Vol.07
2016 AUTUMN

受験生・高校生
応援BOOK

ふるふるいろ♪

ワクワク Mukogawa Girl's Life

— 未来のムコ女生応援中！ —

魅力あふれる5人を紹介

Mukogress

— 女の子から女性へ！ —

… P.03〜12

武庫女生100人にアンケート！

武庫Girlの生態

… P.13〜14

Produced by
学生広報スタッフ
La chouette*

Mukogress

武庫川女子大学+progress

“ふるふぃる♪”は、もっと武庫女のことを受験生・高校生の皆さんに
知ってもらいたい！という学生広報スタッフLa chouette*の思いから
生まれました。すでに武庫女には大学を紹介する資料はたくさんありますが、
この“ふるふぃる♪”は、受験生・高校生の皆さんと年齢の近い
私たち学生広報スタッフLa chouette*の目線で制作することで、
より一層、武庫女の魅力を伝えられるように努力しました。
他にはない、武庫女オリジナルの冊子です♪
vol.7では、女の子から女性への成長(progress)を1年生から
卒業生までの5人の武庫女生を通じてお伝えします！
あなたも武庫女でステキな女性を目指しませんか？



各ページのQRコードを
読み取るとさらにステキ情報が！

「Muko Log」 アクセスしてね！

●●●○○ Mukojo

CONTENTS



短期大学部 健康・スポーツ学科 1年生 私立神戸星城高校 出身
髙田 果穂 さん

短期大学部健康・スポーツ学科の応援団に所属しています。来年からは団長として頑張ります！

Mukogress P.03-04 1年生

短期大学部 生活造形学科 インテリアコース 2年生 徳島市立高校 出身
鴻田 美美 さん

建築家になりたいという夢に向かい、武庫女の短大から大学への編入学を目指しています。



Mukogress P.05-06 2年生



文学部 教育学科 3年生 兵庫県立伊川谷北高校 出身
中井 美佑 さん

英語チャレンジコースでの学びや留学で将来のために英語に磨きをかけています。

Mukogress P.07-08 3年生

文学部 心理・社会福祉学科 4年生 香川県立観音寺第一高校 出身
森川 詩織 さん

社会福祉コースで2つの国家試験合格を目指し、仲間と一緒に日々勉強に励んでいます！



Mukogress P.09-10 4年生



和歌山県立桐蔭高校出身 生活環境学部 食物栄養学科(2013年3月卒業)
大学院 生活環境学研究科 食物栄養学専攻 修士課程(2015年3月修了)
和田 宏美 さん

“未来(ミラクル)えいようアドバイザー”として、管理栄養士のお仕事をしています！

Mukogress P.11-12 卒業生

100人に聞いてみた！
武庫Girlの生態

現役武庫女生100人に聞いたDATAをここで大公開！
武庫女生を身近に感じてください♪



DATA P.13-14 アンケート

Mukojo

KAHO TAKADA

Mukogress

ー 女の子から女性へ！ ー

髙田 果穂 さん

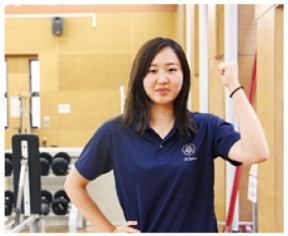
短期大学部 健康・スポーツ学科 1年生 私立神戸星城高校 出身

学科の体育祭次期応援団長に選ばれた髙田さん。「みんなの事を後ろから見守って、困っているメンバーがいたら助けてあげられる団長になりたい」と笑顔で意気込みを語ってくださいました。

#短期大学部 #応援団 #団長

1年生

✓ フォロー中







#入学 #勉強 #資格取得

スポーツに関する仕事に就きたいと考えていたので、短期大学部の健康・スポーツ学科がとても魅力的で、入学を決めました。今は自分の夢に近づくために、武庫女で取得できる健康運動実践指導者という資格の取得を目指しています。通学の時間も有効に使い、毎日勉強に励んでいます。

#応援団の #練習

応援団の練習はとても厳しく、時にはやめたいと思うこともありましたが、団のみんなと「頑張ろう」と声を掛け合って乗り越えることができました。友達や先輩方と仲良くなれるかすごく心配でしたが、一緒に厳しい練習を乗り越えたことで団の仲間との強いつながりが生まれました。先輩方との距離も近くて、応援団のことだけでなく、おすすめのサークルや学生生活についてもたくさん教えてもらいました。

