

1 貧困を
なくそう



3 すべての人に
健康と福祉を



11 住み続けられる
まちづくりを



14 海の豊かさを
守ろう



12 つくる責任
つかう責任



4 質の高い教育を
みんなに



Contents

- ・ 名寄市立大学×SDGs
- ・ MY CAMPUS LIFE
- ・ 名寄市立大学1年生に聞きました!!
- ・ Introduction サークル活動

名寄市立大学×SDGs

SDGsは、持続可能でよりよい世界を目指す17のゴール・169のターゲットから構成されている国際目標であり、地球上の誰一人取り残さないことを誓うものであると定義されています。

「ケアの未来をひらく」をうたう本学において、その今日的な課題は日々の授業や研究において重なることがあります。今回、「名寄市立大学×SDGs」をテーマに本学教員にお話をうかがいました。

保健福祉学部栄養学科 黒河 あおい 教授 (栄養教諭論)



先生の
授業に
かわる
SDGs



■SDGsにおいてお持ちの授業が関連するのはどのゴールになりますか？

ゴール14「海の豊かさを守ろう」とゴール15「陸の豊かさも守ろう」です。

「栄養教諭論」という授業において、栄養教諭は学校における食育の総合的な推進について学び、限られた食料を無駄なく使いながら、なおかつ人々が健康で幸せであるためには、どうしたらよいかを考えていきます。

栄養教諭という仕事は、小中学生を対象に「食に関する指導」という授業において、学校給食を教材として食料自給率・食品ロス・

食品の流通・食への感謝などを伝えていきます。その時にこの14と15は欠かせないコンセプトとなります。

■ご自身の領域にかかる現場においてSDGsへはどのような取り組みが見られますか？

日本の食料自給率は先進国の中でも低く、農林水産省が公表した「令和2年度食料自給・食料自給力指標」（2021年8月25日）によると、カロリーベースで37%、生産額ベースで67%となっています。かたや大量の食料を海外から輸入する一方で、多くの「食品ロス」を生み出しているのも日本の現状で、その量は、

家庭系と飲食店や加工工場などから出る事業系をあわせて、年間600万t（2018年度）です。

さらに食品廃棄物を運搬、焼却することで発生するCO2が地球温暖化の要因となる温室効果を助長しており、また、処分のためにかかるコストやエネルギーの消費は環境負荷の増大や資源の無駄使いとなっています。

これらの課題解決のために管理栄養士・栄養士は「食」に対する正しい知識を身につけ、生産から流通、加工、消費という食の流れの全体を、総合的かつ科学的に、無駄なく動かせるシステムを構築していく必要があると考えます。



3年栄養学科の教職科目「食生活・食文化論」

■「名寄市立大学×SDGs」というテーマに一言お願いします。

ゴール3「すべての人に健康と福祉を」を始めとして、17の目標すべてが本学すべての学科に関わっていると思います。些細な事かも？と思わず、目標への第一歩をスタートさせてみませんか？

名寄市立大学×SDGs

保健福祉学部社会保育学科

菊池 稔 講師

(環境教育学)

先生の
授業に
かわる
SDGs

12

つくる責任
つかう責任

15

陸の豊かさ
守ろう名寄市の雄大な自然をフィールドに
社会保育学科の学生たちは学びを深めています。

■SDGsにおいてお持ちの授業が関連するのはどのゴールになりますか？

今年度の私の講義で主に意識しているのは、ゴール15「陸の豊かさも守ろう」とゴール12「つくる責任、つかう責任」の二つです。25年程前に昆虫学者であるRobert M. Pyleによって人と自然との関係性の希薄化に警鐘を鳴らす「経験の消失：The Extinction of Experience」が提起されました。この経験の消失は学校教育による体験活動の拡充により少しずつ回復傾向にあります。十分とは言えません。動植物とのふれあいの機会は総体的に増えているのですが、質が高いとは思っていません。

