用に #ギフトやごほうびに
#外国人観光客へのおすすめに

TEIKYO UNIVERSITY
SPECIAL FEATURE
VOL.129

特集

お菓子、
食べてみる?

DO YOU EAT SWEETS?

リフレッシュに、栄養サポートに、
そして会話の種に、一役買ってくれるお菓子。
問食に気をつけなきゃといつも、
みんなに食べてほしいお菓子、集めました。

PHOTO:MIZUHO TAKAMURA,
MAKOTO KUJIRAOKA
TEXT:RIE OCHI

Cover Story No.19
Momoha Suzuki

photo: Kenji Nakata
styling: Miyu Yasumi
hair&make: Misato Awaji
text: Naomi Haga

変身裏話。



今回変身したのは
表紙は私です!



文学部社会学科3年
八王子桑志高等学校
(東京都)出身

鈴木百葉さん

変身してみた感想は?

服もメイクも、たくさん駄菓子に
負けないくらい明るくカラフルにし
ていただいて、鏡を見るたびに気分が
あがりました。駄菓子を買って食べ
ていた子どものころを思い出して、さ
らにワクワクしました。

どんな分野を学んでいますか?

現在は「都市に森林は必要なのか」
をテーマに研究しています。大学に
入学してから風力発電に興味を持
ち、そこから山岳、森林と関心を深め
ていきました。2年次に大浦宏邦教
授の授業を受ける機会があり、とても
興味深かったのですが、いまは大浦教授の
ゼミで学んでいます。大浦教授は知
識が豊富で、なんでも「面白いね」と
言ってくれるので、学習意欲を高めてく
れる先生です。

学生生活で力を入れたことは?

読書推進活動をする「共読サポ
ーターズ」の代表を務めています。毎月
ビブリオバトル(書評合戦)を開催し
たり、八王子キャンパスの図書館
[MELIC]で、テーマに合わせた棚つ
くりをしたり。3月に後輩に引き継
ぎますが、とてもやりがいを持って取
り組めたと、自信を持っています。



今回の表紙撮影場所
駄又ハイカラ横丁

東京都葛飾区、柴又帝釈天への参道入口にあるお店。駄菓子や
昭和レトロな雑貨がところせましと並ぶ。2階はレトロゲーム
で遊べる「おもちゃ博物館」。昭和にタイムスリップした気分で、
子ども大人も夢中になれる。



練習前に談笑。部員間でお菓子のトレンドがあるそうで、以前はソフトキャンディ、最近はクッキーが流行中。

OFF TIME

練習が始まると真剣な面持ちに。フットワークを鍛える基礎練習や試合を想定したトレーニングに励む。



ON TIME



お菓子のある風景

お菓子を片手に、笑顔でおしゃべり中の学生たち。女子バスケットボール部の練習前の様子を見せてもらいました。

お菓子は気分転換や会話のきっかけに

八王子キャンパスで週5回、ハードな練習に励んでいる女子バスケットボール部。現在は新チームが開始したタイミングで、1年生から3年生まで13名が所属。マネージャーをはじめ、管理栄養士やトレーナーのサポートも受けながら活動している。

「関東大学女子リーグ戦で2部昇格という目標を達成するために、切磋琢磨しています。部員数も多くないのでアットホームな雰囲気。学年問わず、みんな仲がいいんです」と話すキャプテンの小川莉奈さん。副キャプテンの宮野音映さんも「練習がキツイ時もありますが、ナイスファイトと声をかけながら、みんなで乗り越えられた時はバスケットをやっている良かったと感じます」と競技に夢中。目標に向かって奮闘しつつも、チームとして大切にしているのはみんながバスケットボールを楽しむこと。

小川さんは「私はほかのスポーツも経験してきましたが、バスケットはチームスポーツだから楽しい。みんなと一緒にうれしいことも悲しいことも共有できるのがいいなと思っています」と話す。和気あいあいとした雰囲気の子バスケットボール部に欠かせないのがお菓子の存在。練習前はチョコレートやクッキーで糖質補給。そして練習後は頑張ったご褒美にお菓子を頬張る。

「エネルギーになるかなと思って、去年のリーグ戦の試合前は毎回三色団子を食べるのが恒例でした。あとは部員の誰かが落ち込んでいるなと感じたら、お菓子を渡しながら話すようにしたり」と、会話のきっかけにもしているそう。夏の合宿でも最終日の夜はお菓子を食べつつ、プライベートな話をして盛り上がり、チームの仲を深めてきた。「コミュニケーションを取ることで大事だと思っています。一人ひとりの個性や性格を知ること、練習時の声かけや接し方を変えることもできますから」と小川さん。集中力を高め、結びつきを強めてくれるお菓子の傍らにおいて、今日も女子バスケットボール部は全力で走り続けている。

お役立ちお菓子って？

「おいしくて、手軽に食べられて、栄養もとりたい！」そんなわがままに応えてくれる、お役立ちお菓子。忙しい朝や小腹が空いた深夜など、シーンごとに学生をサポートしてくれる頼れるお菓子たちをご紹介します。

お菓子TIPS ① あると助かる！ お役立ちお菓子 編

21:00

大事な試験に向けてもうひと踏ん張り



GOOD NATURE MARKET
オーガニックスティック
チョコレート カカオ100%

「夜だから甘いものを控えたい」というときに罪悪感なく食べられる、カカオ100%のチョコレート。ポリッとした食感もおいしいスティックタイプ。

疲れたから「たけのこの里」

16:00

部活前や運動中の栄養補給に



文明堂東京
V!カステラ

片手で食べられるパーティタイプのカステラ。たんぱく質とエネルギーを手軽においしく摂取でき、消化も良いので運動前後の補食として常備したい。

最大限のパフォーマンスを発揮!!

14:00

突然やってくる！
昼下がりの眠気に



UHA味覚糖
機能性表示食品
リセットグレープグミ

一時的な疲労感やストレスの軽減に期待できるクエン酸を1袋あたり2,700mg配合。酸っぱいグレープ味の爽やかな刺激で、気分もリセット！

手軽に切り替え、勉強モードオン!

08:00

忙しい朝には
タイパが重要!?



norle
朝食クッキー GOHAN

1食でビタミンやミネラルなど36種類の栄養素をチャージできる。忙しい朝にぴったりのクッキー。水分で膨らむキヌア入りで、腹持ちの良さも◎。

栄養足りてから「POP」朝食抜き!!



KÜTEMI
おなかの脂肪を減らす
元祖しっとりカレーせんべい

ブラックジンジャー由来の機能性関与成分を配合、おなかの脂肪を減らすうれしいせんべい。しっとり食感とスパイシーな風味で、食べ応えも十分!

夜中に「カレー」食べたいもOK!



築地果汁創作所
「飲む」あんこ.theANko

プロアスリートも愛用するスパウトパウチ入りのあんこ。北海道産小豆と最高級ザラメを使ったやさしい甘さで、効率よくエネルギー補給ができる。

あんこ「実は飲めるって知ってた?」



Binz
睡魔せん!ハード&ソフト

外側はハード、内側はソフトの2つの食感のキャンディ。ハードなミントと唐辛子由来成分を配合した「目覚めのミント味」で、睡魔に打ち勝とう。

「ここに響く、本気の」寝ない宣言!



