

大学生発!人と地球と笑顔のためのフリーマガジン

TAKE  
FREE

vol.14

s u s t e c o



特集  
地元

大学生の本音をきいちゃおう！



# ジモトトーク

みなさんにとって地元とは？  
周りの友達ってどんな風に思っているんだろう？  
今回は、サステコメンバーで「地元」について座談会をしました！

文・構成：高村菜月 / デザイン：木下奈津子  
写真：近藤萌

●さて、始めていきましょう。みなさんは地元好きですか？

キノ 好きです。(即答)

ターボ 好きだね。

えっちゃん 大好きです。

ぼっくる うんうん。

●なるほど。特に好きな理由ってなんだと思いますか？

キノ 私はやっぱり住みやすいところ。実家っていうものが大きいかな。ただ一人暮らしをして地元に離れるよりは、実家で暮らして地元で暮らした方がいいなって思います。

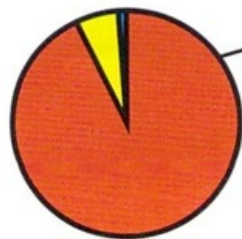
ターボ 俺は環境かな。実家は千葉県の中でも田舎の方だから、やっぱり帰るとなんとなく落ち着くね。東京はちょっとごみごみしてるし。まあ電車とかも多くて便利なんだけど、人がすごい多いから、そういうときにたまに地元に戻りたくなる時もあるかな。

えっちゃん 俺はですね、東京寄りの千葉県なので、駅の周りは都心ほどではないけどビルとかいっぱいあって栄えているんですよ。でも、ちょっと自転車でいったら、地平線も見えるし、田んぼや農場しかない場所もあって。その二面性が好きですね。



大学生100人に  
聞きました！

Q. 地元は好きですか？



はい 93%  
いいえ 6%  
その他 1%

Q. 実家？一人暮らし？



実家 66%  
一人暮らし 27%  
その他 7%

Q. 就職は



地元  
地  
未定



キノ  
女子美術大3年。吉祥寺で実家住み。



ターボ  
大東文化大4年。千葉出身、一人暮らし。



えっちゃん  
首都大学東京2年。千葉から通学中。



ぽっくる  
武蔵大2年。地元は北海道札幌市。



地元です？

27%

元以外 72%

1%

ぽっくる 私は札幌なんですけど、お店も便利でなんでもあるし、おじいちゃん家は田舎だから森とかもあるし、あと人が好きなので地元は好きですね。

●では、就職は地元でしたいですか？

えっちゃん 地元から通える都心がいいですね。

キノ あー、リアルな意見。そういう感じに近いかも。

ぽっくる 私は迷ってるんですよ。雰囲気や利便性はすごくいいから、札幌の方が良いなって思うんですけど、やっぱり東京の方が就職先ありそうかなと思って。

キノ 私は東京生まれ、東京育ちだから、地元を東京ってくるなら、出ていくって考えはないね。住むんだったら実家あたりになるのではないかと。

●一人暮らしの可能性もあるんですか？

キノ もしかしたら働く場所によっては……。でもできれば地元から離れたくないっていう気持ちは強いかな。

●ターボさんはもう実際に就活をしてきましたよね。

ターボ 最初、場所についてはやっぱり悩んだ。地元に戻ろうとも思ったけど、地元は職が……。もうほんとに田舎だし、給料も都心に比べたら全然低いし。そうすると、やっぱり最初から就職は都心っていうのが強かったね。8割ぐらい都心で、若干地元も考えようかって感じでしてたかな。

●就職先ってやっぱり悩みますよね。このあと、サステコ座談会は「ふるさと納税」や「地元アピール」の話へ……。まだまだ続きます！続きは電子書籍で！

# ばんぱく だいすき

教科書  
に載っている

「太陽の塔」でおなじみ、1970年・大阪万博。大阪府吹田市に残るその跡地は、今では万博記念公園（以下、万博公園）として、多くの人たちに愛されています。広大な敷地を誇る園内を見渡すと、360° 緑でいっぱい。その広さはなんと甲子園球場 65 個分！都会の喧騒を忘れさせる開放的な雰囲気の中で、四季折々の自然を楽しむことができます。