講義では私たちの身近な自然に住む動物や昆虫の習性や特徴をネイチャーゲームに置き換えて生物多様性について考えてもらったり、実際にトマトやキュウリなどの野菜やパンジーやビオラなどの花卉の栽培から自然との向き合い方について考えてもらう時間を多くとることを重要視しています。

■ご自身の領域にかかる現場においてSDGsへはどのような取り組みが見られますか？

私は現職の前に上水道・下水道技術者、社会教育職員を経験してきました。下水道の世界では、排水処理の中で出てくる下水汚泥を高度処理し石炭代替燃料の製造が

できるようになったりとエネルギーに関わるSDGsに寄与できる方法も確立されるようになってきました。公民館などの社会教育施設においてもですが、自治体のSDGs政策とあいまって意識されるようになってきています。持続可能な社会をどのように作り上げるのかを意識した講座なども増えてきているように思えます。

■「名寄市立大学×SDGs」というテーマに一言お願いします。

本学の理念である「ケアの未来をひらく」の「ケア」にはSDGsを考えるうえでの重要な姿勢や能力が多く内包されています。

全教員の力を結束することによってSDGsの実現に大きく寄与できる大学だと思っています。一度全学でSDGsについて語り合う機会ができることを望みます。



模擬園庭のパンジー

A photograph of a modern, multi-story building with a light-colored, vertically-ribbed facade. The building features large, dark-framed windows that are arranged in a staggered, overlapping pattern across the floors. The sky is a clear, bright blue. The text "MY CAMPUS LIFE" is overlaid in the center of the image in a large, white, bold, sans-serif font with a black outline.

MY CAMPUS LIFE



調理の様子



実際に試作したお弁当

「なよろ健康レシピ開発プロジェクト」について

カーリングやスキーなどのウィンタースポーツをしているアスリートの方々に向けたお弁当の開発を行っています。そのお弁当を合宿の時期や大会が近い時期に提供できるようにプロジェクトを進めています。

現在は二回目の試作会が終了し、レシピや材料の調整を行っています。私たちのグループは「身体づくりをメインにしているアスリート」をテーマにして栄養素や彩りを考えお弁当を作っています。写真は私のグループが作ったお弁当ですが、①ひじきが多すぎて肉団子が黒くなっていること、②枝豆をご飯に混ぜたほうが彩りが良いのではないかとという点が改善点としてあげられました。商品化に向けてプロジェクトメンバーと試行錯誤の日々です。

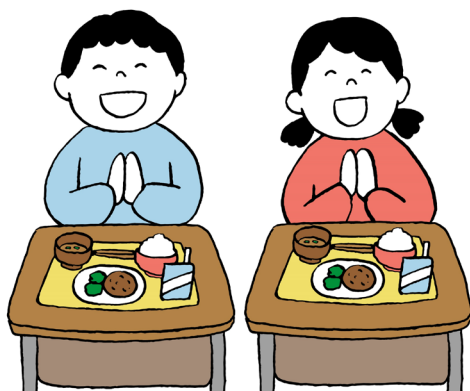


誰かを支える管理栄養士に

栄養学科 3年
たば まりん
田甫 真鈴 さん
根室高校出身



栄養学科の友人と



卒業後は子どもたちへ栄養指導を

学生生活を過ごしていく中で「栄養教諭」という新たな目標を見つけました。卒業後は、小学校の栄養教諭として働きたいと考えています。

大学での学びを通して、子どもたちが笑顔で元気に毎日を過ごすことができるように、「食」という面からお手伝いをしたいと思っています。

名寄市での一人暮らしについて

私の部屋は一階だけオートロックがついているし、同級生が同じアパートに住んでいるので何か困ったことがあっても大丈夫。体調不良で外出できないときは、飲み物などを玄関先まで運んでもらったり、運んであげたり：お互いに助け合っています。