BASE FOOD
BASE Cookies®ココナッツ

粗挽きココナッツの香りに、朝から食欲アップ。おやつ感覚で食べられるのに、26種類のビタミン&ミネラル、たんぱく質や食物繊維が摂れる。

からだに優しい、サクッと新定番



みんなの好きなお菓子



マネージャー
小林さんが好きなお菓子。

小林花奈さん
医療技術学部スポーツ医療学科 3年
茨城キリスト教学園高等学校 (茨城県) 出身

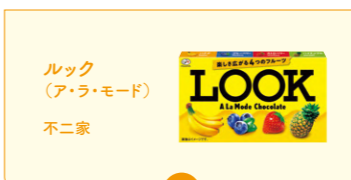


「チョコチップ&クッキー」はたっぷり入ったチョコチップとしっとりした生地の相性が抜群。「カリカリコーンコンソメ」はクセになって止まらなくなる味で、リーズナブルな点もいい。これもクッキー同様、バスケット部内で流行っています。



副キャプテン
宮野さんが好きなお菓子。

宮野音映さん
医療技術学部スポーツ医療学科 3年
目黒学院高等学校 (東京都) 出身



疲れた時や練習後は「ルック(ア・ラ・モード)」。高校生のころから定番のチョコレートです。4種類の味が楽しめるのが好きで、特にストロベリーがお気に入り。「紅茶クッキー」はサクとした食感で甘すぎないところがいい。アルバイト終わりのご褒美に欠かせません。



キャプテン
小川さんが好きなお菓子。

小川莉奈さん
医療技術学部スポーツ医療学科 3年
松蔭高等学校 (東京都) 出身



子どものころから身近だった「たけのこの里」。チョコとクッキーの一体感が好きで、私は断然たけのこ派。練習後にみんなと一緒につまんでいます。「チョコレート&ナッツクッキー」はバスケット部内で流行っているお菓子。しっとりとした食感でおいしいです。

正しく知ってる? 食品表示のギモン。

「糖や脂肪の吸収を抑える」「睡眠の質を高める」よく見かけるけど本当に効果があるの? 知って得する、食品表示のキホンを紹介。

<p>「特定保健用食品」とは</p> <p>機能の効果や安全性を国が審査し、健康の維持増進に役立つことが科学的に認められた食品。</p>	<p>「機能性表示食品」とは</p> <p>事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品。</p>	<p>「栄養機能食品」とは</p> <p>一日に必要な栄養成分が不足しがちな場合、その補給・補充のために利用できる食品。</p>	<p>「一般食品」とは</p> <p>栄養補助食品、健康補助食品、栄養調整食品等、機能性の表示ができない食品。</p>
--	--	--	---

※消費者庁HPより





岡山県

みるくきびだんご

「桃太郎」にちなんだミルク風味のきびだんご。もちりと柔らかな食感がGood。(廣榮堂武田)

島根県

どじょう掬いまんじゅう

「どじょう掬い踊り」をモチーフにした、山陰を代表する銘菓。(山陰のおみやげ本舗 なかうら)



千葉県

くじらあげまん

くじらの町として知られる和田浦名物のかりんとう風味の和風まんじゅう。(盛栄堂)



「お菓子の王様」が推して話題のスイーツ

石川県

金澤文鳥 (加賀紅茶味)

グッドデザイン賞受賞のネオ和菓子。加賀紅茶風味の羊羹はドライフルーツがアクセント。(清香堂町)



新潟県

しろめち。

新潟産のおいしいお米を丁寧に薄焼した新感覚のヘルシーチップス。(長谷川熊之丈商店)



三重県

たまりピーナツ

落花生を寒梅粉で包み、旨みたっぷりの「たまり」でからめた豆菓子。(東海醸造)



青森県

アップルスナックレッド (ジョナゴールド)

青森県産のおいしいりんごを特殊製法でサクサクのスナックに。(アップルアンドスナック)



和歌山県

デラックスケーキ

カステラにジャムをサンドし、ホワイトチョコでコーティングした上品な味わい。(鈴屋)



徳島県

ぶどう饅頭

100年以上愛され続ける阿波名物。ほのかにぶどうの香りを纏ったハイカラな味。(日乃出本店)



「お菓子の王様」が推して話題のスイーツ

宮崎県

洋風チーズ饅頭

宮崎産のさつまいもを使い、しっとりとした口当たりとチーズのやさしい風味が◎!(お菓子の浩屋)



埼玉県

こげめしねぎみそ

深谷産の生ねぎを使用し、特選のみそだれの風味と香ばしい歯応えが◎。(片岡食品)



長野県

白鳥の湖

白鳥があしらわれたポルポローネ。口の中でスッと溶ける繊細な味わいが魅力。(開運堂)



三重県

カレーのおせんべい

ピリッとスパイシーな和風仕立てのカレーの風味がやみつきになるおいしさ。(美鹿山荘)



「お菓子の王様」が推して話題のスイーツ

滋賀県

福みたらし

笑顔がかわいい、もちもち食感のみたらし団子。冷やして食べるのもおすすめ。(菓匠兵衛)



岐阜県

招福猫子まんじゅう

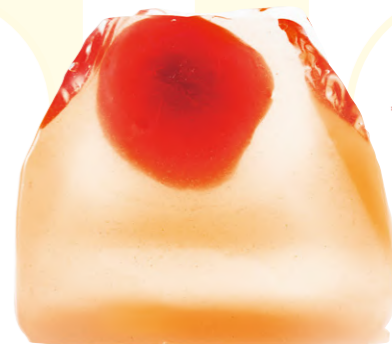
路地裏で暮らすノラねこをイメージした饅頭。それぞれの猫子(ねこ)の個性を楽しめる。(稲豊園)



銘菓集め人②

藤代海音さん

Flair編集部 本部広報課 無類のチョコ好き。デスクの引き出しの一角に大量のチョコをストックしており、仕事の合間に食べるのが楽しみ。



山形県

山形さくらんぼきらら

日本一の生産量を誇る、山形産のさくらんぼが丸ごと1粒入ったゼリー。(加藤物産)



銘菓集め人①

土屋将来さん

Flair編集部 本部広報課 好きなものはとことん極めるタイプで、プライベートでご当地お菓子を探するために旅に出かけるほどのご当地お菓子マニア。

全国の銘菓集めてみた。

全国にはかわいい&おいしいご当地お菓子がいっぱい!

