

MMU SHiP

宮崎公立大学の今を伝える

エムエムユー
シップ

vol.15

2021. March

巻頭特集

コロナと 私たち

Youはおうちで何してた？

学生企画 1

餃子三強入りにむけ
民間と行政がタッグを組んで
餃子県へ！

学生企画 2

知りたい、あの人の好きなモノ

視界よっ！

KYO-SHiP

@MIYAZAKI

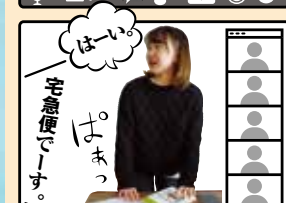
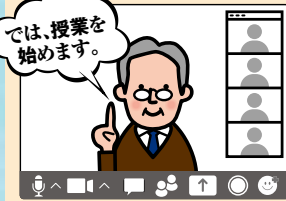
CIRCLE de GOSHIP

MMU NEWS

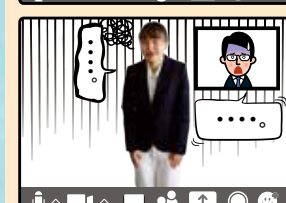
いいだしっぺ

未来のCompass

リモート失敗談
(講義にて)



リモート失敗談
(面接にて)



料理

自立への第一歩！
みんなでレッツ・クッキング！

大学生になり一人暮らしを始める際に不安なことの一つが自炊。コロナ禍で外食も行けず自炊をする機会が増え、料理の腕が上がった人も！そんな中、実際にMMU生が作ったおすすめレシピを共有しちゃいます。



2 これは絶品！
豚バラ肉の角煮

豚バラ肉（500g）を好みの大きさに切り全面に焼き色がつくまで焼く。鍋に肉と生姜（4枚）、水（肉が隠れる程度）を入れて40分ほど下茹でする。肉とゆで汁を分け、鍋に肉と煮汁（茹で汁400cc・酒100cc・砂糖50g・醤油100cc・生姜4枚）を入れ、沸騰したら弱火で落とし蓋をして30分ほど煮れば完成!!

MMU生行きつけのスーパー
マルイチ
公立大から徒歩5分。
日用品から食材まで売っており、価格もお手頃で夕方はMMU生でいっぱい。特に毎週火曜・水曜は特売日になっているのでオススメ！Edyを作ってさらに便利に！



2年生 村田 葵
宮崎県立日向高校出身

食べることが好きなMMU生。食べたいものを見つけたら自分で作るスタイル。運動する暇がないを言い訳に食事改善で健康維持中。お料理大好きです！

1 梅好き大集合！
ささみの梅しそチーズフライ

大葉（3枚）とスライスチーズ（3枚）、鶏ささみ（3枚）を半分に切り、下からささみ→大葉→チーズの順で挟んで巻く。☆ここで梅肉大さじ2杯を挟むことがおいしさアップのポイント！薄力粉（15g）、溶き卵（1個分）、パン粉（60g）の順につけ、170℃の油で4分揚げれば完成!!



誰でも簡単！
レンチンレシピ



濃厚サバトマトカレー（朝昼夜3食分）
サバの味噌煮1缶（150g）、トマト缶半分（200g）、カレーウ（2かけ）、牛乳（50cc）を耐熱皿に入れて500wの電子レンジで6分加熱。味が均一になるように混ぜ、ご飯にかければ完成!!

小説 漫画

きっとあなたの力になる！
みんなでレッツ・読書！

悲しい時、壁にぶつかった時など様々な時に教科書となってくれるのが本。読書が苦手な人もまずはおすすめの本を読んでみてください。あなたにとって運命の一冊になるかもしれません。



吉田 誠治 著
バイ インターナショナル

『ものがたりの家』

物語の世界に行きたい！そんな風に思ったことはありませんか？この本は住んでみたい空想の家をとても細かいグラフィックで描いている本です。その家に住んでいるキャラクターや生活設計まで設定されていて、私たちの想像を膨らませてくれます。

川瀬先生オススメ

人間のルーツとは!? おうち時間にじっくり読んでほしい本



ユヴァル・ノア・ハラリ 著
柴田 裕之 訳
河出書房新社

『サピエンス全史』

私たち人類（ホモ・サピエンス）は、互いに協力・信頼し合って、厳しい環境を生き抜き文明を発展させ、繁栄を築いてきた。なぜそんなことができたのか？その謎に迫る「へえ〜」連続のベストセラー。



教授 川瀬 隆千
専門分野：社会心理学・コミュニティ心理学



岸本佐知子 著
三浦しをん 著
吉田 篤弘 著
吉田 浩美 著
文藝春秋

『「罪と罰」を読まない』

ドストエフスキーの代表作『罪と罰』。その未読者が集い、物語の断片と推理力で読み深めていく読書会ルポ。難解な名著もみんなて読めば怖くない!? 新感覚「読書のススメ」。



図書館司書
峯 朗子



ハンス・ロスリング 著
オーラ・ロスリング 著
アンナ・ロスリング・ロンランド 著
日経BP

あなたの常識は本当に正しい!?

『FACT FULNESS』
—10の思い込みを乗り越え、データを基に世界を正しく見る習慣—

世界中で何らかの病気の予防接種を受けている一歳児は何%いると皆さん思いますか？答えは80%です。予想よりも多かったのではないのでしょうか。この本は、そうした思い込みをデータに基づいて正してくれます。世界を正しく多角的に見るために、是非読んでみてください。

司書さんオススメ

傑作は想像を超える! 前代未聞の“新”読書術



泣いて笑って感情豊かに! みんなでレッツ・映画鑑賞!