一人暮らしは人生で初めてで不安でしたが、今は毎日楽しく暮らしています。



給食配膳の様子



実際に作成した指導媒体

現場実習について

小平町の小学校へ実習に行きました。実習内容は学校給食の調理補助や献立の作成補助などです。実際に現場で働く管理栄養士に同行し約一週間実習を行いました。

最初は緊張していたのですが、職員の方々があたたかく迎え入れてくれたおかげで安心して実習に取り組むことができました。

後半は指導媒体を作成させていただきました。「箸の使い方」をテーマにし、紙粘土で様々な形状を作りました。子どもたちがどうすれば楽しく箸の持ち方を学べるのだろう？と考え、紙粘土にひとつひとつ顔をつけたりと様々な工夫をしました。

現場実習について

サークル活動も充実！

看護学科 2年
むらおか りん
村岡 麟さん
足寄高校出身



弓道サークルについて

私は足寄町で弓道と出会いました。大学に入学しても弓道が続けたいという思いがあり、一から弓道サークルを立ち上げました。

弓道をしていると自分がいつもよりも、しゃんとしてかつよく見えているんじゃないかと、わくわくした気持ちになります。集中力も鍛えられるスポーツなので今後も続けていこうと思っています！

地域の方々との繋がり

私は昨年から援農有償ボランティア事業に参加しています。学生が農家の皆様をお手伝いして、農業を、地域を助け、さらに収入を得ながら貴重な体験ができる取り組みです。

暑い中での作業が多いですが、終わった後にいただける野菜はどれも新鮮で絶品です！特に、スイートコーンとアスパラが美味しくて、名寄市に来たら是非味わってほしいと思います！



援農有償ボランティアの様子



弓道サークル

名寄市立大学を選んだ理由

父の転勤で道内の都会から田舎までさまざまな地域に住み、地理や歴史、人々の生活の様子から、地域やそこに住む人々を知ることの面白さを感じるようになりました。

保健師として、地域課題や対象者のニーズを的確に捉え、住民の方々の生き方や価値観を尊重した保健指導を行うために必要なスキルを身につけたいと考えた時に、道内の国公立大学で地域との繋がりが深く、少人数教育でしっかり学ぶことができそうな名寄市立大学を選びました。

空きコマの活用方法

友人と雑談したり、大学の図書館を利用して自習を行ったりしています。課題や自習は図書館の三階を利用することが多く、静かに集中して学習できる空間です。またテスト前は、ラーニングコモンズやラウンジで友人と集まってわからないところを共有したり、励まし合いながら勉強しています。大学の図書館は、気分や用途に合わせて使い分けることができるので便利です。



ラーニングコモンズは
円卓なので友人との
勉強に最適です！



休日の過ごし方

趣味は、美術館などで行われている企画展に行くことです。昨年はバンクシー展やフェルメール展、サンリオ展などに行きました。毎回ポストカードを購入して記念に保管しています。今年は道外の美術館にも行ってみたいです。

大学の友人とは誕生日やテスト終わりにご飯を食べに行ったり、家に集まって遊んだりすることが多いです。



美術館の様子

住民に寄り添える保健師になりたい

私は、地域住民に寄り添える保健師になりたいです。地域やそこで暮らす人々にはそれぞれ歴史や文化、慣習があるため、その価値観や生活のありようを理解することが大切だと考えています。その上で、できるだけ長く健康でその人らしい生活を送ることができるよう、保健師の立場からサポートしたいです。

また、自分や周囲の人々の心身の健康に関心を持って、違和感を感じたら病院にかかる前に気軽に相談してもらえような身近な存在でありたいです。

趣味や勉強に集中できる大学

社会福祉学科 3年
はしもと かな
橋本 佳奈 さん
池上学院高校出身（帯広市）

休日の過ごし方

名寄市は誘惑が少ないので外に出て遊ぶときはドライブに行くことが多いです。四季がはっきりしているのでゆっくりと移り変わる景色に季節を感じながら過ごす日々はとても魅力的だと思います。

