

This is a newsletter from Shinshu University International Center (SUIC).  
In case this email newsletter is unreadable, please try the online version  
[http://www.shinshu-u.ac.jp/institution/suic/upload/pdf/publications/suicnewsletter\\_vol.28.pdf](http://www.shinshu-u.ac.jp/institution/suic/upload/pdf/publications/suicnewsletter_vol.28.pdf)

◆◆◆ Vol.28 2010.12.28 ◆◆◆

◆◆◆ 信州大学国際交流センター ニュースレター  
Shinshu University International Center (SUIC) Newsletter ◆◆◆

発行：信州大学国際交流センター(SUIC)  
<http://www.shinshu-u.ac.jp/institution/suic/>

[ 今号の目次 ]

- \* ごあいさつ
- \* 最近の出来事
- \* 信大NOW No. 66
- \* スタッフ近況報告 (熊崎さとみ 先生)
- \* 生活ちょっとコラム ~信州の寒さ克服法~

■□

□ ごあいさつ

Season's Greetings from Shinshu University!  
気がつけば11月に軒下に吊した干し柿がすっかり小さくなり、  
早くも年内最終のニュースレターとなりました。

我が家ではクリスマス前に早々と餅つきも済ませ、クリスマスツリーを  
片付けると同時に鏡餅が飾られました。いかにも日本の年末(笑)  
何はともあれ、楽しいイベントが続くのは嬉しいことですね。

皆さまにとっても楽しい年の瀬となることを願っています。  
そして、来る2011年も素晴らしい一年になりますように。  
Best Wishes for a happy holiday season and a happy new year!

■□

□ 最近の出来事

▼トピックス

★松本キャンパスにて信州大学国際交流同窓会を実施しました

11月20日午後、国際交流同窓会「松本カミングデー」が行われました。  
1部が留学生による日本語スピーチコンテスト、2部が国際交流同窓会  
パーティからなるイベントです。

スピーチコンテストには11名のスピーカーが参加して最優秀賞を競い、  
パーティには50名程の人が参加して楽しく過ごしました。なんと、  
19年ぶりの再会もありました。

「松本カミングデー」は来年も開催される予定です。  
より多くの方のご参加をお待ちしています!

写真サイトはこちら：  
<http://isc.shinshu-u.ac.jp/photos/2010/2010aut/10matsu1.htm>

★信州大学、全学でISO14001認証取得を達成

信州大学では環境マネジメントにおける国際的な規格であるISO14001の  
認証取得を平成13年よりすすめてきましたが、このたび、医学部及び  
同附属病院に対するISO14001認証範囲拡大の審査に合格し、全学における  
ISO14001の認証取得を達成しました。

日本で全学のISO14001認証取得を達成した大学としては14校目。そのうち、  
医学部附属病院を持つ大学での取得は、本学が2校目とのことです。

詳細はこちら：  
<http://www.shinshu-u.ac.jp/news2/2010/12/iso14001.html>

★重慶師範大学(中国)と大学間交流協定を締結しました

---

2010年12月3日、中国重慶市にある重慶師範大学と信州大学との間で大学間交流協定が締結されました。教員養成関連、生物学関連分野をはじめ、多様な交流活動が期待されます。

---

★「平成23年度帰国外国人留学生研究指導事業」募集について

日本の大学の教員を現地に派遣し、日本留学を終えて自国の大学等で教育、研究活動を行う元留学生の研究を指導する場を提供する制度です。

【支援内容】  
往復渡航旅費  
滞在費（現地滞在日額16,000円）  
研究指導経費（上限100,000円）

【募集要項】  
詳細はこちらをご覧ください。  
[http://www.jasso.go.jp/exchange/sgtj\\_rg.html](http://www.jasso.go.jp/exchange/sgtj_rg.html)

○帰国外国人留学生研究指導事業を活用した研究者の声○  
[http://www.jasso.go.jp/exchange/shidou\\_r\\_h21.html](http://www.jasso.go.jp/exchange/shidou_r_h21.html)

---

★「平成23年度帰国外国人留学生短期研究制度」募集について

日本での留学を終え、現在、自国において教育、学術研究又は行政の分野で活躍している元留学生に、日本の大学で短期研究を行う機会を提供する制度です。

【支援内容】  
外国人研究者：往復渡航旅費、滞在費（日額11,000円）  
受入研究者：受入協力費（定額50,000円）

【募集要項】  
詳細はこちらをご覧ください。  
[http://www.jasso.go.jp/exchange/sgtj\\_rf.html](http://www.jasso.go.jp/exchange/sgtj_rf.html)

○帰国外国人留学生短期研究制度を活用した研究者の声○  
[http://www.jasso.go.jp/exchange/tanken\\_r\\_h21.html](http://www.jasso.go.jp/exchange/tanken_r_h21.html)

---

■□  
□ 信大NOW No.66のご案内

信州大学のニュース、歴史や人にまつわる記事、イベントや公開講座の紹介、研究者の研究内容など、信州大学が良くわかる広報誌「信大NOW」。最新号の目次を紹介します。

<No.66>

◎特集1：信州大学繊維学部100周年!!