映画好きで有料動画配信サービスを利用する人も多いMMU生。コロナ禍で増えたおうち時間、どんな映画を観ていたのか聞いてみました。ドはまりするかもしれませんよ。



人種差別について考える映画

『タイタンズを忘れない』

人種差別が色濃い町のアメフトチームのコーチになったのは黒人の男性だった。黒人と白人の合同チームになり初めは衝突ばかりだったが、アメフトを通じて彼らは心を通わせていく。人種なんて関係ない、改めてそう思わせてくれます。



2年生 三谷 野々香
宮崎県立宮崎商業高校出身

映画鑑賞が趣味のMMU生。好きなジャンルはヒューマンドラマで、一番好きな映画は『フォレスト・ガンプ』! 映画鑑賞にポテチとコーラは欠かせません(笑)



准教授 松本 祐子
専門分野：英語教育学



DVD ¥1,572(税込)
発売元：ワーナー・ブラザース ホームエンターテイメント
販売元：NBC ユニバーサル・エンターテイメント

松本先生オススメ

ジュリー・デルピーの伝説アクセントがキュート♡

『ビフォア・サンライズ 恋人までの距離 (ディスタンス)』

電車で偶然出会った大学生2人が途中下車し、翌朝までウィーンの街を散策する話。2人の会話と街の雰囲気がとてもおもしろ。恋がしたくなる映画です。9年後の続編『Before Sunset』も併せてどうぞ。

©1995 Castle Rock Entertainment.



自己肯定感爆上げ映画

『アイ・フィール・プリティ! 人生最高のハプニング』

自分の容姿に自信のない主人公レナーは、ある日事故で自分が美女になったと思込むようになる。見た目は変わらないのに自信溢れる彼女の姿に、周りの人は次第にひかれていく…。自分かわい! それの何が悪い! そう思わせてくれる映画です。

©2018 TBV PRODUCTIONS,LLC. ALL RIGHTS RESERVED.



Blu-ray & DVD 発売中
発売元・販売元：パッパ



終始号泣映画

『7番房の奇跡』

知的障害のあるヨングは、娘と貧しくも幸せに暮らしていた。そんなある日、ヨングは無実の罪で死刑を宣告されてしまう。自分よりも幼い娘を思いやるヨングの姿に誰もが涙するでしょう。お父さんってやっぱりすごい…。

©2012 NEXT ENTERTAINMENT WORLD Inc. & FINEWORKS Co., Ltd. All Rights Reserved.



発売元：ミッドシップ
販売元：TC エンタテインメント

餃子三強入りにむけ 民間と行政がタッグを組んで 餃子県へ！

宮崎市は2020年上半期の餃子支出額・購入頻度で全国1位に輝きました。以前から購入頻度は上位でしたが、支出額が低くこれまでは1位になることが厳しい状況でした。しかし、コロナ禍のいま、なぜ宮崎市の餃子が1位に躍り出たのか、そして1位になったことで何がもたらされたのか、その理由をお二人のキーマンにおきしました。

宮崎のため、何としても 年間1位を獲得したい！

渡辺 愛香さん 宮崎市ぎょうざ協議会 会長
株式会社 屋台骨



2020年9月に発足した宮崎市ぎょうざ協議会。初代会長の渡辺愛香さんに、2020年の年間ランキングが発表される直前に宮崎県上半期餃子消費量1位の要因と今後の取り組みについてうかがいました。

宮崎県の餃子が日本一！？

宮崎市の餃子が1位になった要因としてはやはり、新型コロナウイルスの影響が大きいと思います。自粛期間中は家庭で過ごす時間が増え、もともと餃子を食べる習慣があった宮崎市民にブー스트がかかったことが要因として考えられます。その結果、1位になったことで宮崎市の注目度が一気に高まったのが非常にうれしい出来事でした。餃子といったから板橋市宇都宮市と静岡県浜松市が有名で、この二つが主に全国の二強と呼ばれていました。そこに宮崎市が突然ランキングしたことでメディアの方々から多くの取材などをいただき、宮崎市といったら「餃子」というイメージが徐々に広まりつつあります。残念ながら下半期のランキングは下降していますが、全国の餃子三強入りを目指して様々なイベントやサービスを行っています。

具体的な取り組みとしては、耳の形に似ている3という数字を使って、毎月3日を餃子の日と制定しました。この日は飲食店の定価の餃子を通常より安く買えたり、個数を一つ増やしたり、餃子消費の向上につながるようなサービスを行っています。今後は協議会で多くの活動を行っていきたいのですが、新型コロナウイルスの影響が続いている中、現在は本来の役目を十分に果たせていない状況です。ただ今後の目標としては、やはり下半期

餃子の消費拡大のために必要なポスターやのぼり。これら販促グッズの制作を宮崎市観光協会がサポートしています。協会として餃子を観光資源としてどのように考えているのかうかがいました。

宮崎の新たな観光資源として

宮崎市観光協会では、宮崎市への経済効果や誘客効果を高めることを前提に事業に取り組んでいます。宮崎市にいらつしやる多くの観光客の方々は、「食」を目的に来られる方が多く、宮崎牛やマンゴーなどが今のところ主な観光資源となっています。その中で、今回宮崎市ぎょうざ協議会様の立ち上げに伴い、「宮崎ぎょうざ」を新たな観光資源として押し出していきたい、という想いから連携を取らせていただいています。「宮崎ぎょうざ」消費の波が一過性のものにならないよう、

継続的に活動に取り組んでいき、ブランド化を実現していきたいと考えています。また、宮崎市ぎょうざ協議会様のスタンスである宮崎県内産の餃子の食材を仕入れ、地元の方々と連携を取り、餃子産業を盛り上げるという気持ちは一緒です。将来的には「宮崎の新たな食の県産品」として全国に発信することが目標です。