趣味はベースと料理です。友人たちとバンドを組んで名寄市内のライブハウスで演奏をしています。料理は材料をスーパーで買って一から手作りします。時間の流れがゆっくりしているからこそできることを日々楽しんでいます。



ライブハウスの様子



ハンバーグを一から手作り！

大学の雰囲気

学科によっても雰囲気は変わりますが、特に社会福祉学科は落ち着いていて過ごしやすいです。また、教授と学生の距離が近いのも特徴だと思います。そのため、わからないことや困ったことがあるときに気軽に相談できるので深い学びにつながります。教授の研究室に相談に行くという話盛り上がり長居してしまうこともあります（笑）。

社会福祉の道をめざすきっかけ

高校生の時に福祉系の講演会に参加し、児童福祉や障がい福祉に興味を持ったことがきっかけです。講演後、企業の社長へ「アルバイトの募集はありませんか？」と声をかけ、その後面接をさせてもらい、放課後等デイサービスでアルバイトを約二年間経験しました。放課後等デイサービス（高校生）で、障がいのある児童や発達に特性のある児童が放課後や長期休暇に利用できる福祉サービスです。私は主に児童と一緒に遊んだり、食事の介助等を行いました。

ボランティア活動について

名寄市職員の方と同行して週一回不登校の児童生徒が通う教室を訪ね、子どもたちと交流しています。子どもたちの声を聴き、微力ながら何か力になれることはないか日々模索しています。このように地域に根ざした大学だからこそできる活動があります。

少人数教育が魅力的！

名寄市立大学を選んだ理由は、少人数の指導や他学科との連携教育に魅力を感じたからです。実際に大学で学んでみて、他の領域からの視点や考え方を聞けることで、自分の視野が広がるだけでなく、より自分の専門性を高めたいという意欲に繋がっています。

就職課程を履修すると、空きコマが少なく忙しい日々ですがとても充実しています！



空きコマ (2023.5.29～6.2)

橋本さんのとある1週間

	月	火	水	木	金	土日
1-2時限目 (9:00-10:30)	ボランティア活動	ソーシャルワーク論Ⅴ	自宅ですったり	福祉科教育法Ⅰ	総合演習	
3-4時限目 (10:40-12:10)	ソーシャルワーク論Ⅳ	公民科指導法Ⅰ	介護福祉論	生活指導論	視覚障害教育総論	
5-6時限目 (13:10-14:40)	サークル活動	ソーシャルワーク演習Ⅳ	法学	肢体不自由者教育課程論	聴覚障害教育総論	休日
7-8時限目 (14:50-16:20)		ソーシャルワーク現場実習指導Ⅱ	肢体不自由心理生理病理	障害者福祉論Ⅱ	肢体不自由者教育課程論	
9-10時限目 (16:30-18:00)	保健医療福祉連携論	課題	アルバイト	課題		



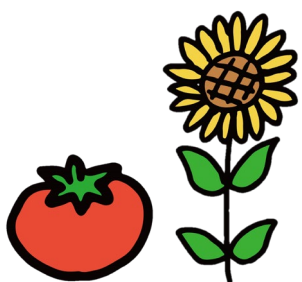
自然保育実践演習（焚き火）



野外での自然遊びの様子



模擬園庭の花



名寄市立大学は先生と学生の距離がほかの大学に比べると
ても近く親身になつて話を聞いてくれます。
自分のやってみたいことに挑戦しやすい環境です。現在はグ
ラウンドの一角に学科で園庭を一からつくっています。
将来は、子どもたちの目線になつて日々考え、ひとりひと
りに寄り添える保育者になりたいです。