市民参加型の取り組みやイベントで盛りだくさんの万博公園。大阪を訪れた際にはぜひ万博公園に立ち寄って、エコな空間を肌で感じてみてください。

市民を交えたさまざまなエコ活動が実施されている

のも、万博公園の魅力の一つ。NPO 団体や来園者とともに、「資源循環型の公園づくり」をすすめています。「人と自然のコラボレーション」は“園内で発生したものは園内で再利用して行く”ことから始まります。

園内の井戸水が水やりに使われたり、咲き終わった花や刈り取った草が堆肥に利用されたりするのが、その一例。他にも、園内売店や来園者から集めた使用済みてんぷら油を、CO<sub>2</sub>を排出しないバイオディーゼル燃料やせっけん水に再生するなど、園内ではまだまだたくさんエコ活動が展開されています。

これらの活動は、春と秋に園内で開催される「環境エキスポ」と「エコフェスタ」でその一部を体験することができます。また、今年も園内で開催された「ロハス・フェスタ」は、“おしゃれでかわいくエコを実践しよう”という呼びかけのもと、多くの参加者でにぎわいました。



# 地域密着★植林ツアー

森が増える。そして地域が育つ。人も動物も地球も歓迎してくれるその森を、あなたの手で作りませんか。

文章：古川友紀子 デザイン：近藤萌

## 植林に行ってきました

10月30日(日) 雨時々くもり 



今日は待ちに待った「present tree in 飛騨高山」!秋の飛騨高山は、さるぼぼと同じ赤に染まってとってもきれい。参加者は、生後数か月の赤ちゃんから82歳のおじいちゃんまで約120人が集まりました!高山に木を植えたい人がこんなにいるなんて、高山は幸せ者だな~さて、今回植えたのはブナ、ミズナラ、コナラ、クリ、ドングリ、モミジ、ケヤキの7種類。水が育つ森を作るように選ばれたそうです。しっかり根を張るようにまっすぐ植えたから、ちゃんと元気に育ってね。



## お話を聞いてきました

今回の植林でサポートしていた高山市職員のみなさん。その中でも、高山育ちで植林地のすぐ近くに住んでいる協坂光生さんに伺ってきました。



高山で植林が行われることについてどう思いますか?

こういう所で育った者としては大歓迎です。高山では地域の過疎化歯止めのために、いろいろな活動を行ってきました。その中にこの植林もあります。地域が盛り上がらないと市も盛り上がりませんよ。

また、森は地域としての水源地、源なんです。森を増やすことが地域を育てる。これをきっかけに関心をもってもらい、みんなに親しんでもらいたいです。





# ぶっさん！

## 今年の冬は、脱★スーパー野菜

writer: 戸口有莉 designer: 上村知世

段々と寒さも増していき、これからがまさしくお鍋の季節。豆乳やキムチ、トマトのスープに、野菜をたっぷりさん入れて！「温まるね」なんて言いながら、みんなでお鍋を囲む幸せ。——さて。では、その野菜はどこで買いますか？駅前のスーパーマーケット？いえいえ、これからは直売所でしょ！

### これが本当の特売品

農産物直売所の最大の魅力は、なんといっても鮮度の良さ！直売所では、地元の農家の方がその日の朝に収穫し店頭運びま

す。そのため、まさに食べ頃の野菜を手に入れることができるのです。一方、スーパーの野菜は全国から運ばれてくるため、収穫から数日経ってから店頭に並ぶ、ということも……。さらに、直売所は卸売業者を不要とするため、スーパー以下の値段のものがほとんど。新鮮で、安い。本当のお買い得品って、こういうものをいうのかも。

