

# 秋プス

信州アルプス大学だより・秋



今日はおやきでひと休み

ケンミンだけじゃない人気の秘密はほっこりあったかいおかあさんの味…  
「文岳堂のおやき教室」の様子は中面で!

季刊フリーニュースペーパー  
《信州アルプス大学だより》2018秋号/vol.11  
2018年9月発行  
企画・発行/信州アルプス大学 [www.alps-univ.net](http://www.alps-univ.net)  
[Tel] 080-6937-4937 [Mail] [shinshu@alps-univ.net](mailto:shinshu@alps-univ.net)  
本紙掲載の写真、イラスト、記事の無断転載・複写を禁止します。

※平成30年度 市民大学プラットフォームを生かした市民講座事業委託業務の一部として当紙を発行しています。

## プス大 Topics

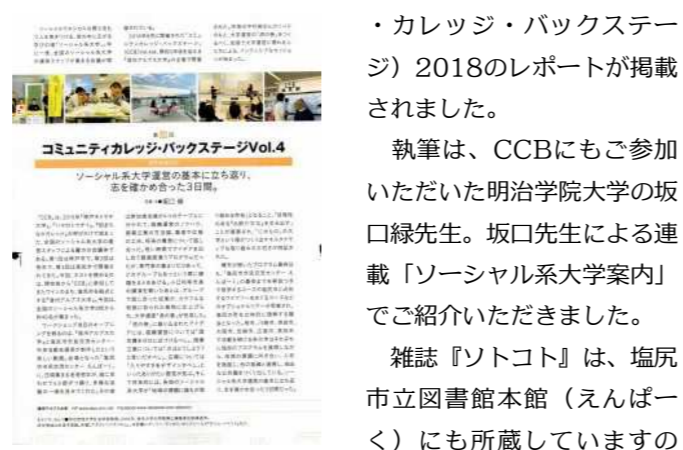
### しおじり1%Project 支援先団体を選考

この夏、参加企業から頂いた寄付金が一定の額に達したため、支援を受けたい団体を8月いっぱいまで募集しました。

先日、プス大のプロジェクト委員とスタッフによる、応募書類の審査を行いました。それぞれの団体の活動内容などを精査し、支援する団体を絞り込んだ上で、面接を経て、正式に支援先団体として選ばれることになります。今後の動きはプス大ホームページなどでも随時ご報告していきます。

昨年末から本格的に始動し、協賛いただいている企業・店舗なども11カ所となりました(8月末現在)。そし

### 『ソトコト』10月号にCCBレポートが掲載



「社会や環境がよくなって、そしておもしろい」をテーマとしたソーシャル&エコ・マガジン『ソトコト』(木楽社刊)10月号に、プス大がホストとなって6月に開催したCCB(コミュニティー

・カレッジ・バックステージ)2018のレポートが掲載されました。執筆は、CCBにもご参加いただいた明治学院大学の坂口緑先生。坂口先生による連載「ソーシャル系大学案内」でご紹介いただきました。雑誌『ソトコト』は、塩尻市立図書館本館(えんぱーく)にも所蔵していますので、興味のある方はぜひご覧ください。



信州アルプス大学のいろいろな話題を集めました!

## これからの授業・講座・イベント

### 10/13(土) しおじり景観ワイン散歩 part2

今年もやります、ワイン散歩! 塩尻景観ネットワーク・堀内さんのお話を聞きながら景観散歩+J.S.A.ワインエキスパートによるワインガイドの連携企画です。秋の桔梗ヶ原を歩いて、ワイナリーめぐりをします。 **要参加費**

・誰でも申し込めるオープンキャンパス講座



### 10/21(日) プス大祭り ~市民活動のお悩みまるっと解決!~

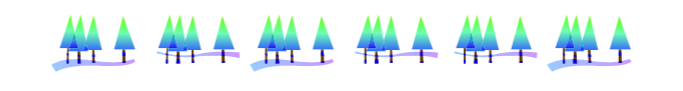
CCB。全国のコミュニティ大学の叡智を集めた運用虎の巻を公開します。きっとあなたの活動に役に立つ気づきを得られるはずです。