コロナ禍での「宮崎ぎょうざ」PR活動

今年度につきましては、県外でのプロモーションなどはなかったのですが、県外からの取材問い合わせや情報発信番組には積極的に対応させていただいており、その他、宮崎市観光協会ホームページでの特集を掲載させていただきました。新型コロナウイルスの感染状況をみながらはなりますが、宮崎市ぎょうざ協議会様と連携してイベントを開催したいと考えています。



宮崎市観光協会の矢野さん

餃子食べ歩きMAP
宮崎市観光協会が作った「餃子食べ歩きMAP」



でも宮崎市が1位を獲り、全国で餃子といえば宮崎となることを目指しているの、それを達成できるよう、活動を続けていきたいと思っています。

餃子を通して伝えたいこと

ぎょうざ協議会として、一番伝えたいことは餃子の魅力です。ランキング以上に餃子で使われている新鮮な野菜やお肉などの「食材が持つ魅力」を伝えたいと思っています。特に宮崎は安価で質の高い食材がたくさんそろっているの、それらを使っておいしい餃子を作ることができます。餃子は作り方がシンプルで、栄養バランスのいい食べ物ですので、気軽にご家庭でも作って食べてほしいというのも我々の願いです。



株式会社 屋台骨
宮崎市新別府町釜田1185 宮崎中央卸売市場内
☎0985-28-2945
営業時間：10:30～14:00※スープがなくなり次第終了
定休日：日曜日・祝日



2冠同時初!! 宮崎市「支出金額」「購入頻度」

平均支出ランキング	平均購入頻度ランキング
1位 宮崎市 (1,917円)	1位 宮崎市 (472個)
2位 宇都宮市 (1,886円)	2位 松江市 (434個)
3位 京都市 (1,635円)	3位 大津市 (423個)
4位 浜松市 (1,522円)	4位 大分市 (418個)
5位 大津市 (1,479円)	5位 堺市 (418個)
全国平均 1,083円/6ヶ月	全国平均 351回/100世帯6ヶ月あたり

2020年上半期に宮崎市は支出金額と購入頻度で2冠を同時に獲得しました。いかに宮崎市民にとって、家庭で食べる餃子が身近なものであるかということがうかがえる結果となりました。

2021年2月5日、年間ランキングが発表され、宮崎市は支出金額で3位、購入頻度で1位となりました。

*一般社団法人焼餃子協会が総務省による会計調査統計から算出。

書店でも売り切れ!?

「宮崎餃子本」

TSUTAYA書店宮崎高千穂通り店では、宮崎市の餃子消費量増加に伴い、『宮崎餃子本』を入荷。1度は完売してしまい、再入荷がかかったほど。「宮崎ぎょうざを盛り上げるために『何か宮崎県民としてできることはないか』とコーナーを設けて応援しています」と店長。





France
フランス



エッフェル塔の下にはたくさんの観光客がいました

今いる環境にはないものを 与えてくれるのが海外での経験

パリでは、サッカーの試合を観戦し、その熱量に圧倒されました。人生にとって大切なことを得て、視野を広げることができました。多少お金はかかりますが、時間とお金は取り返しがつかないので「行きたい」と思うなら行くべきだと思います。



ガラス張りがお洒落なルーブル美術館



熱気と歓喜に包まれたPSGのスタジアム



Royal Adelaide Showの移動式遊園地



アデレードにたくさんあるうちの一つのチョコレート専門店での一枚



オーストラリアの夕日



宮崎に留学している

3年生
王 允彬 (オウ インビン)
経営学ゼミ
大分県立大分西高校出身



青島の夕日



青島神社近くの鬼の洗濯板



西都原で花見をした時の一枚

Enjoy!

Japan
日本

自分の立場にかえて その文化や価値観を 理解すること

波の音を聞きながら青島の夕日を見るのが気に入ります。留学を通して学んだのは、他人の立場で物事を考えることです。文化の違いによって生まれた価値観の違いがあるのは当然のことなので、その文化や価値観を理解しようすることが大切だと思いました。

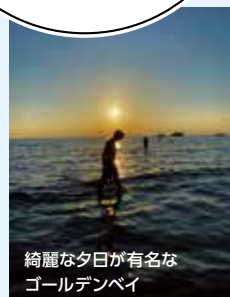


カナダ・カナダに留学、現在はカナダに滞在中

3年生
松崎 達英
英語音声学ゼミ
鹿児島県立国分高校出身



Canada
カナダ



綺麗な夕日が有名な
ゴールデンベイ



コミノ島のブルーラグーン



友達の誕生日に行ったカナダのサイプレス山

日本と海外の違いを 実感できることが、 留学の醍醐味

マルタで好きな場所はコミノ島とゴールデンベイです。カナダはサイプレス山で、どれも素敵な思い出ができた場所です。留学では英語力向上に焦点を当て、そこでしか体験できないカルチャーショックは率先して体験するようにしています。



カナダ・バンクーバーに留学

4年生
吉岡 光聖
文化人類学ゼミ
熊本県立東稜高校出身



Canada
カナダ



サイエンスワールド付近の公園



チャイナタウンの街並み



公園で出会った人の犬

新しく得られた経験や考え方が 大事な財産

サイエンスワールド周辺の公園で過ごす時間が気に入ります。のどかな公園の開放感が好きで、ここで初めて会う人と話す事もあります。ずっと留学に憧れはありましたが、知らない世界に飛び込むことで新しい経験や考え方を取り込むことが出来ました。



フィジーに留学

3年生
井上 瑠々
Intercultural Communicationゼミ
宮崎県立宮崎西高校出身



Fiji

フィジー共和国



カシミールの丘から望める絶景

Beautiful

自分の人生を豊かにするために、 未知の国フィジーへ

街と海が見渡せるカシミールの丘は絶景です。発展途上国であるフィジーで過ごしていく中で困難を乗り越え、幸せとは何なのか気づくことができました。留学は自分の可能性に気づき、自分を好きになることができると思います。



