



n i c o t t o ...
2 0 2 5 夏号



私のイチ推し！おすすめスポット

今回は“夏休みガイドブック”をテーマにアンケートを実施しました！

〈和歌山編〉

北山川観光筏下り

北山村では、日本で唯一丸太を組んだ筏に乗り、北山川を一気に下る体験をすることができます。約70分の乗船となっており、夏真っ盛りの今にぴったりなレジャー体験！

和歌山大学では、北山村とコラボして「和ーキングホリデー」という名で、北山村にてワーキングホリデーの形で実際に就業体験するプログラムを実施予定です！この機会にぜひ北山村を訪れてみては？



ニッポン唯一の「飛び地」村
北山村
和歌山 奈良 三重
お気軽に参加ください！
和歌山大学 × 北山村
北山村
和ーキングホリデー
プロジェクト2025
ガイダンス開催!!

2025年4月17日(木)
12:30 ~ 13:00

会場 SALASA (東3号館 南112)

お仕事/時期
① イタダアテ・観光窓口案内(8月~9月)
② 中学生の学習・みまもりサポート(8月~9月)
③ じゃばら農作業サポート(11月限定)

総務/経費

それぞれのお仕事について特約をお支払いたします。
(2024年度実績 1,000円/時~)
交通費・宿泊費も支給予定。

お問い合わせ先
KIT-Plus 農産物検査所教育センター (担当: 津山, 谷真)
TEL: 073-457-7126 (内線: 7126)
Mail: food-agr@ml.wakayama-u.ac.jp

※詳細はガイドブックにて

激しいところは立って穏やかなところは座るからしんどくなさそう！

残念ながら和ーキングホリデーで単位はもらえません、、、

ホテル浦島



那智勝浦にあるホテル浦島は源泉かけ流しの絶景温泉が魅力的！なんとホテルへは、浦島丸という船に乗って移動！那智勝浦駅から徒歩6分で送迎船乗り場があるので、まだ車を運転できない人も安心。スペースウォーカーと呼ばれる日本一長いエスカレーターや、太平洋を一望できる展望台など、温泉以外の魅力もたくさんあるホテルになっています！

実際に行ったけど、めっちゃ綺麗！！

船でホテルまで行くのは魅力的すぎる！

他にも…

the misono、和歌山市民図書館、日前宮(和歌山市)、高野山、中田の棚田(紀美野町) etc.

〈和歌山県外編〉

アサヒビールミュージアム

大阪府吹田市にあるアサヒビールの体験型ミュージアム。「夏と言えばビール！」と言っても過言ではないほどなので、こちらも夏にぴったりの施設です！しかし、nicotto... 編集部の会議でサイトを訪れたところ、8月までは予約で満員。ビールを飲むことはもちろん、製造工程を知れたりする“大人”な体験ができちゃいます！もちろん、「お酒は20歳になってから」!!! ちなみに、ビールミュージアムで編集部会議は大盛り上がりでした笑



吹田駅が近いから飲んで帰れる！

9月はまだ空きがあるで！

もう1度言います、お酒は20歳になってから！

直島



直島は香川県の島であり、岡山県の宮浦港と香川県の高松港からのアクセスが可能です。直島にある地中美術館では、クロード・モネや安藤忠雄など有名アーティストの作品を目にすることが可能です。この美術館意外にも、李禹煥美術館（リウファンびじゅつかん）やベネッセハウスミュージアムなどもあり、様々なアート体験が可能になっています！

夏はめちゃくちゃ暑い

距離的には大学生にぴったりかも？

他にも…

祇園祭（京都府）



夏の京都是暑い、、、

人が比較的少ない後祭がおススメ！

浜寺公園プール（大阪府）

大阪のバリ島！！

ファミリーが多いイメージ！



私のイチ推し！おすすめパビリオン

番外編として万博についてのアンケートも実施しました！

イタリア館

万博一人気と言っても過言ではないほど超絶人気なパビリオン！待ち時間が6時間以上というわさも！？予約必須なパビリオンですが、もはや予約さえ困難なので、予約取れたあなたは持っている運を使い果たしたと思ひましょう。



