



# 北海道大学「縁」

YOSAKOIソーランサークル Vol.40

こんにちは、北海道大学「縁」です！  
 暦の上ではまだ秋ですが、冬といっても差し支えない寒さになってきました。みなさんも風邪をひかないように気をつけてください。  
 さて、北海道大学「縁」は現在十七代目なのですが、代替わりの時期に差し掛かっています。  
 そのため、先日開催された栗山天満宮秋季例大祭、通称栗山秋祭りには一、二年目のみで向かいました！三年目がいないという初めての環境で、期待や不安を胸に練習から全力で望みました。そして本番では道内最大の秋祭りと言われるだけあって、大勢の観客を前に演舞しました。  
 そんな中、各々が目の前の観客を楽しませ、会場が盛り上がりました！  
 そして、私達は十月一日に開催されたよさこい大乱舞IN白老にも一、二年目だけで参加しました！白老では4本連続で演舞する4パレードが行われ、その後すぐにステージでも演舞がありました。体力的には厳しい本数でしたが、仲間同士で鼓舞しあったり、お客さんの声援から力を貰うことで疲れなどは吹き飛んでしまいました！そして、パレードもステージもおおおいに盛り上げる事が出来ました！  
 新代である18代目の発足に向けて頑張りますので、応援のほどよろしくお願ひします！

## 大学生の自炊を覗いてみよう！

第7回

### 『ひき肉で節約ビビンバ』

【材料】2人前  
 米1合 豚ひき肉 100g  
 ○醤油、酒、みりん 各大さじ2分の1  
 ○にんにく、生姜チューブ 各1cm

もやしナムル  
 もやし 2分の1袋  
 ☆鶏がらスープの素 小さじ2分の1  
 ☆ごま油 大さじ2分の1  
 ☆塩 少々

ほうれん草 2分の1袋  
 にんじん 2分の1本  
 コチュジャン、キムチ 各お好みで  
 卵 2個

### 【作り方】

1. フライパンに油(分量外)を敷き、ひき肉を中火で炒めて○の調味料で味付けする
2. にんじんを細く切り、油(分量外)を敷いたフライパンで中火で柔らかくなるまで炒める。
3. 次に、もやしナムルを作る。  
 沸騰した水にもやしを入れ、3分ほど茹でて水にさらし、☆の調味料を和える。
4. ほうれん草は5cmくらいの長さに切り、沸騰したお湯でさっと茹でる。
5. フライパン又はホットプレートに油(あればごま油)を多めに敷き(分量外)、高めの温度になったところで炊いたご飯を入れ、味付けしたひき肉、にんじん、もやしナムル、ほうれん草をその上に乗せる。
6. 卵を割り入れてよく混ぜ、程よくおこげが出来たら完成!

十月ということ、季節は秋ですね。秋といえば食欲の秋！食欲の秋に相応しいがっつりしたレシピを紹介したいとおもいます！

今回作ったのは学ナビ編集部の朝見崇弘です！



何人が集まって食べるのも楽しめるレシピとなっているので、是非作ってみてください！

## 編集員 夏休み旅行記

### 熊谷まりな部員 行先：奈良県

私は、他の大学の研究室との交流会で奈良に行きました！2日間ゼミ発表をしたり、夜は飲み会をしたりと色々な研究の話聞いて、さらに人脈も広がってとても楽しかったです。奈良の同期の大学生に案内されて興福寺に行ったり、奈良公園に行ったりと奈良観光もしました！一番の驚きは、鹿がとて人馴れしていたこと！また、国宝をたくさん見ることができたのも嬉しかったです。最先端の研究の話聞くと同時に、日本の歴史も感じることができた刺激的な夏休みでした。



### 柏本ゆかり部員 行先：オーストラリア

私は3週間オーストラリアに行ってきました！動物園やコアラ病院での実習、保健所の見学、カヤックでの川下りなどを経験しました。コアラやカンガルーはもちろん、ディンゴやボッサム、カモノハシなどについて詳しく勉強しました。一番の思い出は、肉食獣であるディンゴの檻の中に入って餌やりをしたことです！日本では飼育員でもなかなか出来ない体験をさせていただきました。コアラ病院では、保護したコアラの安楽死や死因解剖と向き合いました。野生動物の保護における、迅速で正確な判断の重要性に気づきました。オーストラリアでは、野生動物の診療は全て無料で行うのです。保護の基準は、自然に返せる状態まで回復するか否か。回復不可な個体は安楽死となります。百聞は一見にしかず。なかなか衝撃的でした... 3週間生活して、オーストラリアの人の寛容さに圧倒されました。言いたいことははっきり言うけど、周りを認めることも出来る。キラキラした笑顔に溢れ、とても幸せな夏休みでした！



### 森本衣美部員 行先：ベトナム&シンガポール

この夏休み、私は大学のグローバル・キャリア・デザインの授業でベトナムとシンガポールに行ってきました。現地では、大学を訪問して学生交流を行ったり、企業訪問をさせていただいたり、それぞれでテーマを決めて訪問国調査活動を行ったりしました!!日本とは全く異なる国の様子に学ぶことが多く、とても充実した研修となりました。