『挑戦』ができる大学



写真サークルの活動での一枚



写真展の様子

子どもたちが安心して遊ぶ場所を作りたい

私が保育者を目指す理由は、高校生の頃から近所の子ども
たちと触れ合う機会が多く、特に〇二歳児の小さな子ども
たちの面倒をみているうちに、保育士や幼稚園教諭に対する
思いが強まっていったことがきっかけです。
両親がラフティング等の自然を体験をする会社を運営して
いる影響もあり、「自然の中で保育を学びたい」という思い
が私の中にありました。
名寄市立大学ではそうした自然を生かした講義が沢山行わ
れていることをオープンキャンパスで知り、楽しんで保育を
学べると思いこの大学を志望しました。
最近では自然保育実践演習という講義の中で焚き火をした
り、野外での自然遊びを通して社会保育を学んでいます。



自然の中で“保育”を学ぶ

社会保育学科 2年

けい
オキーフ 慧さん
富良野高校出身

ストレスフリーな日常生活が送れる！

名寄市は街中がコンパクトで自転車があれば買い物や病院
など日常生活に困ることはありません。
一人暮らしはとても快適で、一週間の献立を作成して週に
一度食材の買い出しに行きます。好きな時間に自分のタイミ
ングでふらっとお散歩にでかけたり、写真を撮りにいたり
：なにげない日常がとても楽しいです。

友人とすいかジュース作り

一週間の献立表

月	L うどん
火	D ハンバーガー
水	L ベーコンほうれん草パスタ
木	D チャーハン
金	L パンケーキ
土	D トマトスープ
日	L ペペロニーノ
	D 魚達の照り焼き
	L 学食
	D カレー
	L 弁当
	D 焼き肉
	L そば
	D マーボー豆腐



名寄市だからこそその大自然でサークル活動

一年生の頃から写真サークルで活動をしています。名寄市に
来たからこそ撮影できる星空や大自然を日々満喫しています。
昨年は札幌市で開催された写真展に作品を出品しました。

頑張れ
受験生

＼応援しています！／

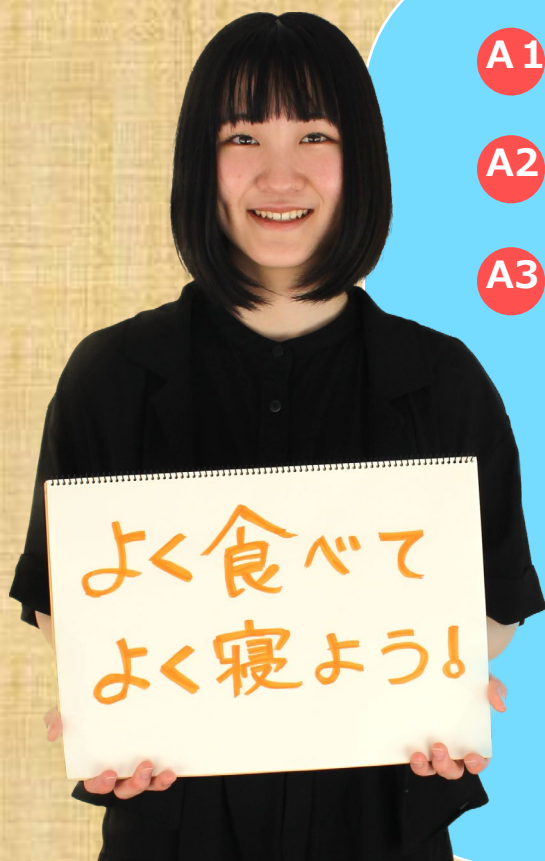
名寄市立大学 1 年生に聞きました!!