◎特集2：遺伝のことを知っていますか？  
～遺伝情報は、遺伝教育のもとに活かされる

◎Special Report：子どもの健康と環境に関する全国調査  
「エコチル調査と信州大学の使命」

◎信大発イノベーションクリップ  
地域に「知」を生かす先端研究 ― 地域卓越研究者戦略的結集プログラム  
「エキゾチックナノ・カーボンの創成と応用プロジェクト拠点」

◎話題の信大生たち：栗原夏佳さん  
～第46回全国国立大学フェンシング選手権大会三連覇

◎地域コミュニケーションパラダイス：  
「絵本製作グループ 共創デザインラボ」

◎学生企画ページ：  
学生生活！！突撃隊 ～繊維学部創立100周年特集～

◎信大OBが選んだキャンパス一景：  
「モダンで可愛い90年前のポストカード」

全文は信州大学の公式Webサイト上でデジタルパンフレットとして公開

されていますので、ぜひご覧ください。↓ ↓ ↓  
<http://www.shinshu-u.ac.jp/guidance/publication/#publication>

■□

□ スタッフ近況報告 熊崎さとみ 先生（国際交流センター非常勤講師）

みなさん、お元気ですか。熊崎さとみです。

はやいもので、2010年もあとわずかで終わります。町はイルミネーションやクリスマスツリーがとてもきれいです。松本で冬を過ごしたことがある留学生のみなさんは、信州大学のキャンパスから見える美しい山々をおぼえているでしょうか。12月に入ってから、日に日に雪で白くなっています。

先日、農家の方に、お正月の松飾り（まつかざり）についてお話をうかがう機会がありました。日本では、お正月はとても大切な行事で、いろいろな伝統的な習慣があります。日本語クラスでも何回か「なぜ玄関にみかんがあるんですか？」「スーパーにある小さい、雪だるまのようなモチは何ですか？」と聞かれたことがあります。今回は、少しだけお正月の飾りについて紹介しましょう。今、日本にいるみなさんはクリスマスが過ぎたら町を見まわしてみてくださいね。

玄関の上の方に飾るのは「しめ飾り」です。わら、裏白（うらじろ）という葉っぱ、橙（だいだい＝みかんの仲間。今はみかんを使うことが多い）、四手（しで＝四角い白い紙をつなげたもの）などでできています。悪いこと・悪いものが中に入らないように、という意味で飾ります。

その他に、門や玄関の左右にわらで作った飾り（しゃもじやおわんの形をしたもの）や松を飾ることもあります。これは、米がよくできるように、という意味があります。立派な「門松（かどまつ）」を飾る家もあります。銀行や大きい店の入り口に飾ってあることもあります。

家の中には、雪だるまのようなモチ＝鏡餅（かがみもち）を飾ります。裏白、四手の上に丸いモチを大小二つかさねて、その上にみかんを置いて、玄関や床の間（とこのま）に飾ります。

簡単に紹介しましたが、地方や家によって飾るものはいろいろ違うし、それぞれにいろいろな意味や、飾り方の習慣があります。興味をもったら調べてみてくださいね。

みなさんにとって2010年はどんな年でしたか？ 新しい年が、世界中で活躍しているみなさんにとってますます素晴らしい年になることをお祈りしています。

■□

□ 生活ちょっとコラム ～信州の寒さ克服法～

12月に入り、最低気温が氷点下となる日も多くなりました。信州の寒さに慣れない留学生にとっては、毎朝、毎夕の寒さが身にこたえるようです。

私も南（九州）の出身なので、信州に来て数年間、本当に冬の寒さは恐怖でした。6年目の今でこそ、体が慣れて「今年の冬はあったかいなあ」なんて思えるようになりましたが、最初は本当に驚きました。

だって、信州が寒いということは知っていたけれど、きっと室内は暖房設備が整っていて、部屋の中はぼかぼかなんだろうと思っていたんです。ところが…！

家が古い日本家屋だったこともあり、暖房を入れてもストーブの前しか暖かくなり、辛かったですね～。今でも廊下では果物や野菜が凍ることがあります…とにかく、あれこれ工夫をしながらひたすら春を待ちました。（本当は家を建て直してほしかったけれど（笑））

ということで、「留学生、がんばれ～！」の気持ちを込め、私のお勧め対策を3つご紹介します。

#### 1) 足湯

バケツに熱めのお湯を張って足を温める方法です。熱い飲み物を飲みながら、お湯がぬるくなってきたら熱湯を足して温度を上げ、体全体が温まるまでゆっくりやると、その後1時間くらいは寒さが和らぎます。辛いほど体が冷えてしまった時には、一日何度でもやってみました。

#### 2) 寝袋

勉強や仕事をするときは、寝袋に入って机に向かいます。ベストなのは「動けるあったか寝袋」という、手足が出せて自由に動き回れるタイプのもので、これは本当に完璧なのでおすすめします…！暖房と違い、部屋の上部の空気が温まらないので眠くなりにくいです。