そこで、Flair編集部がおすすめする全国各地の銘菓やトレンドのお菓子を集めました。地元や旅先で、ご当地ならではの味わいを楽しんでみて。



佐賀県

シベリア

自家製餡の羊羹をカステラの間にはさんだ5層構造で、柔らかな食感を実現。(村岡総本舗)

福井県

永平寺だるまぶりん (ぶれーん)

禅と関わりが深いだるまをイメージした“縁起がよい”プリン。おみくじつき。(永平寺だるまぶりん)



鹿児島県

ラムドラ

自家製のどら餡とラムレーズンを手焼きの薄皮でサンドした、大人味のどら焼き。(梅月堂)



群馬県

てんぐの玉手箱

群馬県名産のこんにゃくを使った、ユニークなスイーツ玉手箱ゼリー。(こんにゃく工房しんしょう)



お菓子TIPS ②
ギフトにもごほうびにも
パケ買いお菓子
編

**味も見栄えも Good！
気持ちが変わるお菓子**

進級、卒業、就職と、春は出会いと別れの季節。それと同時に、お世話になった人に「ありがとう」、親しい人に「これからもよろしく」を伝える季節。直接言葉で伝えるのが照れくさいなら、ちょっと特別感のある「パケ買いお菓子」を贈ってみるのはいかが？ 見て楽しい、食べておいしい、心躍るようなこだわりデザインのお菓子なら、喜ばれること間違いなし。もちろん、1年間がんばった自分を称えるごほうびとしてもおすすめ。食べ終わった後の空き容器も取っておきたい。思い出に残るお菓子を、あの人に贈ろう。



ショコラサブレ／ルルメリー

ナッツとサブレをチョコレートで包んだお菓子。箱に描かれた一輪のバラに、感謝の思いを込めて。



PARIYA VARIETY COOKIES／PARIYA

スタイリッシュな缶が目印のクッキーアソート。デリカッセンならではの個性豊かな味にも注目！



Miracle Cat Cookie Tin
(神様のいたずらネコクッキー缶)／Fairycake Fair

缶もネコ、中身もネコのキュートなクッキー缶。5種類の味・柄のネコたちに出会える。



風セット バターサンド(4種)／積奏

クリームやナッツの層が美しいバターサンド。じっくりと鑑賞しながら味わいたい。

お菓子TIPS ③
海外で話題！
作って食べる知育菓子
編

**子どもも大人も夢中！
広がる知育菓子®の世界**

混ぜると色が変わったり、ねんど細工のように成型したり……実験やDIY感覚で手づくりを楽しめるカラフルなお菓子に、子どものころ夢中になった人も多いのでは？ これらの商品は「知育菓子」と呼ばれ、現在もお菓子売り場の人気者。近年では訪日観光客のお土産需要や、欧米をはじめとする海外での販売も広がっている。

**子どもも大人も夢中！
広がる知育菓子®の世界**

「ねるねるねるね」シリーズなど、好奇心・想像力を高める数多くの知育菓子®を手掛けているのが、1960年代からガムやチョコ菓子などを開発してきたクラシエ。2007年には「知育菓子®」を商標登録。2008年に発売した『ポップンクッキン』の制作

過程を動画でアップしたこと、海外人気に火がついた。現在は知育菓子®を一人ひとりの個性を伸ばす「自信を育むお菓子」と位置づけ、今なお子どもたちの心をつかんで離さない存在に。

時代とともにどんどん進化！
知育菓子®のヒストリー



Popin' Cookin'

ハンバーガーやさん
自分で作るミニハンバーガーセット。形はもちろん、なんと味や香りも本物ぞくり！

2007年
好奇心や創造力を高める「知育菓子®」が誕生！
「知育菓子®」が誕生！
「知育菓子®」が誕生！
「知育菓子®」が誕生！
「知育菓子®」が誕生！

元祖ねるねるねは鮮やかなパッケージ！



1986年
水と粉を練って遊ぶお菓子「ねるねるねるね」が大ヒット。



1980年
色や形の変化を楽しむ「子ども粉末」が誕生



大分県
ビーンズショコラ(カボス・レモン)
ドライフルーツをチョコレートでコーティングした、繊細な味わい。(théomurata)

広島県
瀬戸田レモンケーキ「島ごころ」
特製のレモンジャムを練り込み、レモンの爽やかな香りが広がる一品。(島ごころ)

愛媛県
みかんチョコレートラスク
サクサクのラスクにチョコレートとみかんの風味が重なり三位一体に。(10FACTORY)

福岡県
めんべい
パリパリ食感の明太子せんべい。さまざまなフレーバーがラインナップ。(福太郎)

岩手県
チャグチャグ馬コ子馬のポルカ
蒼前神社の「チャグチャグ馬コ」をイメージしたキャラメル風味のフロランタン。(馬ッコ本舗みやざわ)

東京都
チーズチョコレートバーガー(右)／ストロベリーバーガー(左)
パンズクッキーにチョコレートをサンドしたスイーツバーガー。(キャプテンズスイーツバーガー)

福島県
あかべこ
「石牛伝説」にちなんだ、会津の代表的な玄蕎麦入り求肥に大納言小豆を入れたお菓子。(上菓子司会津堂)

香川県
iroha
チョコレートやナッツ、和の素材とのマリージュが楽しめる新感覚の羊羹。(御菓子処 湊屋)

北海道
じゃがポックル
北海道土産の定番！ 独自製法とオホーツクの塩でじゃがいも本来の味を引き出す。(カルビー)

京都府
Nami-Nami
フランスと京都の屋根瓦の風景や形状をイメージした、サクサク食感のクリームサンドサブレ。(RAU)

Flair 10



ぼくらの
クラブ活動。
photo: Kenji Nakata text: Rie Ochi
file:
12

club
ミコタマ編集部

place
八王子キャンパス

data

メンバーは10名。活動は、ソラティオスクエアB1Fにある帝京大学総合博物館や5FのACT3で。編集会議は月曜18時から20時まで。「ミコタマ」は年2回刊、3月に第7号が刊行予定。

仲間と試行錯誤しながら
多摩の魅力を発信中。

八王子キャンパス周辺の自然、文化、歴史、現在に関する魅力を紹介する帝京大学総合博物館の「多摩のヨコガオ発見プロジェクト」の一環として、フリーマガジン「ミコタマ」を刊行しているミコタマ編集部。2021年の創刊以来、「たべる」「夜空」「カフェ」など多摩の魅力にフォーカスしたテーマを掲げて、現在は第7号を制作中だ。

「もともと本が好きで、出版や本の物流・販売など、本にまつわる仕事に興味があって編集部に入りました。本づくりって、なかなか体験できることではないですから」と話すのは、

編集長の児玉悠斗さん。「絵を描くことが好き」「友人に誘われて」など、さまざまな理由で集まった学生たちが時には意見を戦わせながら、より良い誌面をつくるために団結。企画・取材先の選定から、取材、執筆、レイアウトデザイン、校正まですべて自分たちで手がけている。

「帝京大学総合博物館の学芸員の方と一緒に試行錯誤を重ねてつくっています。取材は話を引き出すのが難しいけれど、自分とは違う人生を歩んでいる方の話を聞けるのが面白い。高校時代からカメラをやっていたので、表紙に写真が採用されたときはうれしかったですし、特集のテーマに合わせて誌面に使う紙を選ぶ作業も楽しいです。校正・校閲を通して、言葉の意味を調べる力もつきました」と児玉さん。取材先に断られたり、撮影に出かけたものの天気に恵まれなかったり、思い通りにいかずに焦ることも多いそうだが、達成感は一途。

「最初から最後まで自分たちの手で責任を持ってつくり、発行できた瞬間はうれしくてやりがいがあります。読者の方から「ミコタマのファンです」とお電話をいただいたこともありました」と、前編集長の荒井涼花さん。今後の目標は多摩の魅力をさらに伝えるためにも、ミコタマの認知度を高めていくこと。

児玉さんは「いまは大学内のメディアライブラリーセンターのほか、多摩地域の図書館や博物館、取材先などに置いてもらっていますが、配布場所を身近な場所にも拡大していきたいです」と意気込みを語った。

迷ったらコレを食べなさい!