### 数の多さはコンビニ以上！

田んぼだらけの田舎にしかない、旅行のお土産を買いに稀に立ち寄るような場所。直売所は、

そんなイメージを持たれがち。ですが実際は、なんと全国に16,829ヶ所！ちなみに、大手コンビニチェーン・セブンイレブンの店舗数はというと2011年10月の時点で13,604店舗。直売所がセブンイレブンを上回るという驚きの結果に。

### 地元だから、朝がおすすめ

近年、直売所は人気の観光スポット。人気の直売所では陳列をする傍から商品が売れることも！「せっかく行ったのに欲しい商品が売り切れてた……」なんてことのないように、午前中

までに行くのがベスト。

同じ土地で育った野菜だから、あなたのからだに優しい。そんなことって、あるかもしれません。今年の冬は、地元の友達と直売所の野菜でお鍋、なんてどうでしょう。



みなさん、昆布の生産地はどこ知ってますか？実は、主に北海道なのです！利尻昆布、日高昆布、厚岸昆布など、北海道だけでもさまざまな昆布があります。しかし、今日では生産量が減りつつあります。自然災害の影響によるもののほか、昆布漁業への就業者減少や高齢化による労働力の低下も原因の一つです。

### \* 頭が良くなる

昆布には疲労を回復してくれるビタミンB1、B2が多く含まれています。また、昆布に含まれるアルギン酸は、頭の回転を良くしてくれます。さらに効果増を狙うなら、記憶力を保つDHAを多く含むマグロと一緒にどうぞ。

## 昆布のいいところ

### \* 地球温暖化ストップ！

植物なので炭酸ガスを吸収して、酸素を作り出してくれます。近年の研究では、陸上の植物が吸収する2.5倍の炭酸ガスを吸収することがわかりました！

### \* ダイエットにもオススメ

昆布は胃の中で水分を吸収して量が増すので、満足感を味わえます。また、0カロリーなのに、ビタミンやミネラルを摂ることができ、繊維とアルギン酸のおかげで腸の動きが活発になります！！

昆布はダシとしても、そのままでも、切り昆布、納豆昆布、とろろ昆布など……言い出したらキリがないくらい、さまざまな食べ方があります。昆布は残すところのないエコな食品です。みなさんも毎日昆布を食べて元気にしましょう！！





フード・アクション・ニッポンでは、震災に向けた取り組みも行っています。それが「食べて応援しよう!」。これは、東日本大震災の被災地、またはその周辺地域で生産・製造される食品を積極的に消費することで、被災地の復興を応援しよう!というものです。

今回は、復興に向けて実際にアクションを起こしている Little WAKI の加澤弘子さんにお話を伺いました。

### ◆活動を始めたきっかけはなんですか?

震災により、私の地元の町は結構破壊されてしまいました。震災後に母に連れて行ってもらいましたが、あまりにひどくてすごくショックを受けました。大好きな町だったので何かできないかな、と思って……。それが

きっかけですね。

### ◆活動をしていて、よかったことはありますか?

以前よりいわきを知れたことにより、自分の町をもっと好きになりました。これからはただの地元というより、もっと深く付き合っていきたいと思いました。

今回の活動で集まったのは高校の同級生で、メンバーのほとんどが地元の高校出身です。こうして再会し、同じ目標を持ち活動をできていることは幸せだと思います。

### ◆復興に向けて、私たち学生にできることは?

忘れないことだと思います。活動しようとなったとき、何ができるか自分なりに考えました。直接いわきに行

けばいいのかとも思いましたが、そうではないな、と。まずは、震災後も学校に通わせてもらってることに感謝しなきゃいけない。地元に戻ってできるのではなく、東京でできることをやろうと思いました。ちょっとでも話題にし、忘れかけている人に思い出させてあげることが、今の私たちに出来ることです。