#成長した #最高の思い出

応援団の練習は、体力的にしんどいだけではなく、精神的なプレッシャーもありました。団の演技はみんながピシッとそろって完成するので、列の後ろの方だから見えないだろう、ちょっとぐらい失敗してもバレないだろうという考えはまったく通用しないからです。でも、その考え方を変えて、どの団体よりもよりいい演技をしようと毎日練習に励み、本番では「やってよかった」と達成感でいっぱいでした。応援団に入って本当によかったです。



チェックしてね☆



高田さんのステキ情報はこちら

「Muko Log」

アクセスしてね！

#将来の #夢に #向かって

将来はスポーツトレーナーになって、スポーツをしている人が最高のコンディションで試合に臨めるようにサポートできる人になりたいです。そのために、応援団の練習や日頃の授業など精いっぱい頑張って、将来につなげていけたらいいなと思います。



My next step & Message

～ めざせ！キラキラLady♪ ～



#団長に #推薦 #頑張る

幹部の先輩方に推薦していただき、団長をすることになりました。発表された時には私に務まるのだろうかと心配で泣いてしまいましたが、先輩方に背中を押してもらい頑張ろうと決意しました。入団してくれたみんなに、応援団に入ってよかったと思ってもらえるように頑張りたいです！

受験生へメッセージ

将来のために今、頑張ろう☺



体育祭＆応援団

毎年武庫女では5月に2日間かけて体育祭を開催します。1年生は全員参加で、学科ごとに様々な競技で競うため、クラスや学科の仲が深まります。1日目は応援団による「応援合戦」が行われ、2日目はダンスで学科の魅力を表現する「コスチューム」が行われます。中でも、応援団は先輩方の指導のもと、約2か月間、優勝を目指して練習を重ねます。強い絆で結ばれた仲間との息の合った演技は見ている人を感動させます。





クラス制

武庫女では学部・学科ごとにクラスがあり、各クラスには担任の先生がいます。また、丹嶺学苑研修センターで学科ごとに1泊2日の合宿が行われます。1年生は全員対象で、レクリエーションや飯ごう炊さんなどを通して、友達とより深く、楽しく交流できます。

健康運動実践指導者

健康運動実践指導者は、健康づくりのための運動を安全・効果的に実践指導できると認められた人が持つ資格です。短期大学部健康・スポーツ学科または大学健康・スポーツ科学科で所定の科目を履修し、単位を取得すると受験資格を得ることができます。



●●●○○ Mukojo

FUMI KOUDA

Mukogress

— 女の子から女性へ！ —

2年生

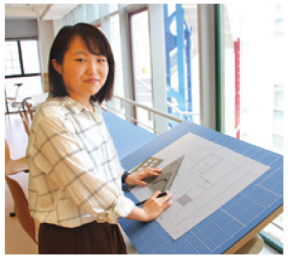
鴻田 芙美 さん

短期大学部 生活造形学科 インテリアコース 2年生 徳島市立高校 出身

建築への学びをさらに深めて夢をかなえるために「二級建築士」の資格取得に向けて、武庫女の短期大学部から大学への編入学を目指す鴻田さん。「公江特待生」にも選ばれ、日々授業や制作課題に全力で取り組まれています。

#編入学　#建築　#公江特待生

✓ フォロー中



#武庫女 #短期大学部 #インテリア

家具屋で展示されているインテリアの参考コーディネートを見るのが好きで、自分も作ってみたい！と思い、武庫女の短期大学部の生活造形学科インテリアコースに入学しました。ですが現在は、建築の授業やインテリアの授業の内装模型を作る過程で、少しずつ建物の内装よりも外観に興味を持つようになりました。



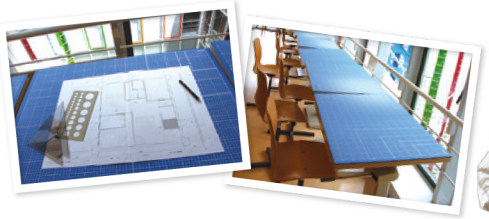
#編入学 #きっかけ #二級建築士

以前テレビで紹介されていた東京の私立幼稚園「ふじようちえん」のドーナツ型の建築が印象に残っていたことも建築への関心を強める後押しになりました。私も将来このような公共施設の設計もしてみたいと思い、在学中に「二級建築士」の国家資格取得を目指すために大学の生活環境学科建築デザインコースへの編入学を決意しました。



#寮生活 #友達づくり #楽しい♪

現在、地元の徳島県を離れて武庫女の啓成寮で寮生活をしています。一人っ子だということもあり、もともと寮に興味を持っていたため、友達づくりなどの不安は特にありませんでした。他学科の寮生もみんな元気で話しやすく、今は入ってよかったな、と毎日楽しく過ごしています。