アメリカ館



こちらも人気なパビリオンですが、予約不要で並べば必ず入れます。大迫力のロケットの打ち上げ映像が流れたり、月の石が展示していたりと、「THE AMERICA」が感じられる展示が人気を呼んでいます！かわいい「スパーク」もお出迎えしてくれるので、ぜひ宇宙を体験しに行ってみてください！

ドイツ館

「サーキュラー」という白いキャラクターの説明を聞きながら回るパビリオンで、すべての説明を聞いたり見たりしているとそれなりに時間がかかります。また、最後サーキュラーとのお別れの方法がかなりインパクトが強いので、ぜひあなたの目で確かめてきてください。。



PASONA館



万博開催前に話題となっていたIPS細胞の心筋シートが展示されているパビリオンです！アトムとブラックジャックがパビリオン内を案内してくれます。こちらも予約なしでも入館できますが、受付を停止している場合があるので、予約がなければ早めに行きましょう！

大阪ヘルスケア館

こちらパビリオンでは、「REBORN」がテーマになっており、25年後の自分に会うことができます！体のいたるところが測定され、ランク付けされます。筆者はなかなか悲惨な結果だったのですが、医療機関ではないので、あまり気にしていません笑

最後に25年後の自分が映像で登場しますが、これが一番の目玉！



日本館



名前のとおり、我らが日本のパビリオンで、他のパビリオンとは違い、おしとやかな内観です。キティちゃんやドラえもん、トランスフォーマーなど、ジャパニーズカルチャーも感じられる素晴らしい展示になっています。また、建物が木でできているので、木の香りで落ち着かせてくれます。

その他・・・

ベルギーパビリオン

チョコレート
売ってるで！

ノモの国

別の世界に入りたいみたいな
不思議な空間！

めっちゃ予約
取りにくいらしい！

ミライ人間洗濯機

とにかく映像が
すごい！

NTTパビリオン

万博の持ち物リスト

しっかり準備をするのも万博攻略のコツ！熱中症対策も忘れずに！

マイボトル

会場内に給水機があるので
マイボトルがあれば安心！



モバイルバッテリー

万博内での充電切れは、
死活問題。QRコードを
出せないなど、命取りに
なるので必ず必要！



帽子・日傘

日中はカンカン照りで、
日陰は争奪戦。屋根がな
いところに並ぶ可能性も
あるので必ず用意！



場内マップ

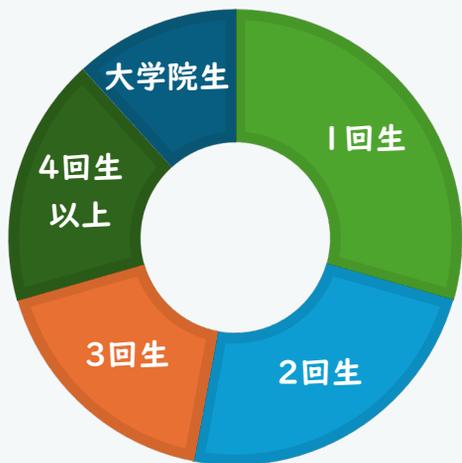
Xなどで個人で編集された
マップがすごく便利。
万が一の充電切れの備え
にもなって便利！



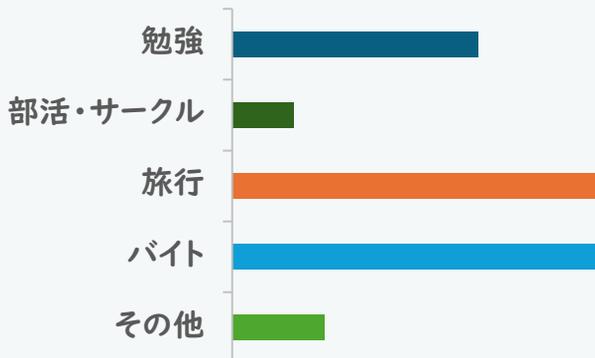
みんなの夏休みの過ごし方

何する？何している？ を聞いてみました！

回答者の学年



夏休み期間 何する？



意外と勉強がおるわ～

Q

夏休みにやっておいてよかった！ことは何ですか？



お布団がともだち
好きな時間まで
寝れる！

夏祭り・
プール・旅行
夏っぽいこと

簿記や英検などで
単位に認定される
資格もある！

寝食を忘れて
釣り三昧!!!