～名寄市立大学を志望した理由～

皆さんに
お聞きします！

- Q1 本学を合格した入試区分を教えてください。 Q3 本学を志望した理由を教えてください。
- Q2 出身地・出身高校を教えてください。





A1 推薦

A2 岐阜県 高山西高校

A3 私が名寄市大学を志望した理由は、連携教育や地域との協働などの講義を通して、専門分野の違う人たちや幅広い年代の人たちと交流することができ、専門知識を学ぶことはもちろん、コミュニケーション能力も培うことができると思ったからです。

栄養学科 1年
やまだ えなみ
山田 恵菜美さん



A1 一般前期

A2 静岡県 袋井高校

A3 専攻科や大学院に進まなくても看護師と並行して助産師の受験資格も取得できる事が、とても魅力的に感じました。また、北海道という場所に憧れを抱いていたからです。小学生の時に1度訪れたことがあり、それが忘れられず名寄市立大学への進学を決意しました。

看護学科 1年
いちかわ さな
市川 紗菜さん



A1 推薦

A2 北海道 帯広緑陽高校

A3 北海道で唯一国公立で管理栄養士が目指せることが魅力的でした。また、地域の方々や先生方との距離が近い所に惹かれたからです。人との繋がり大切さを学ぶことができる大学だと考えました。

栄養学科 1年
しらき さお
白木 咲緒さん

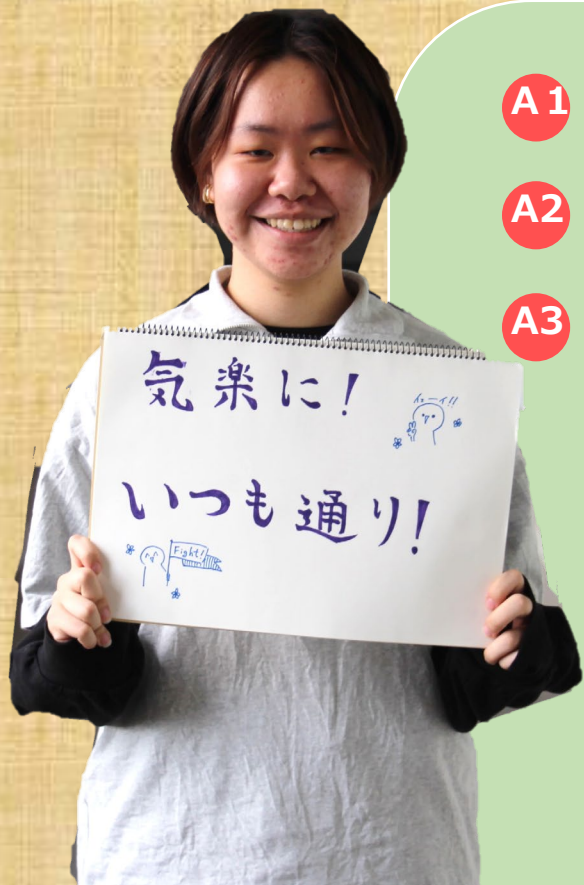


A1 一般前期

A2 北海道 滝川高校

A3 オープンキャンパスの先輩方との交流の中で、名寄市での実際の学生生活の様子を聞いて、勉強に集中できる環境が素敵だなと感じました。令和5年度から4年で助産師の国家試験受験資格を取得できると知ったこともきっかけのひとつです。

看護学科 1年
さいかい まなか
西海 真花さん



A1 一般前期

A2 北海道 滝川高校

A3 少人数教育であることにより、自分の学びたい分野をより深く学修できると思い志望しました。また、社会福祉士と並行して精神保健福祉士も目指せることに魅力を感じました。

社会福祉学科 1年

わしお みゆ
鷺尾 未優さん



A1 推薦

A2 北海道 札幌第一高校

A3 社会保育学科のみで行う授業だけでなく、他学科と合同で学ぶ連携教育があったためです。この講義を通して、他学科の視点からの気づきや考えを知り、さらに保育の知識の幅を広げ、深めることができました。