クリスマスに、子供たちへプレゼントを
渡しに行ったときの一枚



毎週日曜日のチャーチの目。チャーチ終わり
はお昼ご飯をごちそうになっていました

MMUの教員が、講義では垣間見ることのできない「頭の中」を語ります。

学問の目的は 人が幸せに暮らすこと

教授 四方 由美

SHIKATA YUMI

一冊の本が「ジェンダー」と出会うきっかけに

京都府舞鶴市で生まれ、育ったのは千葉県です。関東圏で大学まで過ごして、大学では社会学部でマスコミ学を専攻していました。3年生の後期に、たまたま出席した犯罪社会学の講義で『ジェンダーの社会学』（新曜社、江原由美子ほか編）が紹介され、興味を惹かれて「これを勉強したい」と思ったのをきっかけに、大学院まで進んで勉強しました。男女共同参画社会基本法という法律ができた1999年に宮崎に赴任して来たのですが、まさに宮崎でも男女共同参画への取り組みが始まる年でした。この20年、宮崎の男女共同参画と一緒に、歩んできたと思っています。

20年前は「ジェンダー」という言葉は知られていなかったのですが、今はSDGsの目標にもあるように、ジェンダーパースペクティブ（ジェンダーの視点）で物事をとらえることは当たり前になっているので、時代によって学問の在り方が変わってきていると思います。

学問の目的というのは、人が幸せに暮らすことだと思うんです。「ジェンダー論」は、どうしたら人が対等に関係を築くことができるのかを論じる学問なので、たくさんの方が議論に参加して、ジェンダー論を通して、性別や性的指向に関わらず個々人が尊重される社会を目指すことができればうれしいと思います。

大学教員として社会に対してできる社会活動

大学教員の仕事は3つあると考えています。「教育」「研究」「大学運営」です。そして、4つ目の仕事があるとすれば、学生さんと一緒に地域に出で活動することです。学生の皆さんはせっかく地域の大学で学んでいるのだから、宮崎の地域に出て時間や経験を共有できたらいいなと思います。その結果が自分たちの学びや社会生活に帰ってくると考えて、積極的に行っています。それが実現できているのは、運よく地域からお声かけいただいたことと、「やりたい」と言って活動に参加してくださる学生さんがあつまってくれているからです。

現在保健室と連携して布ナプキンの普及活動にも取り組んでいるのですが、その活動を通して私が伝えたいのは、布ナプキンの良さだけではなく「リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

（性と生殖の権利）」なんです。性と生殖について知ることとは大事な権利なので、それを実感として知ってもらうためのツールとしての布ナプキンです。そうやって知ってもらうと「自分の体のことなのになんで知らなかったんだろう」と、布ナプキンをきっかけに考えてもらえると思っています。

私は、どうやったら人が快適に楽しく暮らせるだろうかと考えるのが好きです。布ナプキンもその一つです。「痛みを我慢しない」なんて一番基本的なことなのに、「生理だからしょうがない」とみんな諦めてしまうじゃないですか。そういう人たちに新しい選択肢があることを伝えたいです。



しかたゆみ／専門：ジェンダーとメディア。東洋大学大学院社会学研究科博士後期課程単位取得退学。平成11年より本学専任講師、准教授を経て平成26年度より本学教授を務める。



ウェブでもご覧になれます
<http://www.miyazaki-ebooks.jp>



音が鳴らす“感情”を響かせる

「歌うことが私の健康のバロメーター」「歌は自分の中の一部」ひかるさんは歌という存在をこのように表現してくれた。

幼いころから、とにかく音楽を聴くことや大声で歌うことが大好きだったひかるさん。母の影響で洋楽ばかりを聴いていた幼少期。洋楽の歌詞を何回も聴いて耳でコピーしたり、聞こえてきた発音をノートに書いたりして歌を学んだ。現在は、カバー曲を歌うときに自身の言葉で和訳をして、わからないときはネイティブの友達に聞いて、自分自身の言葉にして思いを届けている。

9歳のころ、障がい者施設のお祭りで歌ったことが彼女にとって初舞台であった。人前で歌うことに躊躇していたが、「やらないで後悔するよりもやって後悔するほうがいい」という母の言葉が背中を押した。元トランペット奏者である祖父はひかるさんの一番のファンだそう。毎日のようにひかるさんの動画配信を心待ちにして楽しんでいる。飾らず、どこでも物怖じしない姿勢が彼女の良さである。そしてその姿勢や歌う環境を家族や友達は素直に受け入れ、応援してくれている。

有名になることが目的ではなく、自分の歌で一人でも多くの方が笑顔になってくれればいい。そして年齢問わずみんなが元気になるそんな環境を世界中に増やしていきたいとひかるさんは語る。

音楽だけじゃない音楽を世界中に

作詞・作曲も手掛けるひかるさん。ひかるさんにしか生み出せないメロディーや言葉は多くの人を魅了し、元気づけている。「自分にしかできないことを確立する」という彼女の夢には、歌うことに使命感を持ち続け、多くの人を元気づけるそんな影響力のある人になりたいという強い気持ちも込められている。