夏祭り1週間前に
誘ったら
「遅い」と
振られました。。。

合宿免許でも
よかったな～

Q

夏休みにやっておけば
よかった～と思うことは？



Q



夏休みの過ごし方について一言！



やりたいことを計画的に
実行しないと意外と早い

3回生

大学生の夏休みは長いので、そ
れを活かして色んなことにチャ
レンジしてみてください!!!

大学院生



やるべきことより
やりたいこと、
人生は一度きり！

1回生

許されるだけ
寝る。

卒業生



やりたいこと
をする

1回生

夜に走り込みする
とよく眠れます。

2回生



旅行に行く！
海に行く！
キャンプに行く！

職員



夏にしかできないことを
やろう！

2回生



わかのうら 釣物語

～夏の海已編～

うおひら
by 魚平

「...なんで俺はこんなくそ暑い日に釣りに行ってんねん！」
自分自身にキレながら、地元の堤防に行ったとある夏の日。

しかし、暑さで魚も元気がない。ルアーはもちろん、エサでも釣れない。
ベテランのおっちゃんもファミリーたちもどんどん帰ってしまう。
日暮れ間近になり、1km近い巨大堤防で 自分と親父の2人きりになる。

「今日はもうだめだな」
そう頭では思いながらも、腕と手は勝手に動く。
竿をふり、ルアーを投げ続ける。

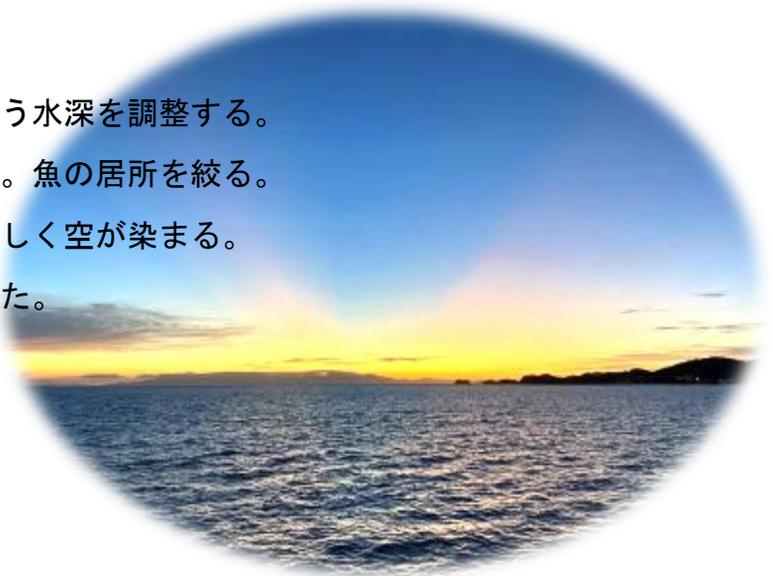
少しずつ投げる角度を変える。ねらう水深を調整する。
風の方角を読み、水の流れるを感じる。魚の居所を絞る。
太陽が水平線にのまれ、藍と橙に美しく空が染まる。
和歌浦湾に、マジックアワーが訪れた。

—その瞬間だった。

ドガガッ！！

手元にすさまじい衝撃が伝わり、竿がへし曲がる。
張り詰めた糸が風を切り、甲高い音が鳴り響く。
今まで感じたことがない独特な引き。
—これは、デカイ！
絶対に逃さないよう、ぐんぐん糸をまき、魚を寄せていく。
そして、徐々に魚体が浮き上がってきた。

「...ハ...や！」
親父が遠くで叫び、網を持って走ってくる。その魚の正体は...



すさまじい牙。瞳孔が開ききった黒目。
釣り上げたのは、全長118cmの巨大ハモだった。

鱧（ハモ）。ウナギ目ハモ科に属する魚。
京料理に欠かせない高級魚である。

あまりのことに、しばし、呆然としたあと、
感動が訪れる。狙ったわけではなかった。
運がよかった。けれど考え抜いて釣れた魚だ。
うれしい。こんな大物が身近な堤防で釣れる。
海には夢がある。この瞬間のために生きてきた。
そう思わせてくれる高揚感が釣りのすばらしさだ。