市民活動に関わっている方だけでなく、「何かしてみたいけど…」と何となく考えている方もぜひご参加ください。 **誰でも参加できるオープンイベント**

●誰でもできる「まちづくり0.0」とは? / みんな誰もができるまちづくりの原点、限界のまちづくりを紹介。  
●市民活動に役立つ"虎の巻"を公開! / 6月に開催された

### 11月 バスに乗ってムーミンの国へ! フィンランドカフェトーク

「木曾くらしの工芸館」敷地内にある「カフェ・ユーライフ」のオーナーは、フィンランド出身の河西ウツラさん。オリジナルのカフェメニューを味わいながら、美しい北欧の国フィンランドについて、いろいろな話をうかが



上記の授業・講座の詳しい情報と申し込み方法は、ホームページでチェック!  
[www.alps-univ.net](http://www.alps-univ.net)

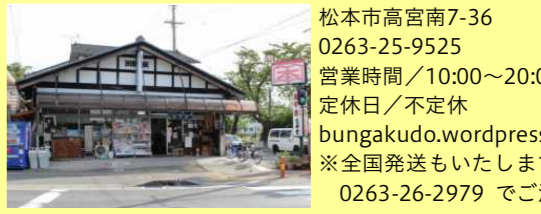
Student identification card **見本** 信州アルプス大学 **学食・生協(得)ガイド**  
学生証 **見せておろ!**  
学生限定サービスがある協賛店です。学生証を持って出かけよう!



文岳堂 Bungakudoh

### 素朴な「おふくろの味」にホッとする町の本屋さんのおやき

開業から約40年の老舗書店は、今やおやきの人気店として知られる存在。県外から訪れる人もいるその味は、地元食材を中心に具も皮も手作りで仕上げた、家庭的な素朴さが魅力です。もっちりふんわりとした皮の食感も◎! きんぴら、あずきあんなど定番から期間限定の具まで、常時6~8種類ほどが並びます。店内でも召し上がっていただけます。



松本市高宮南7-36  
0263-25-9525  
営業時間/10:00~20:00  
定休日/不定休  
[bungakudo.wordpress.com](http://bungakudo.wordpress.com)  
※全国発送もいたします。電話かFAX 0263-26-2979 でご注文ください。

★限定特典★ プス大学生証をご提示で…  
おやき 5個お買い上げで  
もう1個サービス!

編集後記  
今年の夏は猛暑でしたね。信州とは思えない高温にびっくり。「信州=夏も過ごしやすい」というイメージが完全に昔のものになってしまいました。災害も各地で相次ぎ、被災された方はいつそう厳しい夏を過ごされたと思います。幸い、私の住んでいる地域では何も起こらず、ありがたくも平穏に過ごせています。でもそんな時だからこそ備えと心がけを。まず防災グッズの中身の再点検から、すぐにもやらないと! (広報担当・編集長きたはら)

次号「冬プス」は  
12月発行予定です(年4回発行)

6月27日

J.S.A.ワイン検定ブロンズクラス part2



2018年度第2回目となるワイン検定ブロンズクラスを、ビストロヒカリヤ（松本市）で開催しました。平日でしたが、土日休めないサービス業の方など7名が受講。事前講習会でテキストの内容とテキストには載っていないワインの楽しみ方などをお話していたので、本番当日はテ

キストに沿っての総復習です。90分の講習の後、40分の検定のスタート。どなたも真剣な表情で取り組み、見事全員が高得点で合格！「事前講習は他では行っていないので助かった」などありがたい感想をいただきました。検定後は、そのままビストロヒカリヤさんで懇親会。検定は座学でしたので、実物のワインを手にテイスティングの練習を行いました。ワインに関心のある方ばかりで、すぐに場は和んで楽しい懇親会となりました。（レポート：中村）

7月19日

文岳堂のおやき教室



松本市高宮の『文岳堂』は、今は書店としてよりおやきで有名。ネットのおやき店人気ランキングでも、長野市の有名店に次いで2位と、すっかり“おやきの文岳堂”として知られるように。県外からもわざわざ買いに来るほどです！ 大人気のおやきの作り方を直接教えていただくという講座。先生は、文岳堂の藤井絹子さんと、絹子さんの姉の青木靖子さん。ふだん店を出している中から、一番人気のみそぶた（夏はほんのりカレー味）、定番の野沢菜、なす、切り干し、かぼちゃの5種類を作ります。具はどれも前もって作り置きし冷