まだ世に出せていない曲も多く、2021年は自分の曲をもっとたくさんの人に聴いてもらうことが目標だと教えてくれた。

TikTokやYouTubeを通して、ひかるさんの歌声は今も多くの人を元気づけている。

Shiny Hikaru

Instagram https://www.instagram.com/shiny_hikaru/?hl=ja

Twitter https://mobile.twitter.com/shiny_hikaru

TikTok <https://vt.tiktok.com/ZSXonLjw/>

YouTube <https://youtube.com/channel/UCeWNqShSV0TMpqGzqwnYtUw>

山口ひかる

4年生・宮崎県立都城商業高等学校出身

内藤 徹人

3年生・岐阜県立可児高等学校出身



カメラからみえる景色

大学生になり、初めての夏休み。取り立ての運転免許を持って、地元岐阜県から石川県の渚ドライブウェイへ出かけた。そこで見た夕日があまりにもきれいで、スマホで何枚か写真を撮ったが、納得のいくきれいな写真を撮ることができなかった。その時にカメラを買おうと決めた。この出来事がカメラの道へ進むきっかけとなった。「カメラってすごく幅広い分野と結びつく点があるんです。社会人になって、趣味を広げていったとしても絶対に手放すことはないと思います（笑）」そう語る内藤君は、カメラは一生付き合っていきたい存在だと話してくれた。

いろんなところに出かけることが好きで、毎回カメラを持ち歩くようにしている。その出向いた先で出合う様々な表情を持った日本の景色を忘れることなく、記憶の断片にとどめておくためにも、撮影を続けている。また、写真を撮って友人に喜ばれる機会が何度もあり、「ありがとう」といわれたときに続けようという気持ちになるそうだ。

カメラは僕を作り出す、未来への扉

“常にガチで！”これは、内藤君のカメラに対してのルールである。気に入る写真が撮れるまでアングルを気にしたり、納得がいくまで粘ったり、とにかく本気で向き合うことを大事にしている。その結果、写真展で入賞した経験もある。写真展に応募し続けることや、過去の受賞者の作品を見て研究するなど趣味にとどまらず、自分の力試しとしているいろんなことに挑戦し続けて、可能性を広げている。

最近、友達と夜中に韓国岳に登って星空を撮るのが好きだという。海に行けば、朝日や夕日を撮る。海のない地元岐阜県では撮れない景色を宮崎で楽しんでいる。

将来は、自分が撮った写真を使って広告を作れるようになるため、企業の広報部に入り商品の魅力を発信していきたいという夢を教えてください。

山口さん

内藤さん



誌面で紹介できなかった内容は
公立大オフィシャルYouTubeにて公開中



MMUSHIP vol.15 10



“一生付き合っていきたい存在”

知りたい！あの人の好きなモノ／
平凡な日々を楽しくさせる方法は？あなたをハッピーにさせるモノはなに？
自分らしく輝く、そんな素敵な学生さんの好きなモノを教えてください。

宮崎の エコビジネスに 新風を！

自然豊かな宮崎県。県の面積の76%を森林が占め、温暖な気候を利用して様々な作物がつくられています。今回は「餌肥杉」と「食品ロス」に着目し、宮崎ならではの環境に配慮した商品を私たちのプロモート案として紹介します。

視点
1

**餌肥杉を原料にした
何度も使えるマイストロー**

宮崎の餌肥杉が日本に誇る木材であること
を知っていますか？
今回、私達は環境問題をテーマに餌肥杉を
使ってエコ？おしゃれの観点から餌肥杉マイ
ストローを提案しました。オリジナルの一本
を持つてあなたもおしゃれなエコライフを過
ごしてみては？

餌肥杉の特徴

「餌肥杉」は今から約400年前の江戸
時代初期、餌肥藩の財政を助けるために植林
されたのが始まりとされています。江戸時代
には主として船を造る舟材として、また建
築材として使われおりて藩の財政を支える資
源でもありました。

**さまざまなマイ○○が
あるけれど……**

現代社会において、環境保護への様々な取
り組みが行われています。例えば、スーパ
ーのレジ袋の廃止やプラスチック製ストローか
ら紙製ストローへの移行などが挙げられます

が、紙ストローにおいては、水に弱いため持
ち歩きに不向きであることや、繰り返し使う
ことができないという問題点があります。そ
こで現在需要が高まっているマイ箸、マイボ
トルなど、マイ○○の観点から、ストローで
楽しくエコライフを送る方法はないかと考え
ました。エコ活動に対して一人一人が取り組
むことが必要不可欠になっている現在だから
こそ、マイストローの利用を通じて今までに
はない新しいおしゃれや楽しさを感じる人が
増えるのではないのでしょうか。

**お気に入りの一本を
作ってみよう！！**

私達が提案するマイストローは、宮崎県が
生産第一位を誇る餌肥杉で作った、繰り返し
使える持ち運び用のストローです。餌肥杉は
湿気に強く腐りにくい、曲げに耐え加工しや
すいといった特徴があるためストローに適し
ています。また、使い捨てではなく洗って繰
り返し使えるストローを持ち歩くことで、普
段なら廃棄していたストローがゴミになるこ

**どうしてプラスチックは
よくないの？**

2020年7月1日から全国の小売店で原則、プラ
スチック製のレジ袋を有料にすることが義務化され
ました。なぜ、プラスチックがよくないのかは、
魚がプラスチックを食べてしまうからなのです。

**マイクロプラスチックごみに
なるまで**



※「エコみやざき No103」宮崎県・環境みやざき推進協議会より抜粋



餌肥杉の特徴は4つ！

- 生活素材に適している
- 曲げやすく加工しやすい
- 湿気に強く腐れにくい
- 油分を多く含むため、水を弾く

視点
2

**宮崎の農産物を活かして
エコキャンドル**

一般的にはドライフラワーを使用し
ます。捨てるため野菜や果物の断面を活
かした、あなただけのマイボタニカルキャ
ンドルを作りませんか？

**「食品ロス」のこと
知っていますか？**

宮崎県ではピーマンやきゅうり、きんかん
やへちまなどのたくさんの野菜や果物が生産
されています。
一方で、大きさや形の問題で正規品として
は売れ残り、売れ残った場合は利益にならな
い農作物もあります。
また、野菜の皮や茎など食べられるところ