スキップしながら意気揚々と家に帰り「見てくれ！」
と言わんばかりにクーラーボックスを開けた。
ハモだぞ！！高級魚だぞ！！どうや！！
そんな気持ちで見せた獲物への家族の反応は！！

「……え， こわ」

ドン引きである。

「いや， これ秘密の部屋に棲んでるやつやん…キモ」
ドン引きである。例のあの人のペットと同じ扱いである。

過ぎたるは及ばざるがごとし。不気味の谷のように
人は一定以上を越えたものに気味悪さを感じるらしい。

そして， オカンから不意な疑問が投げかけられた。

「ねえ， これ， さばけんの？」

「……………？」

…やべえ， ぜんぜん考えてなかった。

⇒次回， 地獄の調理編へ続く



にゃんご日記vol.1

by 如月ぷりん



作ってみた

米粉 ショートキ



美味なるかな



米粉は
いせん



米粉



ラーメンたべたこ。

糖分はOK



大好評

三本100円で
この美味さ



みたらし団子
がーん到来!

麺類はダメ

暑さに
負けるな

わたしは負けた



ぼちぼちいこか〜

はま

みなさんは普段どんな目覚ましで起きますか？

わたしの目覚ましからはシンプルな音がけたたましく
鳴り響きます

このおかげでわたしが目覚ましのセットさえ忘れなければ、
確実に幸せな気分になれます

一時期、好きなアーティストの曲ならば多少いい気分で
起きれるのではとアラームに設定したことがありますが、
その曲が嫌いになりそうだったのですぐに止めました

とはいえ、どうせならポジティブな気持ちで目覚めたいと
質の良い睡眠について調べたことがあります

- ・規則正しい生活を心がける
→できる人はこんなこと調べないんだわ
- ・寝る前のPCやスマホを控える
→なんなら寝る前にそれらで調べてんねん
- ・運動習慣を持つ
→めんどくさい