アスリートの栄養サポートを行っている管理栄養士が、料理が苦手な人でも簡単にできる栄養バランス◎のレシピを紹介。おいしく健康なカラダづくりをしましょう!

Recipe #09

豆乳 豚キムチうどん

調理時間: 約20分



材料(1人分)

- 冷凍うどん…1玉
- ★めんつゆ(3倍濃縮)…大さじ2杯
※ストレート→大さじ6、2倍濃縮→大さじ3、4倍濃縮→大さじ1と1/2
- ★練りごま…大さじ1杯
- ★すりごま…大さじ1杯
- 豆乳…200cc 塩…少々
- 豚肉…60~70g ごま油…少々
- キムチ…大さじ2杯程度
- 温泉卵…1個
- お好みで青ねぎ、かいわれ、豆苗

作り方

- 1 冷凍うどんを耐熱容器に入れ、600wで2分半~3分加熱、うどんの仕上がりをみて追加して加熱する
- 2 ★を混ぜ、少しずつ豆乳を加えて混ぜたあと、塩を入れて味を調整する
- 3 沸騰した鍋で豚肉をしゃぶしゃぶし、茹で上がった豚肉にごま油少しとキムチを混ぜ、うどんの上のせる
- 4 ②のスープを温め、①にかけ、お好みで温泉卵や青ねぎなどをかけて完成



ポイント
盛り付ける前に、具材をよく混ぜあわせて味をなじませる。

ココがスゴイ!

「ビタミンB1」で糖質の代謝を助ける

うどんは運動時のエネルギー源として使われる「糖質」、豚肉は糖質の代謝に欠かせない「ビタミンB1」が豊富です。「糖質」+「ビタミンB1」で疲労回復にも効果的です。

「食物繊維」「乳酸菌」で腸内環境を整える

キムチは不溶性食物繊維と乳酸菌を含んでおり、腸内環境を整えてくれます。乳酸菌は加熱に弱いので、乳酸菌を最大限に生かすには加熱せず食べるのが一番です。

実食!

実際につくって食べてみた!



豆乳と豚キムチがとてもマッチしていておいしかったです! 心も体も温まるので冬にぴったりだと思います。調理も簡単で、栄養も満点なので是非作って食べてみてほしいです!

つくってくれた人
スポーツ医療学科 2年、チアリーディング部
大谷夏菜さん
岩戸璃莉華さん
今野咲奈さん
関川杏さん



簡単においしくできました!!

Teachers

市川麻美子 助教



大学機関で身体組成・エネルギー代謝の研究を実施。現職ではアスリートの栄養サポート、スポーツ栄養学の講義を担当。

スポーツ医科学センターって?

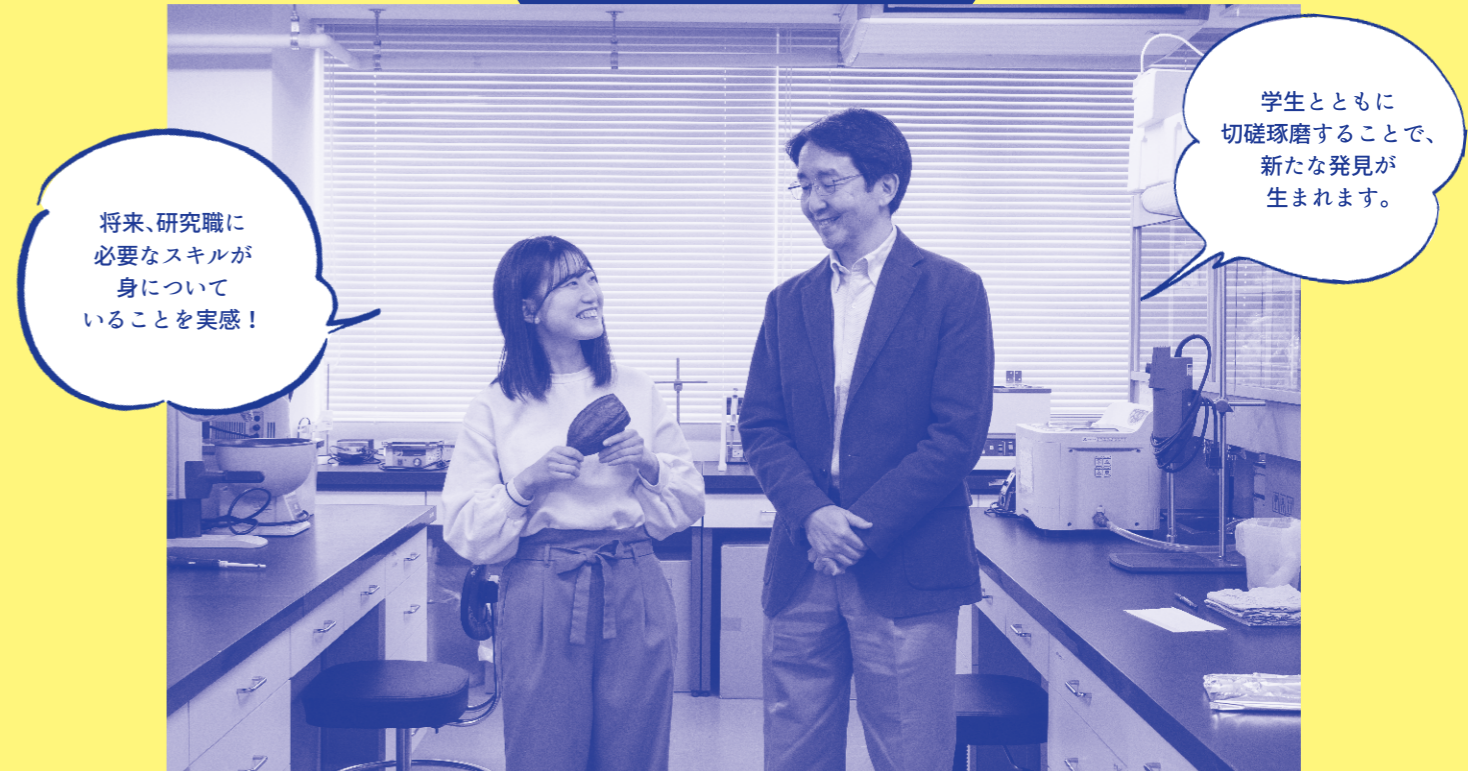
2011年にスポーツ医科学に関する研究の推進とアスリートのサポート体制強化のために設置。各専門分野のスタッフが連携しながらアスリートのサポートを行う。

vol.13 生体分子化学 研究室

理工学部 バイオサイエンス学科

ぼくらのゼミ活動。

企業との共同研究で保湿成分「カカオセラミド」を発見した、生体分子化学研究室をたずねました。



将来、研究職に必要なスキルが身についていることを実感!