チェックしてね☆

鴻田さんのステキ情報はこちら

「Muko Log」

アクセスしてね！



#夢 #公共施設 #デザイン

将来は、居心地がよく、みんながわくわくするような図書館や幼稚園などの公共施設を設計できる建築家になりたいです。また、ショップのデザインやロゴ、商品のパッケージなどのデザインに関わる仕事にも興味があります。

My next step & Message

～ めざせ！キラキラLady♪ ～



#建築 #授業 #親近感

人が使いやすい家具の大きさなどを学ぶ「人間工学」、国や地域ごとの気候に合わせた住宅の設備・環境を学ぶ「住宅計画」、建築の形を国別や年代別に学ぶ「建築史」。この3つの授業を通して建築を身近に感じました。

受験生へメッセージ

様々なことに挑戦しチャンスを広げていって下さい。



二級建築士

二級建築士は、建物の設計・工事監理から完成後のアフターケアまでをトータルコーディネートする、建築のスペシャリストです。短期大学部生活造形学科で所定の科目を習得して二級建築士の受験資格を取得し大学の生活環境学科へ編入した場合、大学在学中に二級建築士の国家試験を受験することができます。





編入学

短期大学部では2年間の集中的な学びで免許・資格が取得できるよう、各学年においてカリキュラムが編成されていますが、もっと学びを深めたい場合、短期大学部卒業後に本学の大学に進学することができます。大学の生活環境学科への編入学は定員が20人で面接などによって選抜されますが、各学科により編入学制度は異なります。

公江特待生

学業や学友会活動など在学中に優秀な成績を修めた学生に与えられる名誉ある賞です。武庫女生として真にふさわしい学生に褒賞状および褒賞金が授与されます。校祖・公江喜市郎先生の思いから設立されました。



Mukojo

MIYU NAKAI

Mukogress

— 女の子から女性へ！ —

3年生

中井 美佑 さん

文学部 教育学科 3年生 兵庫県立伊川谷北高校 出身

日本の子どもに英語の楽しさを教えたいという夢に向かって、英語チャレンジコースの授業を受け、さらに留学し、日々努力中の中井さん。英語力を上げるため精いっぱい勉強されています。

#教育学科 #留学 #英語チャレンジコース

✓ フォロー中



#英語チャレンジコース #英語力

英語チャレンジコースに挑戦しようと思ったのは、自信を持って英語を話せるようになりたいという気持ちと、大学で何かに打ち込めるものがあることは良いことだなと思ったからです。英語チャレンジコースの授業内容は様々あり、特にプレゼンテーションの授業のおかげで、人前で英語を話すことに慣れて、自信を持って英語を話せるようになりました。



#留学 #出会い #刺激を受けた

MFWIプログラムという教育学科の留学制度で、アメリカのワシントン州のスポケーンに4か月間行きました。アメリカの文化に触れ、日本では経験できないことを知り、たくさんの人との出会いから刺激を受けることができました。



#TOEIC #勉強 #点数アップ

TOEICも、毎回の点数アップに向けて一生懸命勉強しています。1年生の12月に受けたテストでは510点でしたが、英語チャレンジコースの授業や留学を経験した後、3年生の6月に受けたテストでは760点まで点数が上がっていて自分でも驚いています。







チェックしてね☆

中井さんのステキ情報はこちら

「Muko Log」

アクセスしてね！



#夢 #英語の先生 #楽しさを伝えたい

今は小学校で先生として働きたいと考えています。英語チャレンジコースなどを利用して、自分の英語に磨きをかけ、将来的には、日本の子どもたちに英語の楽しさを伝えていきたいです。

My next step & Message

～ めざせ！キラキラLady♪ ～



#英語 #夢のため #自分磨き

英語チャレンジコースでは、さらに英語力を身に付けるため、プリントにびっしり書かれた英文を読み、出題された問題に答える授業を受けます。前期の期間でイングリッシュ・プラザに10回出席することを目標に友達と一緒に利用しています。

受験生へメッセージ

今できることを精一杯頑張ってください。



英語チャレンジコース

英語文化学科を除く大学の学生と、編入学を希望する短期大学部の学生が対象の「学科の勉強に加え、英語も頑張りたい」という学生のための特進コースです。1年生の応募者の中から約20人が選抜され、卒業時にTOEIC800点以上を目指し、実践的な英語力と社会人基礎力を高めることができます。