わたしに一番足りなかったのはアドバイスを素直に受け入
れる心でした

しかし、そんな最中、とても魅力的な言葉を目にします

- ・ストレスがかかると睡眠の質が落ちる

わたしは今日もこの言葉を胸に幸せな入眠と最悪な起床を
繰り返しています

夏の～



ぱらり「ナツ」



たろう「夏の空」

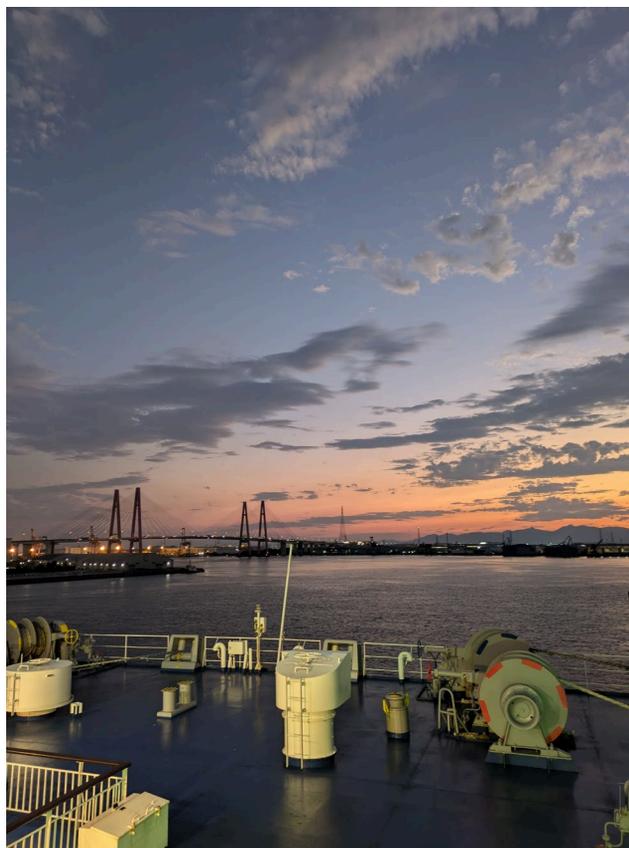


まお「をのみちのそら」

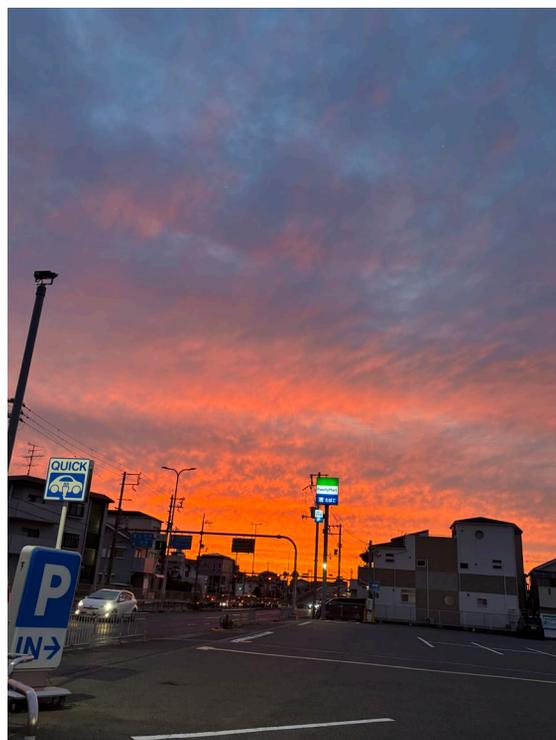


Switch2当選者
「当選した日に見た景色」

そら！



ミスト「船上の空」

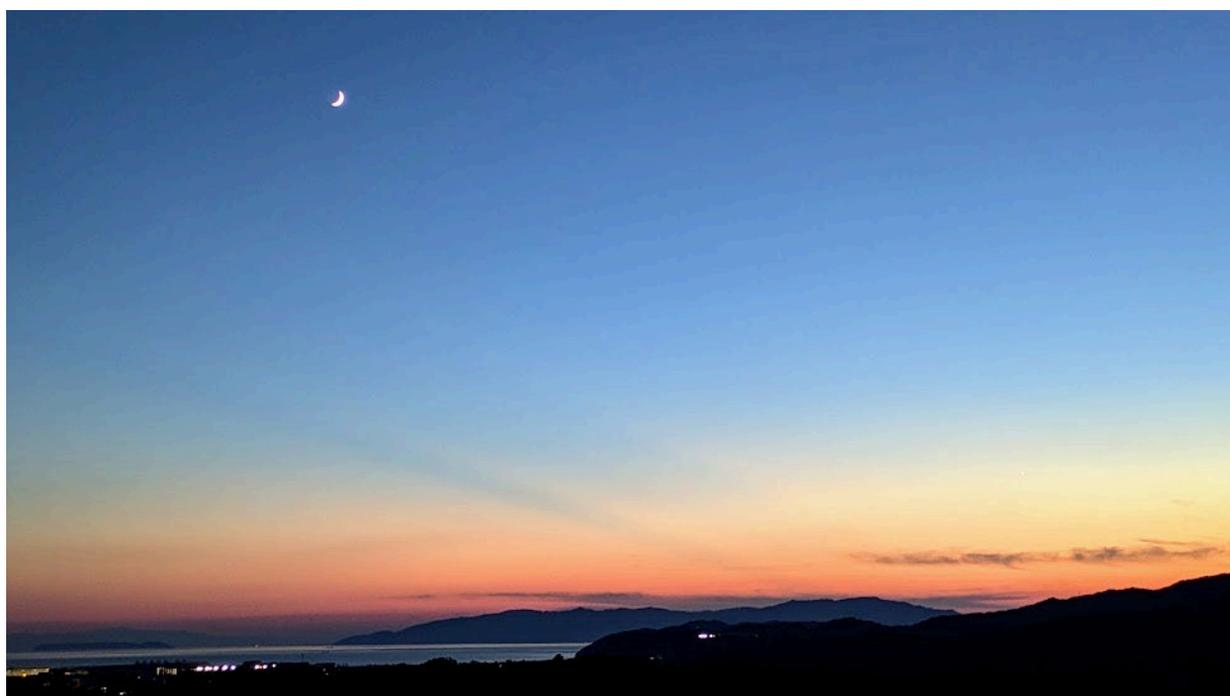


惟「焼け」



応募は
コチラ！

次回の作品募集！
「わたし」のお気に入り



カイト「一日の終わりに見たマジックアワー」

四季を感じながら和大を散歩する企画、その名も、、、

“わだニャンぽ”