凍。生地で具を包んだら、お尻をキッチリ合わせないと破れて汁が出てしまいます。皆さん悪戦苦闘していましたが、何個か作ったらコツをつかんだよう。先生からも「このまま店に出せるんじゃない」とお褒めの言葉。具を包んだら蒸し器で14～15分程度蒸します。蒸し始めか途中で、おやきの表面に霧を吹くと、蒸し上がりつつツヤツヤに。取り出したらホットプレートで表と裏を軽く焼きます。おいしそうな焼き色が付いたおやきは、どれも素晴らしい完成度！ 予想以上の出来栄に皆さん満足の様子でした！（レポート：北原）



8月25日

未来を変える、自分の暮らしを変える目標！「SDGsってなに？」



夏の恒例となってきた、持続可能（サステナブル）な社会について学ぶ今年の講座内容は、昨年取り上げた「SDGs（持続可能な開発目標）ってなに？」の2018バージョン。今多くの方が関心を持ち始め、各企業や団体でも経営や運営の目標として導入を始めている「SDGs」の入門講座です。

世界共通の未来への目標「SDGs」の誕生背景や全体

像、また大切にしていることなどの基礎知識をしっかりと学びました。また、過去から現在、世界や日本で起こっていることや状況についても、事例や注目すべき取り組みなどの紹介を交えながらいっしょに考えました。知ることで（できれば本質を）で、自分の暮らしを見直し、何かアクションを起こすヒントやエネルギーを感じてもらえればうれしいです。

少人数の講座でしたが、意見交換もしながらの内容の濃いものになったと思います。（レポート：講師・渡辺＝CSRエキスパート）

信州アルプス大学はSDGsに取り組んでいます。プス大webサイト内、「授業案内」の各ページに、授業内容・目的にふさわしいと思われるSDGsのアイコンを表示しています。



8月26日

ワインについて学んでみませんか？ 資格試験にチャレンジしちゃう？

日本ソムリエ協会が、ワインに興味がある人向けに実施しているワイン検定。その検定を中心に、ワインの資格やワインの飲まれている現状についてご紹介しました。

興味深いのは現在購入しているのは2000円以下のワインが80%なのに対して、ワインに詳しくなったら2000円以下は30%にまで低下し、平均購入単価が1569円から4398円と約3倍になることです。いろんな種類のあるワインです。何を購入し

ていいのか迷っていることがわかります。

ワインの勉強も何から手をつけていいのかわかりづらいものでした。ワイン検定は、日本ソムリエ協会がワインをもっと知ってもらおうと企画した検定なので、これから学ぼうという方にぴったりの試験です。これまで講座に参加したたくさんの方々は本検定にチャレンジされています。少し勉強してワインの世界を広げてみませんか？（レポート：中村）

本当にやりたいことをアルプス大学で！  
プス大スタッフ求む！



信州アルプス大学を支える“運営スタッフ”追加募集！

学長の中村です。信州アルプス大学も開校して3年目をむかえ、ますます活動の幅も広がってきています。会社や学校以外で、あなたの情熱と個性を生かした活躍の場がここにはあります。あなたもプロの仲間と一緒に活動して、スキルアップしませんか？



（本業）経営コンサルタント  
プス大では >>>  
学長/ワイン普及担当

「いつも」の閉じた場所からはなれて、「いつも」とは違った価値観の中で、「いつも」は使わない頭の部分に刺激をうけてます！プス大で、いろいろな力を持った外の仲間ができて、わくわくがふえました。そして、それは“本業”にもプラスになっています！



（本業）会社員  
プス大では >>>  
授業コーディネーター/  
山雅サポ担当

- 授業コーディネーター・サポーター
  - webサイト・FBページ・LINE@の運用
  - 学生向けメルマガの作成・配信
  - 季刊フリーペーパー制作
  - 運営資金管理
- など、仕事内容はさまざまです。大学を支えてくれる、ヤル気のある方を求めています！年齢・性別・経験は問いません。月1回の定例会議のほか、メーリングリストで随時、情報共有を行っています。
- 「なんかおもしろそう」「社会勉強として」「私でも何かできるかも…」と思ったあなたのご応募をお待ちしています！

プス大webサイト内専用フォーム、メール、電話でお気軽にお問い合わせください！