まで切って捨ててしまうことや、未開封のま
ま食べずに捨ててしまうことが原因となつて
発生する、家庭からの食品ロスは284万ト
ンであり（平成29年度）、とても多くの食料
が捨てられています。
ボタニカルキャンドルを作ることで、無駄
になつてしまう野菜や果物の存在を知つても
らい、少しでも減らそうと意識してもらう
きっかけになればと思います。

《参考資料》
環境省『我が国の食品廃棄物等及び食品ロスの
発生量の推計値（平成26年度）の公表について』
<https://www.env.go.jp/press/107969.html>（最
終閲覧日1月26日）

**野菜・果物の断面『萌え断』
キャンドルで癒されよう**

キャンドルは、コロナ禍で増加しているお
うち時間を充実させるためのアイテムとして
人気が高まっています。市販のボタニカル
キャンドルキットは1500円ほどから販売
されていますが、必要な材料は100円
ショップでも手に入れることが可能であり、
誰でも手軽に作ることができます。また野菜
や果物の断面だけでなく、キラキラとしたラ
メやパールなどを入れて作ってみるのもお
すすめです。
現在、野菜や果物の断面は『萌え断』とい
う言葉があるほど人気があります。火をつ
けて炎の揺らぎに癒されることももちろんで
すが、インテリアとしてお部屋に飾るだけで
楽しむことができます。

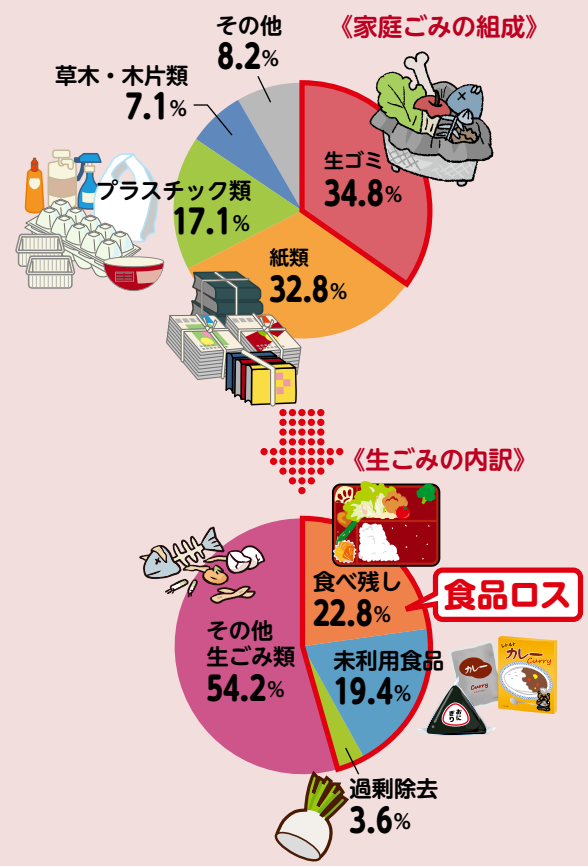
作りかた

- ① 土台となるキャンドルが容器
の中心になるように設置する
- ② ①のキャンドルの周りに、乾
燥させた野菜や果物の断面を
バランスよく入れる
- ③ ジェルワックスを耐熱容器に
入れ、容器にお湯が入らない
ように湯煎する
- ④ 完全に溶けたジェルワックス
をキャンドルの高さまで注ぐ
- ⑤ 注いだジェルワックスが固ま
るまで涼しい場所で冷やす



宮崎県の食品ロスの現状

食品ロスの半分は一般家庭からといわれています。



食べ残し……食べ切れなかった食品の残り
未利用食品……お店に売られている状態のままの食品、または
封が開けられていない食品
過剰除去……調理時に必要以上に除去してしまったもの

宮崎県ホームページ
<https://www.pref.miyazaki.lg.jp/junkansuishin/kurashi/shizen/>
20160729155545.html

**食品ロスの削減を総合的に推進することを
目的とした法律も施行されています**

「食品ロスの削減の推進に関する法律」（略称 食品ロス削減推進
法）が、令和元年5月31日に令和元年法律第19号として公布され、
令和元年10月1日に施行されました。本法律は、食品ロスの削減
に関し、国、地方公共団体等の責務等を明らかにするとともに、
基本方針の策定その他食品ロスの削減に関する施策の基本となる
事項を定めること等により、食品ロスの削減を総合的に推進する
ことを目的としています。
この法律により、毎年10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食
品ロス削減の日」に定められています。

参考資料
消費者庁 食品ロスの削減の推進に関する法律（https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/promote/）より抜粋
環境省「食品ロスの削減の推進に関する法律」の施行及び本年10月の食品ロス
削減月間の取組について（<https://www.env.go.jp/press/107238.htm>）より抜粋
<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201303/4.html#nav>

「議な音があるな」という思いや、その音楽に魅了された場合には「その音楽の中にずっと浸っていたい」という気持ちが強くなり、湧いてくると思います。音楽に魅了されるとその音が奏でられる楽器（声も含む）に対する興味に移っていきます。そして、その楽器を自ら駆使して同じ楽曲を奏でたいという演奏欲に移行していきます。これは学習における動機にあたります。

学ぶ動機ができて、学習の段階に入ります。言語にも音楽にも規則があります。言語の場合、文法ですし、音楽の場合は楽典と呼ばれる音楽理論ですね。文法も楽典も言語や音楽を知るための早道と考えられますが、地道で単調で面白くないというのが一般的

