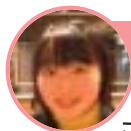


休日の過ごし方

みんなにインタビュー



ミッティーさん

土日に必ずすることは、1週間分の洗濯物をする事です。たまった洗濯物を一気に洗ってしまいます。そうですね、土日はだいたい予定を入れていきます。まちづくり活動に興味があるので、最近はまちづくりの講座やシンポジウムなどに参加していますよ。先日は、地元白根の合併を考えるシンポジウムに参加し、いろいろと考えさせられました。

* 1年生へのメッセージ*

私は1・2年生のころはバイトばかりしていて、今では

少し後悔しています。1年生のみなさん、バイトばかりではもったいないですよ。ぜひいろんな活動してみてください！



ダメ!ゼツタイさん

税理士を目指しているので、土日はほとんど勉強しています。図書館や専門学校などは集中できるのでよく通っています。リフレッシュもたまにはしていますよ。最近は西総合スポーツセンターのプールで泳ぐのが好きです。ウォータースライダーがおすすめです。

* 1年生へのメッセージ*

1・2年生のころは、ほとんどバイトをしていました。バイトを言い訳にして、逃げていましたね。でも、学年があがるにつれて、活動的になっていきました。カンボジアへぶらり旅に行ったり、友達と富士山に登ったり、失敗を恐れずにいろんなことにチャレンジするのっておもしろいです。

1年生のみんな！やりたいと思ったことはやってみて。学生のうちにしかできないことはたくさんあるよ。そして、いろんな意味で学生生活を楽しんでほしい！

(インタビュー：小見麻衣子)

足ツボマッサージに行っています。ストレスがたまりやすい性格なので、これなしでは生きていけません。(キウイ・教育人間科学部4年・女)

農家に援農に行っています。いろんな人との出会いがあります。農作業した後のご飯は最高ですよ！(がけっぶち・自然科学研究科・男)

まちづくりや福祉、教育などの分野で活動をしています。自己実現のためですかね?!とにかく毎日が楽しいです。(こま・教育人間科学部4年・女)

特集 I

ミッティーさんとダメ!ゼツタイさんの ひとり暮らし生活



ペンネーム：ミッティー(女)

学年・学部：教育人間科学部3年

出身：新潟県 趣味：アコースティックギター
サークル等：地域教育実践研究事業「まなび屋」

1年間だけという約束で一人暮らしを体験中！
春からは実家の白根にもどる予定。

ペンネーム：ダメ!ゼツタイ(男)

学年・学部：経済学部4年

出身：埼玉県 趣味：手紙を書くこと・笑うこと
サークル等：バスケットサークル

資格取得のためダブルスクールをしているので、
バイトをする暇がなく、仕送りと奨学金でやりくり
している。



節約について



ミッティーさん

一人暮らし、彼女の場合は少し変わっている。「一年間の約束で一人暮らしさせてもらってるんです。」彼女の実家は、大学から車で20分。通えない距離ではないけど、「一度やってみたかった」と2年生の間だけの“期間限定”一人暮らしを許してもらったのだそう。生活費はバイト+仕送り(一年間で一定額)。今まで実家暮らしをしていただけに、さぞかし苦労しているかと思いきや、「普通に生活してますよ。」意外にも金銭面での切りつめは特にないそう。し

いて言えば「コンビニ弁当は買いません。食事はスーパーで買ってきて自炊してます。ペットボトルとかもスーパーで買ったほうが安いじゃないですか。」でもたまに実家の味が恋しくなると車を飛ばす。「ぜいたくな一人暮らしですよえ。」



ダメ!ゼツタイさん

4年生は忙しい。大学だけでも大変なのに、彼は資格取得のために専門学校にも通っている。現在バイトは無し。仕送りと奨学金で生活している。「前は自炊してたんですけどねー、今は時間がな

くて。」魚も自分でさばくほど料理には自信があるそうだが、最近は牛丼屋で済ましてしまうこともしばしば。どんなときでもご飯はしっかり食べる彼は、「基本は食!」と言い切る。「食事にお金をかける代わりに、最近は無駄遣いしてないかな。」例えば光熱費。図書館で勉強しているおかげで、自然と安くあがって一石二鳥!食費も無駄は抑えている。刺身が食べなくなったら深夜のスーパーの安売りで賢くゲット。節約にも遊び心を忘れない彼。曰く、「大事なのはバランスです。」

(インタビュー:村越啓子)

みんなにインタビュー

たくさん厚着をして寒さに耐え、暖房費を節約しています。あと、実家が農家なので、米を送ってもらえてすごく助かってます。

(がら・医学部2年・女)

お財布の中の小銭は一定の量しか入れず、残りの小銭は貯金箱に入れてためています。(平尾・法学部3年・女)

毎週金・土と、夜から朝まで居酒屋でバイトをしています。このバイト代がけっこう入るので、特に節約しなくても生活できます。(ちゅーやん・医学部2年・女)

実家から米とレトルトカレーを送ってもらって、そればかり食べているので、食費はほとんどかかりません。また、暖房・冷房器具を一切使わず、着るもので調節して耐えます。風呂も、水をためるとお金がかかるのでシャワーを使うようにしています。(なっちゃんカレー・工学部3年・男)

学生の食に迫る



ミッティーさん

好きな食べ物はおすしと野菜です。よく食べる野菜はキャベツですね。大きくてどんな料理にも活用できますよ。栄養バランスを考えて野菜をなるべく食べるようにもしています。家ではよくクリームシチューやマーボー豆腐を作ります。コンビニのお弁当は揚げ物が多いとか、栄養が偏るので避けたほうがいいですよ。

ある日の献立

朝:前日の鍋の残りにうどんを入れたもの

昼:パン
夕:サラダ、コロッケ



ダメ!ゼツタイさん

最近は忙しくてなかなか作れないんだけど…。おいしいものを食べれば手取り早く幸せになれるから作る時は凝る。野菜炒めにはオイスターソース、カレーはひたすら煮込む。マジでおいしいよ!でも、一人で食べてって淋しいものだから、友達を呼んで一緒に食べるのがいいと思う。友達と一緒に食べるのが楽しく食

べられるよ。

ある日の献立

朝:もち(レンジでチン。

早い!しかも腹持ちがいい。)

昼:野菜炒め、ご飯、味噌汁

夕:牛丼(吉野家)

(インタビュー:米山裕美)



みんなにインタビュー

朝と夜と実家から送ってもらった米とレトルトカレーを食べ、昼は時間があたらおにぎりを持っています。夕飯時には三合炊きの炊飯器に無理やり三合半炊いてがっちり食べています。食にこだわりはなくて、食べることができればなんでもいいです。(なっちゃんカレー・工学部3年・男)

寝坊するので朝は食べません。昼は生協で買ったパンを教室で食べます。夜はバイトがあるときは外食ですが、後はできるだけ自炊します。(ねえさん・教育人間科学部2年・女)

朝は食べないことが多く、昼はカップラーメン。夜は飲みに行きご飯の代わりにする。最近は朝まで飲んで昼まで寝るので昼も食べないことが多くなってきた…。(若・理学部3年・男)