

# 北海道大学「縁」

Vol.50

こんにちは、北海道大学「縁」です！本州では40度を超える暑さの所もある中で、涼しい北海道の良さを感じていたが、遂にこちらでも夏が猛威を振るいだしてしまいました。皆さんも熱中症などにはくれぐれも気をつけて下さい。

話は変わりますが、YOSAKOIソーラン祭りも終わり、私たちは北海道大学「縁」は夏遠征を行なっています！夏遠征前半では土日を使って北海道内各地のお祭りを巡ります。お祭りによって特色があり、毎週違った楽しみがあります！演舞はもちろんのこと、お祭りの設営



や売り子、場合によっては演舞ではないステージコンテンツなどをやらせていただいたりすることもあります！

そして、後半。夏休みを利用して、道内のみならずグループごとに分かれて、全国各地に飛び出します！待っているのは未知。毎年予想外の出来事が起こります！そんな夏後半の最後には全員が名古屋に集結して、にっぽんど真ん中祭りに参加します！集まった際に成長した仲間の姿を見ることが出来るのも夏後半の楽しみです。

これからも北海道大学「縁」をよろしくお願ひします！

## 大学生の自炊を覗いてみよう！

第9回

### ～サクッと作って大満足！～ 『甘辛肉チャーハン』

【材料】1人前

- ☆味付け肉☆  
豚肉 50g(パラがおすすめ)  
味噌 小さじ2  
酒 大さじ1  
醤油 小さじ  
みりん 小さじ2  
ごま油 小さじ1



☆チャーハン☆

- 白ネギ 1/2 本  
卵 2 個  
温かいご飯 1/2 合  
油 大さじ1  
塩 少々  
味の素 小さじ1  
醤油 小さじ1

何かと忙しい夏休み！ゆっくりご飯を作っているヒマが無くて、お腹は減ってしまいます。そこでサクッと時短で作れてガッツリ食べられる大満足の『甘辛肉チャーハン』をガクナビ編集部が朝見をご紹介します！！

出来たてアツアツ  
チャーハンの付け合せは  
キムチがおススメ！！



【作り方】

1. 白ネギを先から3cmほど切り、1枚だけ捲って細切りにする。残りはみじん切りにしておく。
2. まずはチャーハンから作る。油を敷いて、煙が出るくらいまで熱する。  
(換気扇を忘れないようにして下さい)
3. 溶いた卵を入れて、素早くかき混ぜる。
4. ご飯を入れてご飯の塊を潰しながら炒める。  
(おたまがおススメ！木べらなどでも可)
5. 白ネギ、塩、味の素を加えて良く混ぜる。
6. ご飯を寄せて、ご飯のないところで醤油の水分を少し飛ばしてから混ぜ合わせる。
7. チャーハンを盛り付ける。
8. 味付け肉を作る。ごま油を敷いて肉を炒め、調味料を入れて味をつける。
9. チャーハンの上に肉を乗せて、上から細切りにしたネギを乗せて完成！



## 魅力学生紹介

天使大学3年 齊藤紗輝  
連絡先 organic.lien@gmail.com



「一人一人がもつ才能をフルで発揮できる地球を創る」これが私のミッションです。そのために、現在はより本来のカタチにちかい「オーガニック」という食を用いた活動団体や事業を展開しています。具体的には、オーガニックを用いたイベントを企画する学生団体の運営や料理教室、またイベントや企業のケータリングとしてその場でおむすびをむすぶ「会にいくおむすび屋さん」。さらに、市内のオーガニック飲食店のお弁当デリバリーサービス事業を進めています。これらすべて、より多くの人にオーガニックの魅力、おいしさ、食の大切さを知ってもらうことが目的です。

人は食べたものでできている。だからこそ、そんな自分をつくりあげる「食」というものは、自身の生き方や在り方を問う上で最も大切だと考えます。未来に対してどれだけの価値を見出し、自身に投資できるかどうかに重きをおいて、今後も活動を行って行こうと思います。



## キャンパスコレクション 札幌初開催！

東京、大阪、仙台、福岡、台湾の5都市で開催されている「キャンパスコレクション」が、今年ついに札幌でも開催されます！「キャンパスコレクション」は、学生が主体となって作り上げる学外総合文化祭のようなもの。スタッフもモデルも学生が主体となって作り上げるイベントです！今回の札幌開催では、ファッションショーをメインに、よさこいやビートボックスなど様々なパフォーマンスが繰り広げられます。テーマは「RUBY」。赤く光輝くRUBYで、自由、情熱、勇気を表しているそうです。キャンパスコレクションが、1人でも多くの学生にとって一歩踏み出せるきっかけとなしてほしい。そんな強い気持ちが込められています。そして、今回の1番の見どころはやはりファッションショー。60名近くの学生モデルが登場します！中でも、エントリーした8名のモデルから1位を決める「ミスキャン」という企画は、一般投票で観客も参加できるのだとか！モデルもスタッフも、バイトや就活もしている皆さんと同じ学生です。彼らの熱い思いに乗っかって、一緒に1歩踏み出してみたいかがでしょうか？ TwitterやInstagram、Facebook等のSNSで最新情報が随時公開されますので、是非チェックしてみてください！！



2018/08/28 (火)  
場所: zepp 札幌  
13:00 開場 14:00 開催  
当日券 3000円 (ワンドリンク付き)  
学生以外も参加可能です！

アメブロ「恋愛テクニック部門 第8位」になりました！  
誰でもモテようになる情報を発信中！

gakunavi 配布の内訳

「ガクナビ」は、下記北海道新聞販売店が責任を持って配布しているほか、各種学校、学生寮、学食、各都道府県などに配布中です。