ことばと音楽



たけの・しげる／1957年生まれ。1981年広島大学文学部卒（文学科英語学英文学専攻）。1981年より広島県での高校教員（英語）時代を経て、1993年開学時に本学の助手として就任。趣味はギター演奏。

嫌になるでしょう。それは実践が少ない場合には規則一辺倒になるからです。実際にどう使うのかやってみると、言葉の場合「なんとかわかってもらたけれど、もつとスッキリわかってもらえないだろうか」と欲が出てきます。その時に文法の威力が発揮されるのです。音楽の場合も、「自由に楽器で音は出せるのだけれど、曲としてまとまったものにならないなあ」と感じる

らかの達成感を得られることを喜びとすると次の段階へ進むモチベーション（motivation）につながっていきます。テストがなければもつと楽しめるのにという声がありますね。でも自分の実力を測っておくことは次のステップの大事なことです。階段を登るときも3段階飛ばしまでは可能でしょうが5段階飛ばしや10段階飛ばしは不可能です。言語も同じで今ここに

「音をともなう」ことでしよう。音は空気の振動、バイブレーション（vibration）です。そのバイブレーションの伝わり方で表情が変わります。ことばならばそのことばの表すニュアンス（語感）が伝わるということです。そしてまた、ことばと楽器演奏には、集中的な練習による技術習得が必要で

「ここではことばの学習と音楽について考えてみたいと思います。新しいことばに触れた時も、新しい楽器に触れた時にも、なんだかワクワクします。私にとって、どちらの場合も不思議さと興味深さの両方を感じ、探究欲をくすぐられました。耳慣れない音声で当然意味がわからない。でも何故か不思議な魅力を感じるのです。「いつかそのことばが話せたらなあ」という憧れになり、勉強方法を探していくという流れになりますね。英語の場合は学校で教えてもらえるのでこのような段階は踏まないでしょう。新たな音楽に触れた際、好き嫌いに別れるとしても、「なんだ、この旋律は？」とか「不思議

な印象でしょう。それは実際に使ってみながら理論で裏付けをしていくような学び方をしないで、規則を覚えるばかりになっているからではないでしょうか。規則を知らないで、言語や音楽を学んでいくと最初は良いのですが、必ず限界が来ます。その限界を破ってくれるきっかけになるものが規則であるかもしれません。「規則」と対に用いられる言葉は「束縛」でしょうか。多くの規則を知りそれを駆使できるように熟達すれば、「束縛」から解放され「楽しさ」を満喫できるようにになります。しかし、規則は膨大にありその迷宮に迷い込んでしまった経験があります。なかなか覚えられない時に

ります。言語も楽器演奏も一人で続けるのは辛いです。そんな仲間がいると大変助かるのです。自分がわからない時に他の人ができているのを見て、「ああ、そう言えば（そうやれば）いいんだ」とわかったり、また、友達がわからないで困っているときにアドバイスすることによって、自分の持っている知識が定着することもあります。言葉も音楽もたくさんの人でやると楽しさは倍増するのです。

しょう。次のステップが待っています。音楽の場合には1曲間違えずに演奏できることでしようか。音楽の場合はそこからの奥が深いですね。バイオリンのコンクールに出場する人たちは曲を間違えませんが、なぜ順位がつくのかを考えてみましょう。

すし、習得された技術の維持（メインテナンス）が必要です。つまり、この両者を続けていくには一生がかかるということです。しかし、苦行と考えずに楽しむことを考えるとこれほど楽しい生涯学習はないように思います。ここまでことばと音楽を比較しながら述べてきたのですが、古代ギリシャの哲学者アリストテレスが人を説得力するのにロゴス（論理）、パトス（情熱）、エトス（信頼）という3つの要素が重要だといったことと重なっていると思います。文法や音楽理論に裏打ちされた論理性で、人と繋がりたという情熱を持って、その人々との信頼を気付きながら、異なった文化を持つ人々とはことばや音楽を通じて仲良くなり、意見の対立はあっても打開策を見つけて説得力戦争のない世の中を作っていくことが必要だと思っています。12年の高校教員生活のうち、1993年に私が宮崎公立大学に赴任して以来、27年間、人文学とは何か、教養とは何かを考えてきたように思います。人文学とは何を研究するのでしょうか。宮崎公立大学で教鞭をとるためにはこの事を考えることを避けては通れないものでした。この課題を考えるとともに、ある種私の師匠である中津熾子先生の執筆した「なんで、英語やるの？」の答えを見つけようとしてきました。その私



「楽しく野球をする」がモットーの野球部。学年を気にすることなく、普段から仲良く接することは、良いチームワークを築き上げる秘訣です。



秋のリーグ戦で見つけた反省点

- 外野と内野の連携
- ピッチャーと内野の連携

少しでも克服できるように
重点的に練習した！

— 今回の結果を通して、次に向けて新たな目標を教えてください。
九州大会出場はもちろん、今度は2勝することです！



野球部はコロナ禍で練習期間が限られていたが、九州大会出場で創部初となる初戦突破という結果を作った！



読者の皆さんにメッセージ

入って間違いない部活だと思うので気楽に見学に来てください！
また、野球部専用のInstagramで質問なども受け付けているので何でも聞いてください。

編集後記

コロナをテーマにたくさんの方からお話を聞くことができたり記事を書いたりとても貴重な経験ができました！今回のMMUSHIPもたくさんの方の手に届きますように。

渡邊 裕香

自分の企画が形となって嬉しい気持ちでいっぱいですが大変なこともありましたが貴重な経験をありがとうございました！

山田 実佑

取材を通して知った相手の熱い思いや素顔を全て言葉で表現することは難しかったけどそれを読者に繋げていくという素敵な仕事を経験することができました。

脇元 碧希

企画会議から取材、編集を通し私自身たくさんを学ぶことができました。広報誌を制作するにあたり、協力して頂いた方々に感謝を申し上げます。

喜友名 杏科

取材を進めていく中で、餃子の素材である農作物が宮崎の農業と関連性があることを知り、また一つの物を作り上げることの大変さを学ぶことができました。

八木 菜南

MMUSHIP vol.15をご閲覧いただきありがとうございました。コロナ禍での取材や記事の作成は想像以上に大変でしたが貴重な経験になりました。

溝上 尚弥

CIRCLE de GOSHIP

MMUの部・サークル等に関する噂の真相を調査

創部初の出来事って…… どうしたの!?