学生とともに切磋琢磨することで、新たな発見が生まれます。

企業との共同研究で実践的に学ぶ!



2024年1月、株式会社 明治主催の発表会にて、古賀教授が発見したカカオセラミド成分について解説。

古賀 私のゼミでは、高カカオチョコレートに多量に含まれているカカオプロテインの作用や、グルコシルセラミドなどのスフィンゴ脂質の生体内での役割を研究しています。企業との共同研究に積極的に取り組んでおり、より実践的な研究活動に重きを置いています。

矢板 大学でさまざまな分野を学ぶ中で、二つ興味があった健康食品と化粧品の方からアプローチして、知識と経験を深めていけるこのゼミを選びました。

古賀 ゼミ生とともに議論を重ね、試行錯誤を繰り返して取り組んだ結果、新たな発見が得られた時はとてもうれしいです。時には、思いもよらない成果が出ることも。株式会社明治との共同研究では、高カカオチョコレート摂取による便通改善効果や、保湿成分「カカオセラミド」の発見などの成果を上げています。「カカオセラミド」に関する同社との打ち合わせには矢板さんも参加しましたよね。

矢板 はい!学生のうちから企業と

研究はいろいろな考えを謙虚に受け止める姿勢が大切

の共同研究に携わることができるのはとても貴重な経験です。ゼミ活動をしていくなかで、研究は一人の力では成り立たないと感じました。研究で成果を上げるには、いろいろな意見を謙虚に受け止め、議論し、ブラッシュアップしていくことが大切だと感じています。

古賀 そうですね。研究に没頭すると視野が狭くなりがちなので、ゼミ活動を通して、さまざまな角度の考えを吸収し、柔軟に対応する力を養ってもらえるとうれしいです。

矢板 将来は企業の研究職に就きたいと考えていますが、研究職は狭き門。そのために必要なスキルを、これらのゼミ活動を通して学んでいきたいです。

カカオセラミドの研究ではゼミ生が成分分析などを行い、研究成果に大きく貢献した。

公式アプリでできる、
あんなこと、
こんなこと。



必見なのだ

01

大学の情報や窓口がアプリに集約。
「これはどこでできること？」なんて
お悩みがなくなります。

自分の生活に取り入れたい機能が充実した「T-Day」。メンテナンスで使用できない施設情報などを伝える「お知らせ」や、教室変更や休講となった講義を確認できる「講義変更情報」など、重要な情報をいつでも確認できる掲示板として活用できる。また、申請・手続きの種類によって分かれる学内の窓口をアプリで一歩。迷うことなく進められる「総合窓口」として機能する。簡単にアクセスできることも特長の一つ。従来は利用するシステムごとに必要だったユーザー認証から解放され、一度のログインで素早く知りたい情報にリーチできる。



04

大学の行き帰りもスムーズに。
バス停の混雑状態がわかります。

帝京大学発着のバスで通学している在学生なら、停留所に来た大行列で「すぐに乗車できなかった!」「約束に遅れてしまった…」なんて苦い経験も多いはず。そこでアプリには、「バス停の混雑状況」を確認できる機能を実装。再生される動画から停留所の様子をリアルタイムでチェックでき、行き帰りのストレスを軽減してくれる。

※八王子キャンパスのみの実装となります。



楽しんだ

02

いま、そしてこれから、何をしたいか、一人ひとりの学生生活の
TODOと時間割をアプリで
一括管理できます。

講義や資格の勉強、サークル活動にアルバイトなど、多忙な毎日過ごす中で役立つ機能の一つが、徹底することが難しい「自己管理」のサポート。「ToDo」では、やるべきことの進捗管理が可能。締切り期限が近づいた提出物などが「ToDo一覧」に表示され、対応の漏れを防いでくれる。「時間割」もイチ推しの情報閲覧機能だ。履修登録したデータベースから抽出される自分だけの時間割をカレンダー形式で表示。開講される教室も把握できるので、効率的に準備や移動ができる。



分かりやすいのだ



03

「もっとこうだったらいいのに!」
アプリに対する要望を募って
常に進化していくアプリです。

「T-Day」は2024年4月にリリースされた後も、機能の拡張やバージョンアップが続く。短いスパンでユーザーである在学生の「こんな機能があると便利!」「こんな情報が欲しい!」が追加されていく。近い将来の実装をめぐり、準備・計画中のコンテンツも目白押しだ。進化していく「T-Day」の今後注目してほしい。

- 実装検討中のコンテンツ例
- 講義リコメンド
- 中長期成長ロードマップ
- 就職活動の情報交換
- OBOG相談
- 施設予約
- 図書館の遅延状況確認
- 部活動応援メッセージ掲示板
- おすすめの一暮らし物件紹介
- 大学構内でできるボランティア・アルバイト情報の確認

すごいのだ



帝京大学 公式アプリが できました!

2024
4/1(月)
RELEASE!

より良い学生生活を送り、「自分流」を見つけるツールとして
開発された在学生向けポータルアプリがついにリリース!
帝京大学の情報や人をつなぐ「手のひらのキャンパス」をめざした
公式アプリ「T-Day(ティーデイ)」の魅力を紹介します。



公式キャラクター：ティーデイ

年齢・性別：
不明だが、年齢は見た目より上らしい

性格：
世話好き・お節介のマネージャータイプ。自分流を貫く人を応援したい。寂しがり屋。構ってもらえない(ログインしてもらえない)と少々拗ねる

仕事：
帝京大学の在学生たちの応援とお世話

得意なこと：学内情報集め

趣味：
スポーツ観戦。帝京大学の部活動の応援には必ず駆けつける



すべての情報やシステムの窓口とな
り、帝京大学で学ぶすべての人が
つながりながら、「自分流」の体現をサポ
ートする。それが公式アプリ「T-Day」のコン
セプト。学生生活に必要な情報をスマート
フォンの存在として「帝京大学の顔」にな
ることをめざした。

アプリ導入の背景には、次のような狙い
がある。全学に対して均一に新しい教育
サービスや体験価値を提供すること。複数
のシステムが別々に存在し、煩雑になった
情報の活用方法を集約すること。そして、
コロナ禍によって薄れた人と人のつながり
を回復させることにある。

開発で重点が置かれたのは、システム中
心ではなく、ユーザー中心の設計。在学生
のニーズを把握するため、キャンパスごと
にワークショップを開催した。参加した
学生や教職員は総勢約90人。集めた声をも
とに、重要度や優先順位の高い情報や機能
からアプリに実装した。朝起きてログイン
すると、その日にやるべきことを把握でき
、経験したことは履歴として蓄積されてい
く。そんな毎日を実現してくれる「T-Day」
は、自分の生活に取り入れたいくなるアプリ
といえる。