今日は7月29日、そう、七福神の日だニャン！ ※しち(7)ふ(2)く(9)の語呂合わせより
こんな縁起の良い日はぜひ愛車に乗っておでかけニャン～！



あづい！非常にあづいニャン！！もうたぬニャン！！！！

熱中症警戒アラート発表中

※アラート発表中は適切なエアコン使用と、こまめな水分・塩分補給をして、熱中症の予防行動をとりましょう。

日傘がうまく差せないニャン、、、(泣)



こんな日は散歩してる場合じゃないニャン、、、 建物の中に飛び込むニャン～



万博にかこつけて、今回は異文化交流だニャン～

留学生の皆さんにインタビューしたニャン ※塚本治雄国際交流スクエアにて

テーマ「それぞれの国の夏、日本の夏について」

私の実家は山に囲まれた盆地のところにあり、気温は日本よりも高くなるけれど、湿度や日差しは日本のほうが凄くて、体感的には日本の方が暑いですね。この夏は海に行ったり、花火を見に行きたいと思っています。

韓国からの留学生さん
(今年の4月から一年間)

私たちの実家は日本よりももっと気温が高くて暑いです。夏は中国の南部(雲南省)に涼しいところがあり、よく旅行しますね。中国は日本のような夏のイベントは少ないです。先日“港まつり”に行ってきました。焼きそばや唐揚げを食べながら花火をみて楽しみました。

中国からの留学生さん2人組
(今年の4月から一年間)

インドネシアには季節が暑い(乾季)か雨(雨季)かの二つの季節しかありません。それもあってか日本のような季節ごとのイベントが少ない感じです。先日“港まつり”に行き、夏まつりを楽しんできました。また、日本では新年度の始まりは4月頃ですが、インドネシアでは8月頃から始まり、夏というものもないため「夏休み」はありません！残り2か月の留学生活は、バイトをしてお金を貯めて推し活(インドネシアには推し活の文化もありません)に励みたいと思います！

インドネシアからの留学生さん
(昨年の10月から一年間)

ご協力いただきありがとうございますニャン！

季節を感じる一枚をパシャリ



こんなところにセミの抜け殻が！？
セミさんも暑い中で頑張ったニャンね～！

まだまだ暑い日が続くけど、
みんなもいっぱい食べて、いっぱい寝て、
いっぱい遊んで、暑い夏をのりきるニャン！

いと体のストレッチ、だいじだいじ
By ヘルスクアタク





キャンパスライフ健康支援センター主催

☆☆☆ 学内交流ワークショップ ☆☆☆

夏だ！ラジオ体操だ！

ラジオ体操をしよう！木曜日には一緒に！

夏休み期間、外出する機会が減ったり、生活リズムが整わなかったり、なんとなく人とのつながりが減ったり…。そんな夏休みの習慣として、ラジオ体操に取り組んでみませんか？
 お一人でも友達と一緒にでも、学生・職員のみなさんも、大歓迎！
 毎週木曜日のお昼にはみんなでの時間もつくってみました。(参加自由)
 木曜日以外は各自でどうぞ。まずは1日からやってみましょう！

参加方法

1. センターで**ラジオ体操カード**を受け取り、もしくはダウンロードする
2. 気が向いたときにラジオ体操(その他の体操・運動でも！)をする。
3. **ラジオ体操カード**に判子を押し・シールを貼る等各自でチェック。
4. 1か月に5回以上体操したら良いことがある…かも！👏
センターに来てね。

- センター実施日: 毎週木曜日
8月21日、28日 9月4日、11日、18日、25日
- 時間: 12:45 ~ 12:55
- 対面参加: キャンパスライフ・健康支援センター
オンライン参加: 右のQRコードからTeamsで参加



お問い合わせ先

キャンパスライフ・健康支援センター (南1号館4F)

電話 073-457-7155 メール shien@ml.wakayama-u.ac.jp



編集後記

● 復刊して第2報を無事にお届けすることができました。
このまま秋、冬号と続けることができるか！？
● みなさんにもぜひ参加していただき、nicotto...を共に
盛り上げていただけたらと思います。



【編集者】

半田 悠貴 高橋 恭吾
森 麻友子 西谷 崇 小馬 加奈子

nicotto... 2025 夏号

2025年 8月

和歌山大学 キャンパスライフ・健康支援センター 発行