「なかなか試合なので、とにかく楽しみながら精一杯臨んだ結果だと思います。そう語るのは野球部のキャプテン、米田錬太さん。

4年生7名、3年生1名、2年生9名、1年生6名で構成された野球部は今年で創部28年目です。そんな歴史ある野球部は昨年（2020年）、2度目の九州大会出場を果たし、創部初となる初戦突破という結果を残しました。練習は、全体練習が週に1回程度、空き時間を利用しての個人練習は週に一度だけという限られた時間の中で行われています。

九州大会への切符をかけた秋季リーグ戦は、九州保健福祉大学との試合でした。「緊張した試合にも関わらず、部員それぞれが普段通りの役割を果たしたことが九州大会出場の切符にしている要因になった」と米田くんは言います。コロナの影響で思うように練習ができず、ブランクを取り戻すまでに時間がかかりましたが、秋季リーグ戦での反省点を克服できるように重点的に練習に取り組みました。

彼らの努力はもちろん、徹底的に効率化を図った練習が、九州大会出場を果たし、創部初となる初戦突破という結果をもたらしました。コロナ禍で起きたこの出来事は、みんなを笑顔にさせる明るい話題となりました。

MMU NEWS

MMUの最新情報は、
公式ウェブサイトでも
ご確認いただけます。

7月～2月

環境に関する総合的な視点と意識講座 『宮崎市環境学習指導者養成講座』

宮崎の環境に関する取組などに対し、総合的な視点と意識を持って、助言・指導ができる人材の育成を目的とした講座を受講。みやざきエコの会の方々などを講師に迎え、地域課題などを学ぶだけでなく、実際に五感で体験できるフィールドワークなどに参加し今後を担う世代が楽しく環境について触れることができました。





未来の
コンパス
Compass

社会で活躍するMMU卒業生に社会人としての近況を語っていただきました。

挑戦が自分を変える “今だけの出会い”を大切に



宮崎ケーブルテレビ株式会社
カスタマー課

山内 麻稚
Yamauchi Machi

平成28年度卒業生 日本文学ゼミ

一人ひとりのお客様に寄り添う コミュニケーションを追求したい

カスタマー課はお客様への電話対応が主な業務です。対応する内容はサービス・料金案内から操作案内、不具合案内、解約工事の手配まで多岐にわたります。この部署は私の第一志望でした。私は大学時代、ラジオのオペレーターのアルバイトをしており、そこで温かい宮崎の“人”の魅力に触れました。そして、宮崎に住む人と直接関わることでできる仕事があったと思うようになったのです。

この部署はお客様にとっては最初の窓口であり、お客様と会社とのパイプ役を担っています。私の印象で会社の印象が決まるので、お客様に合わせて話を聞くこと、ご提案すること、心掛けています。ご高齢の方にはゆっくり話をし、”ビデオ””チャンネル”などお客様が使う言葉を使って説明をする、などです。お客様から「分かりやすかった」「ありがとう」の言葉をいただいてご希望に添えた時が、やりがいを感じる瞬間です。

多様な学びと挑戦で 視野が広がり積極的になれた

実は私は人前に出るのも、人と話すのも苦手な性格でした。そんな私を変えてくれたのは、大学での二つのサークル活動。ダンス部では人前に出ることに自信ができました。ひむかメディアアクションでは多くの社会人の方と話す機会をもてました。メディアの現場で働く方たちから生の声を聞いて、就職への道筋も見えました。何にでも挑戦して興味関心が広がり、積極的になれたのは大きな変化だと思います。今、機会をいただき自主制作チャンネルのゴルフ番組に出演しているのですが、かつての自分ならテレビ出演など考えられなかったことです。これも大学時代の経

験が後押ししてくれました。また、在学中に多くの人と関わったことで、様々な人の立場で考えるようになりました。今、社会人として他部署の立場やお客様の立場に立つて考えることができています。

MMUでの学びで今の自分に最も役に立っていると思うのが、リベラル・アーツ教育です。所属していた日本文学ゼミでは、一冊の本に一年以上向き合って深めました。一方で専門外の哲学、ジェンダー論、国際政治、メディア論などの講義を通して様々な分野を学べたことも貴重な経験でした。基礎知識があることで、生活の中での気づきや疑問が自分を豊かにしてくれていると感じます。直接仕事とは関係ないことであっても、自分の中の引き出しが増えて、社内やお客様とのコミュニケーションに役立っています。

ありとあらゆる出会いを大切に

MMUはたくさんの人や学びとの出会いが準備されている大学です。学生時代にしか出会えない、ありとあらゆる出会いを大切にしたい、何にでも挑戦してください。やってみてどうなるかは分からない。でも、学生時代は試すことができる特別な時間。きつと眠っていた自分や新しい自分にも出会えるはずですよ。

宮崎ケーブルテレビ株式会社

宮崎市、国富町、綾町、西都市、高鍋町、新富町をサービス提供エリアとするケーブルテレビ局。1996年に開局、その後インターネット、固定電話、モバイルなど通信事業を拡大。自主制作チャンネル「MCNコミュニティチャンネル」も好評。地域密着でお客様に寄り添うサービスを提供し続けている。