リリースはされたが、将来的な実装を
検討中のコンテンツも多い。つまり完成形
はなく、在学生の意見をもとに進化を続
けていく。今後もユーザーを巻き込んだイ
ベントやワークショップを計画しているた
め、ぜひその中で要望を聞かせてほしい。

アプリのダウンロード方法

- 右のQRコードから帝京大学公式Webサイトの詳細ページへ遷移してください。
URLはコチラ
https://www.teikyo-u.ac.jp/studentlife/life_support/T-Day
- 詳細ページに掲載されている操作マニュアル、利用規約、プライバシーポリシーをよく確認してください。
- アプリは、iOS版とAndroid版があります。それぞれApp Store、Google Playにてダウンロードしてください。
対応OS：iOS 14.0以降。iPhone、iPad対応。Android 8.0以降。

ダウンロードして
欲しいのだ



※画面は開発段階のものであり、実際の仕様とは異なる場合があります。


みんなの先輩。

経営者として活躍する大先輩が
会いに来てくれました。

時間を惜しんで
全力を注いだことが
財産になった。

山田車体工業

帝京大学工学部
機械・精密システム工学科卒業
山田車体工業
代表取締役社長
やまだ かずのり
山田和典さん



本社所在地 〒410-0874 静岡県沼津市松長字改正600番地

企業理念 誠実・実行・親和

プロフィール 帝京大学工学部1995年3月卒業。将来の事業継承を視野に入れ、取引先の商社で営業職を経験した後、1997年に山田車体工業入社。2001年より常務取締役を務め、父でもある先代社長が他界した2003年より現職。トラックボデーの製造に特化した事業を受け継ぎ、さらなる進化を遂げるために経営手腕を発揮する。

現役経営者の卒業生がキャンパスを訪れ、
当時から現在までを振り返る連載企画。
今回は、トラックボデーを製造する専門
メーカーとして、ビジネスパートナーや
ユーザーから絶大な支持を得ている「山
田車体工業」の三代目社長です。

1946年の創業以来、荷台を中心にト
ラックボデーを製造し、その開発から販
売までを一貫して行う山田車体工業株式
会社。オイルショック、バブル崩壊、
リーマンショックなどの経済危機に見舞
われるなか、同業者は最盛期の半数以下
に減った。しかし、山田車体工業は高い
技術力や対応力で生き残り、設備投資を
積極的に行いながらも無借金経営を続け
ている。現在社長を務める山田和典さん
は、父である先代から会社を継ぐことを
入学前から心に決めていた。大学では製
造業の現場で求められる知識や技術を身
につけ、卒業後は会社の取引先に勤務し
てビジネス感覚を磨いた。そして30歳
の時、三代目社長に就任した。現在の従
業員は約300人。オーダーメイドで製造
するトラックボデーは年間約700台。ワ
ンマンに指揮を執れる立場だが、山田さ
んのスタンスは真逆である。周囲の声に
耳を傾け、何よりも人間関係を重んじ
る。誰に対しても物腰が柔らかい先輩の
実像に迫った。

先輩 のルーツ

実習工場棟

授業ではものづくりを実
践し、研究では夜遅くまで実験
や計測に没頭。学び合う仲間との
絆も深めた思い出の場所である。

大学生

長いようで短い4年間。
どう捉えるかで人生も変わる。

大学ではものづくりを学び、得た知見や経験は製造業を営む側に立ってみたい自分の生きています。一番印象深いのは、宇都宮という地で過ごした有意義な時間です。授業、同好会、学生寮のようなアパートを起点に友人が増え、いきなり学年や学部学科を超えて親交を深めました。なかでも同じ研究室で研鑽を積んだ10名ほどの友人とは、現在も交流が続いています。何でも腹を割って相談できる人間関係が、一生の財産になりました。大事なことは、与えられた4年間でどう捉えるか。振り返ると海外留学など、やり残したことは多く、長いようで短い貴重な時間でした。もし進路が漠然としていたなら、目の前で起きていることに全力を注いでください。後の財産になるはずですよ。

ビジネスは持ちつ持たれつ。
相手に逃げ道をつくることも大切。

社会人

卒業後は、現在も取引があるアルミニウム資材の商社に就職し、営業職として2年半勤めました。マナーや顧客との接し方なども一から学び、社会人として生きる土台を築きました。何事にも全力で取り組むなかで痛感したのは、関係者との綿密な報連相の大切さです。トラブルの多くは、コミュニケーションの欠如によって起きるものです。いまでも顔を合わせて対話することを心がけています。また、教訓になっているのが、「逃げ道を作ってあげなさい」という上司からの助言です。相手に非があっても、追いつめてしまうと関係性まで絶たれかねません。ビジネスは持ちつ持たれつであることを肝に銘じて、人間関係を重んじることが経営哲学の一部になっています。

先輩の キャンパスさんぽ

ひさしぶりに訪れた母校。
新旧の建物が入り混じる
キャンパスを先輩がさんぽ。



久しぶりの校舎にやってきました。

本部棟1号館

はじめまして！ 帝京大学

在学当時にはな
かった、宇都宮
キャンパスの新しい
施設を訪問。

ひさしぶり！と
はじめまして！



渡り廊下を渡って学内を回る。

学生当時に在籍していた磯貝先生と同時期に学生だった牧田先生と邂逅。

思い出の学食へ。好きだったメニューはカレー。

「学生時代を思い出して初心に戻りました」といってキャンパスを後に。

「かつてと名称が異なりますが、いまはより充実してるんですね」

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

自動車整備・実験に特化した実習施設に「感心するばかりです」。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。



当時教わっていた技術職員さんと再会。卒業アルバムと同じ場所で記念撮影。



思い出の学食へ。好きだったメニューはカレー。

「学生時代を思い出して初心に戻りました」といってキャンパスを後に。

「かつてと名称が異なりますが、いまはより充実してるんですね」

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

自動車整備・実験に特化した実習施設に「感心するばかりです」。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

帝京大学の教育理念である「自分流」とあらためて向き合う。

社会貢献度の高いものづくりをしませんか。

トラックボデー製造を通じて国内外の経済活動を支え、広く社会に貢献する。そんな当社の使命に共感し、技術の継承や進化を担っていただける次世代の人材を求めています。



山田車体工業

1946年、木骨を主体としたトラックの運転台および荷台の製作を主業として創業。開発・設計・製造・販売を一貫して行い、変化する物流業界の期待に「ニーズをカタチにする」をモットーに応える。主力製品は、荷台の後方および両横が開閉する「フラップボデー」。ユーザーによる新車発注時に自動車メーカーから注文を請け、一台ごとにオーダーメイドで対応。独自のノウハウや特許を有し、卓越した性能と品質で絶大な支持を得ている。