### ◆最後に一言、お願いします。

いわきは震災で名が知られるようになってしまい、なかなかいわきの良い部分には目を向けられずにいます。いわきは海も山もある、素敵な町です。私たちが活動することで、それを少しでも多くの人に知ってほしい。そして、そして復興を一人でも多くの方に願っていただけたら嬉しいです。

## Little IWAKI

福島県いわき市の復興を支援しようと創設された学生団体。東京在住のいわき市出身の学生を中心に活動中。



世の中にあふれる「エコ」。  
本当にエコなことって何だろう。何をすればいいのか分からない……。  
そんなあなたに、サステコは提案します。

### サステコの3つの理念

#### 地球もそうだけど、 人のために

楽しく生活していたら、環境にも貢献していた。サステコは、地球も笑顔になれる情報を発信します。

#### ピンときたら行動

気になった記事があれば、少しでも取り入れてみてください。きっと自分に地球に良い形で返ってくるはずですよ。

#### 未来までハッピー、 それが持続

今も未来も笑顔が続いたら素敵じゃないずっと先まで笑顔を大切にしていける社それがサステコが目指していることです。

sustainability + ecolog  
s u s t e c o



## 設置場所一覧

### 大学・短大

- 北海道・東北地方 北見工業大学
- 中部地方 金沢大学、信州大学、新潟大学
- 関東地方 大妻女子大学、慶応義塾大学、首都大学東京、上智大学丸善、女子美術大学、成蹊大学、多摩美術大学、筑波大学、デジタルハリウッド大学、東京家政大学、東京造形大学、東京学芸大学、東京農業大学、東京農工大学、東邦大学、獨協大学、日本大学芸術学部、一橋大学、フェリス学院大学、明治学院大学、立教大学、法政大学、武蔵野美術大学、横浜大学、武蔵大学
- 近畿地方 大阪府立大学、京都女子大学・短期大学部
- 中国・四国地方 愛媛大学、高知大学、広島修道大学
- 九州・沖縄地方 沖縄国際大学、鹿児島大学

### 大学以外の設置場所

おやつカフェ菓類、ピオ・オジヤン・カフェ、カルミネ表参道スタンド、Cafe SEE MORE GLASS、EarthHisart 美容院、オルタナサロン、people tree 表参道店、Ar Trois Aima、地球環境パートナーシッププラザ、宇田川カフェ、FRAMES、LeDeco、モスバーガー(渋谷公園通り店)、Veagan Healing Café、PROS渋谷店、cafe marche、cafe gooch、Cafe EAT、Cushucusyu、GRILL BURGER CLUB SASA、calcium、sign、café Kyogo、環境学生交流センター、アーツ千代田3331

※具体的な設置場所の住所については、Webサイト <http://susteco.org/> に掲載しています。

### 設置協力をお願い

設置に協力していただける方を募集しています。設置場所の地域、形態は問いません。「自分の大学に置きたい!」という学生・教職員の方や、カフェ/レストラン/美容院/博物館などの商業施設も大歓迎です。詳しくは、[info@susteco.org/](mailto:info@susteco.org/) までご連絡下さい。

### 広告募集

サステコは広告・協賛企業によって運営しています。企業・団体だけでなく、個人での広告掲載も大歓迎です。費用など、詳しくは [info@susteco.org/](mailto:info@susteco.org/) までご連絡下さい。

## Postscript

ただいま。おかえり。

私の原点であり、帰る場所であり、  
思い出がたくさんつまっているところ。

大学生になって離れた。  
これから帰るかもしれない。

つながりが強いこの場所と、  
あなたはどうか関わっていきますか。

紙じゃないフリーマガジン。  
電子書籍版サステコ。



<http://susteco.org/>

	susteco vol.14	特集 地元
	ジモトーク	ばんぱく だいすき
	地域密着 ★ 植林ツアー	エコンプ ぶっさん! 今年の冬は、 脱★スーパー野菜
特集外	コージェネ レーション	メルシー体操 しってこ