社会保育学科 1年

みま はるか
三間 陽香さん



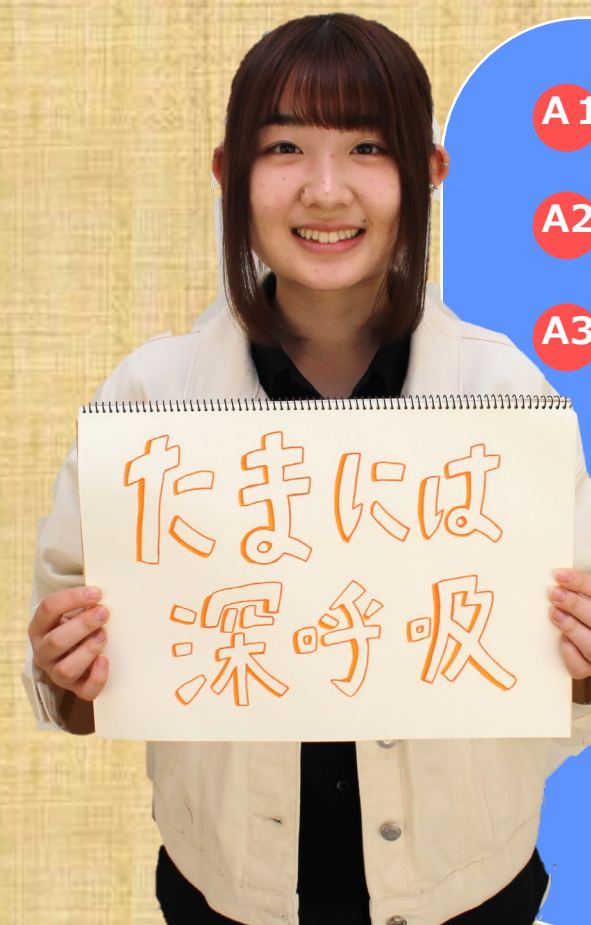
A1 一般後期

A2 岩手県 黒沢尻北高校

A3 私が志望した理由はこの学校の少人数教育や地域と密着した教育に魅力を感じたからです。社会福祉士を目指しており看護、栄養、社会福祉、社会保育の4つの学科が連携した少人数教育は広い視野や教養を養う上で役にたつと感じました。

社会福祉学科 1年

たかはし かい
高橋 耀さん



A1 推薦

A2 岩手県 久慈高校

A3 名寄市立大学の保育士資格と幼稚園教諭一種免許のどちらも取れるところに魅力を感じたからです。また、社会保育学科の学生はいつでも個室のピアノルームを利用できるので、アパートに住んでいても、ピアノを弾きたくなったら大学ですぐに弾けることに感動したからです。

社会保育学科 1年

あかまっか やよい
赤真下 弥生さん

Introduction サークル活動



まだまだ吹奏楽サークル、メンバー募集中です！ちよつとも気になる学生さんがいましたら気軽に練習に来てください！

これから大会や学業などで大変なことがたくさんあると思いますが、時間はあつという間に過ぎて行ってしまう。今出来ることはすぐに取り組んで、悔いのないように大学生活も満喫して欲しいと思います！

〜後輩たちへ〜

活動の幅が広く、一見大変そうには見えますが、各自勉強やアルバイトと両立しながら、自分のペースでサークル活動を行っています。

とても和気あいあいとしていて、学年学科関係なく仲良く活動しています。

〜サークルの雰囲気〜

イベントの企画運営や指揮など、すべて学生主体で行っている。そのことに対する大変さや楽しさ、仲間や支えてくれる大人の方の大切さを学びました。また、イベントに向けた準備や運営に時間や労力をかけているからこそ、大きな達成感を団員と感ずることが出来ます。

〜サークルを通じての学び〜

私達の演奏をたくさんの方に聴いてもらい、楽しみや癒しの時間、また生きる活力を与えることができるように日々活動しています！

〜サークルとしての目標〜

名寄市立大学吹奏楽団

部員数：42名

活動日：月・火・木曜日 18時から21時
受賞歴：第61回名寄地区吹奏楽コンクール
金賞・全道大会代表（2022年度）
第46回全日本アンサンブルコンテスト
打楽器7重奏 銀賞（2022年度）