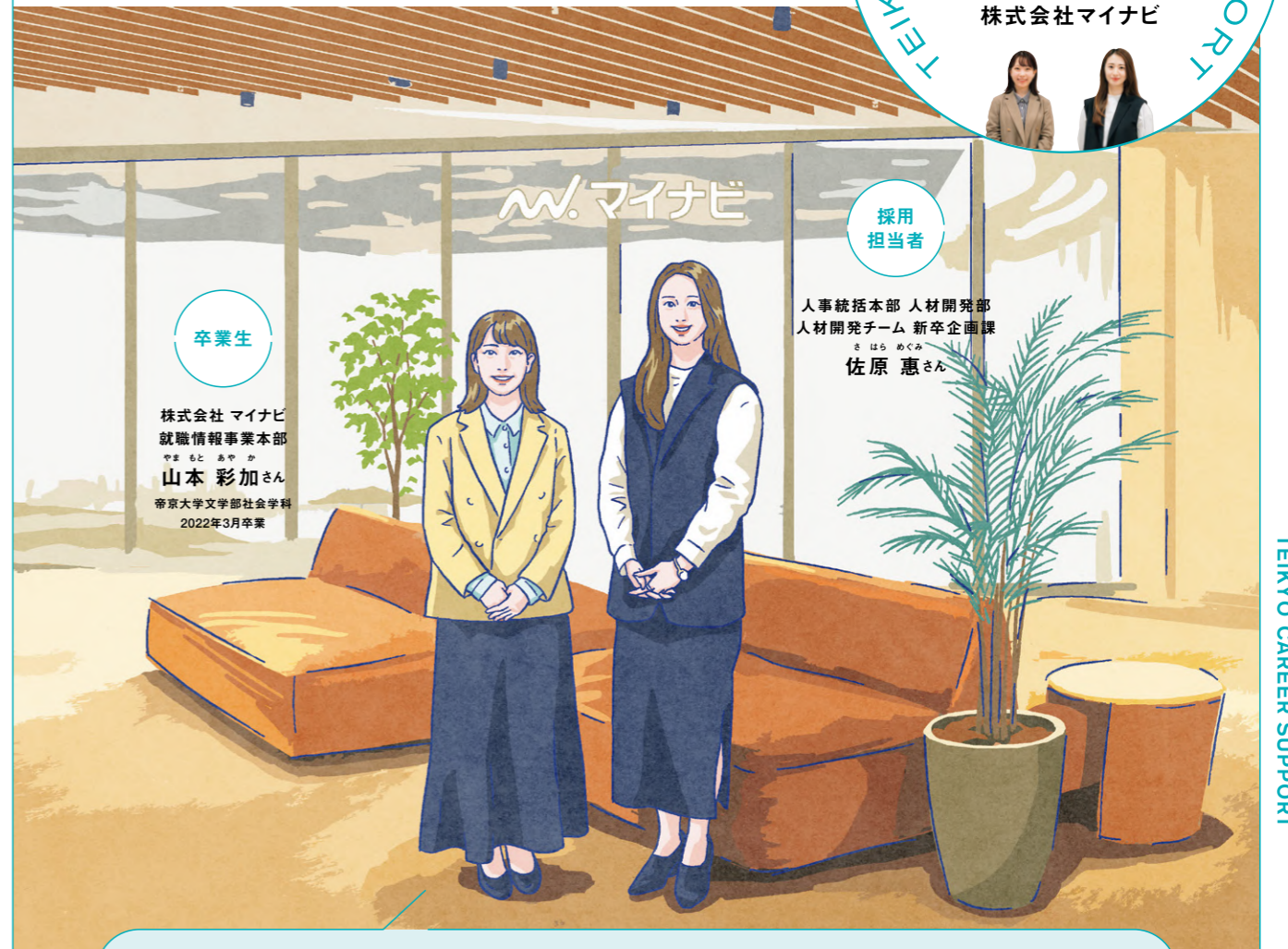
経営者

意見を通したい時ほど説明し、
教えを請いながら理解を得ること。

社長に就任したのは、先代社長である父が他界した年でした。数年前からの心の準備ができていたので、就任後の構想を練り、30歳と若年でしたが覚悟をもって事業を継ぎました。強いて苦労話をすれば、年齢や経験不足を危惧する声や視線を社内外から感じたことです。そこで、自分の意見を通したい時ほど周囲に丁寧な説明を行い、教えを請いながら理解を得ようと努めました。めざしているのは、トラックボデー製造のけん引役として、進化しつづけるヤマダであり続けることです。社長就任以来、経済危機や不況という逆風の中でも、設備投資などを積極的に行ってきた。先々の備えとなる布石を地道に打ってきたからこそ、企業として成長を持続できていると自負しています。仕事の成果が形となって公道を走り、社会経済に貢献している。そんなやりがいを胸に、誇りを持って働く社員が揃っており、私の原動力となっています。



就職・進学情報の提供を軸に、さまざまな事業を展開する「マイナビ」。
 帝京大学文学部社会学科を卒業し、現在は新卒就活サイトの法人営業担当として活躍する山本彩加さんに、就職活動中のごきごとや仕事の魅力について伺いました。



新卒採用メディアの営業として法人向けの提案を行っています。

Q1

マイナビのいいところってどんなところ？

誰もがいきいきと働く
 活気あふれる社内。

入社前の採用面接で会った社員の方がたから、本当に仕事を楽しくしていることが伝わってきて、とても印象に残っています。実際入社してもその印象は変わらず、すごく活気のある会社です。全国の社員を対象とした表彰式にて、ジュニア新人賞を獲得した際に達成感を感じました。クライアントが抱える課題に対して、解決策や商材を提案し、入社までフォローできることがやりがいです。

多様な事業領域で
 幅広いキャリア形成が可能。

求人広告や人材紹介のほか、情報メディアなど、事業領域が多岐にわたるのが当社最大の特徴。社内でも異動するだけでも他社に転職したようなさまざまな経験が積める組織だと思います。そのため社員のスキルやキャラクターも実に多様。そんな社員たちが、自由と責任のバランスをうまくとりながら働いているのがマイナビです。

Q2

就職(採用)活動中にどんなふうにあプローチをした？

逃げ出したい局面も
 忍耐力で乗り切った。

面接を受けていると、他大学の学生がすごく優秀に見えて、逃げ出したいところもあって、いかに巻き返すかを考え続けることで忍耐力が向上。結果、厳しい局面も乗り越えることができたと思います。就活中もアカペラサークルの活動を継続していたので、疲れた時には仲間と一緒に歌うことが息抜きになっていました。

双方の幸せな未来のため
 フット感を重視。

採用において重要なのは、フット感。就活時に背伸びをしなくなる気持ちでも分かりますが、不幸なミスマッチが起きないように、お互いの相性を見るよう配慮しています。そのためにも学生さんたちには、優等生的な模範解答ではなく、ご自身の言葉で正直にお話いただきたいです。これまでの人生で、どんなことを経験してどう感じたのか？その「価値観」を私たちは知りたいと思っています。



Q3

就職活動の楽しさとは？

面接を重ねることで
 新たな自分を発見。

大きな転機は、面接官から言われた「自分の軸がブレている」という言葉。自分なりに考えて準備して面接に挑んだつもりだったので、とてもショックでしたが、これがきっかけで、自分が本当にやりたいことをじっくりと考えられ、いい就活ができました。この経験は就活以外にも生きていて、自分の長所や社会人としてこれから伸ばしていきたい部分にも気づくことができました。

いつか自分の財産となる
 多くの経験ができる機会。

これだけ短期間でいくつもの企業を知るのには、新卒就活ならではの面白さ。会社説明会でも、インターンシップでも、できるだけ多くの場に足を運んでみてほしいです。自分で選択肢を狭めるなんてもったいない！その経験は、将来必ずご自身の財産になります。採用担当者としては、自分が面接した学生さんが入社して楽しそうに働いているのを見た時、何よりうれしい瞬間です。

Q4

一緒に働きたい人物像とは？

新しい環境において
 全力投球できる人。

何ごとに対しても一生懸命、全力でがんばれる人ですね。特に社会人になりたての時は、日々の経験から目につけばいっしょに学んで自分なりに消化していくことが不可欠だからです。一方、社内のフォロー体制はすごくしっかりしているので、先輩に質問すれば嫌な顔ひとつせずに対応してくれます。またオン・オフの切り替えが上手な人が多いので、仕事以外の雑談もすごく盛り上がりやすいよ。

いかに考え、決断したか
 過去の経験からみる主体性。

最も重要視しているのは「主体性」。主体性がないと、どんな仕事においても自分ごととして捉えることが難しいためです。新卒採用の面接では、過去のご経験を聞き出すことで、この部分を探るようにしています。経験した内容の大小というよりも、そのシチュエーションにおいて自らがいかに考え、決断をしたのかといった点を大事にしています。



卒業生のインタビュー動画 [TEIKYO PEOPLE] を
 帝京大学公式YouTubeチャンネルにてご覧いただけます。
 ●アクセスはこちら



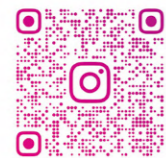
自分を喜ばせる、人を喜ばせることができるお菓子。「今回はお菓子特集なのでお菓子が食べられます」と言うと、すべからず学生たちも笑顔になりました。

「おやつ」は、1日2食が当たり前だった江戸時代に、「八刻（やつどき）」（いまの14時から16時ごろ）に栄養補給のため食べていた軽食が起源だそう。現代では嗜好品の面が強いですが、そのなかであえて栄養面や生活面のサポートを重視したお菓子も出ています。気になる方は是非7ページ目をチェック。

しかし、やっぱりお菓子の力といえば（おいしいのは大前提として）、会話の種になることではないでしょうか。「なに食べてるの?」「これおいしいんだよ、知ってる?」という会話のハードルの低さといったら、天気の話と同じぐらいの低さです。でもお菓子は食べておいしい、シェアしてうれしいので、天気の話よりなお良い。地元のめずらしいお菓子や、ギフトに適したお菓子、ちょっとしたお菓子豆知識なども集めたので、ぜひ買って食べて、会話の種にもらえたらうれしいです。お菓子の効力は、女子バスケットボール部の部員たちの笑顔を見たら、納得のはず。

Official Instagram

帝京大学の公式Instagramでは、本学からのお知らせやお役立ち情報をはじめ、多岐にわたって活躍する在学生たちの姿をお届けしています。



TEIKYO UNIVERSITY

@teikyo_university

Flair

vol.129

MARCH 2024
SPRING



制作 Mo-Green
発行 TEIKYO UNIVERSITY
cover photo: Kenji Nakata

News

帝京・ハーバード学術提携30周年記念講演会を実施しました。

2024年1月13日、帝京大学板橋キャンパス臨床大講堂にてハーバード大学との学術提携30周年を記念した講演会を実施した。

本学とハーバード大学は、1993年に学術提携を開始してから、30年間にわたり保健医療や公衆衛生に関するさまざまな教育研究活動をともに進め、日本の保健医療分野の発展と人材育成に寄与している。

講演会では、本学理事長・学長 沖永佳史より帝京・ハーバードプログラムの概要とこれまでの歴

史についての講演があり、さらにハーバード大学 T.H.Chan公衆衛生大学院教授 イチロー・カワチ氏による特別講演も行われた。本講演には学内外800人近くの来場およびオンライン参加申し込みがあり、講演後は時間が足りないほどの質疑や活発な議論が交わされ、盛況なうちに閉会となった。

今後も本学ではハーバード大学との連携を深め、教育と研究の国際化を進めることで、その成果を学術的にかつ実践的に活用し社会の課題解決に貢献していく。



News

帝京大学へのご支援をお考えの皆さまへ

本学では、教育理念である“自分流”を生かして社会に貢献するために「教育」「研究」「医療」など、さまざまな取り組みを行っています。つきましては、皆さまのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



帝京大学みらい創造基金
「学生支援」「キャンパス環境整備」「研究支援」などの目的別に
ご支援いただけます。



帝京大学リサイクル基金
読み終えた本・DVDなどでご支
援いただけます。

Backnumber



Flair124
あの人が
頑張れるヒミツ。



Flair125
ものづくりの夏
2022。



Flair126
やっぱり
スポーツが好き!



Flair127
いま、
伝えたいこと。



Flair128
どうせなら、
「いい就活」をしよう。



バックナンバーは大学
HPよりご覧いただけます。



News

理工学部古賀教授が株式会社 明治との共同研究で
カカオ未活用部分に含まれる保湿成分を新発見。

2024年1月10日、株式会社 明治のカカオ“美容”新素材発表会にて、理工学部バイオサイエンス学科教授 古賀仁一郎が登壇。同社との共同研究で、チョコレートの原材料であるカカオの未活用部分に、保湿成分「カカオセラミド」が極めて多く含まれているという世界初の発見を発表した。

セラミドは、コラーゲンやヒアルロン酸などと同様に保湿成分として注目されている素材で、食品用と化粧品用に分類される。植物から抽出される天然由来のセラミドの中で、食品用の「グルコシルセラミド」は健康食品の素材として使用されるなどの研究開発が進んでいる一方、スキンケア成分として使用可能な「ヒト型遊離セラミド」は、含有量が少なく希少とされていた。加えて、植物から抽出されるセラミドは、構成を知るための厳密な定量分析が難しいとされていた。

そこで、古賀教授の研究室は本学理工学部先端機器分析センター技術職員 湯本絵美と

ともにさまざまな検討を行い、新しい植物セラミドの分析定量方法を確立。古賀教授らはこの最新の分析技術を用い、カカオハスク(種皮)という従来カカオの中でも未活用だった部分に、他の植物よりはるかに多量のセラミドが含まれていることを発見。さらに、その中には「ヒト型遊離セラミド」が極めて多く含まれていることを突き止め、化粧品用途への可能性を見出した。カカオセラミドは、ほかの植物よりもセラミドの含有量が極めて高いことから抽出・製造に関する大幅なコストダウンが期待でき、さまざまな食品や化粧品に利用されることが見込まれる。さらに、カカオの未活用部分を有効活用することで、サステナブルな美容素材としてカカオ産地も社会も豊かになる循環を生み出すことが期待される。

今後も帝京大学は、こういった研究活動を通しサステナブルな社会への貢献、ウェルビーイング化をめざす。





お面 585円
レジ券にお申し付けください

お会計

お菓子

イカ