MFWI留学

本学のアメリカ分校(Mukogawa Fort Wright Institute・略称MFWI)が ワシントン州にあり、毎年8月に全学科希望者対象の夏期留学があるほか、学科独自の留学プログラムもあります。留学中はキャンパス内の学寮で生活するので安心です。

イングリッシュ・プラザ

昼休みにネイティブスピーカーの講師との会話を楽しみながら英語力を向上させることができます。中央図書館のライブラリー・カフェで行われていて、学科・学年に関係なく誰でも参加できます。レベル別で3つのテーブルがあるので英会話に苦手意識のある人でも楽しむことができます。



Mukojo

SHIORI MORIKAWA

Mukogress

— 女の子から女性へ！ —

4年生

森川 詩織 さん

文学部 心理・社会福祉学科 4年生 香川県立観音寺第一高校 出身

幼い頃からデイサービスを訪問し、高齢者の方とお話することが好きだった森川さん。人の気持ちを専門的に学びたいと思い、心理・社会福祉学科へ入学しました。2年次のコース選択で社会福祉コースを選び、社会福祉士、精神保健福祉士の国家試験合格を目指して日々勉強に励まれています。

＃社会福祉　＃心理学　＃人との関わり

✓ フォロー中



＃武庫女　＃成長　＃伝える力

もともと、人前で話をすることが苦手だった私が、社会福祉コースの5～10人の少人数授業のおかげで、人前で話をすることに慣れ、話し合いの場面で自分の意見を発言したり、プレゼンテーションを成功させたりできるようになりました。最近はどのような伝え方をしたら相手に分かりやすいかを意識しながら発表するように心掛けています。



＃社会福祉士 ＃ソーシャルワーク実習

3年生の時のソーシャルワーク実習では支援相談員の仕事を見学して会議に同席したり、利用者の家を訪問したり、大学の座学では経験できないことが多く、とても勉強になりました。日々新しいことを学んで吸収することができました。



＃堀ゼミ　＃仲良し　＃一緒に勉強

私は堀善昭先生のゼミに所属しています。ゼミは少人数なのでとても仲が良いです。国家試験に向けて週末に集まり、ゼミ生同士で助け合いながら、勉強をしています。日々の生活の中では、就職活動やお互いのこと、いろいろな話をして交流を深めています。誕生日にはみんなでお祝いをしたりユニバーサル・スタジオ・ジャパンに行ったりすることもあります。





森川さんのステキ情報はこちら

「Muko Log」

アクセスしてね！



＃夢に向かって ＃頑張っていること ＃就職活動

私は将来、福祉以外の分野であっても人の役に立つ仕事がしたいので、業種にこだわらず就職活動に力を入れました。福祉の他にも、銀行やホテルなどの業種にエントリーし、内定を頂きました。お年寄りや障がいのある方の接客をすることもあると思うので武庫女で福祉を学んで良かったと思います。



My next step & Message

～ めざせ！キラキラLady♪ ～



＃ボランティア活動 ＃カンボジア ＃出会い

2年生の夏にカンボジアの孤児院を訪れ、年齢の近い1人の女の子と特に仲良くなりました。「恋バナ」をしたり、ヘアアレンジをしてもらったり、まるで女子会でした。ゲームやスマートフォンのない環境でも髪や花など身近にあるものを使って楽しむカンボジアの子どもたちの姿が印象的でした。別れの時はとても辛かったですが、支援を必要としている人は高齢者だけではなく、子ども、女性など多岐にわたることを肌で感じることができ、良い経験になりました。



受験生へメッセージ

私は大学へ入学して学内外問わず多くの人と出会い視野が広がりました。頑張った後にはキラキラした大学生活が待っているはずです♪ 春から皆さんがステキな大学生活を送れるように応援しています!!



社会福祉士

身体や心に病を抱えた人、また日常生活に悩みを抱える人の相談に応じ、アドバイス・支援・サポートなどを行う福祉のスペシャリストです。子どもから高齢者、障がいがある方や、生活支援が必要な方が対象で、主に生活のサポートなどをします。病院や老人ホーム、社会福祉施設などで活躍しています。





精神保健福祉士

福祉の中でも心の領域に特化し、心に病を抱えた人の社会復帰をサポートします。精神科病院や地域の障がい者関連施設で仕事をします。社会福祉士・精神保健福祉士はどちらも文学部心理・社会福祉学科社会福祉コースで所定の科目を履修し、単位を取得すると受験資格を得ることができる国家資格です。

社会福祉コースの交流

社会福祉コース交流会（在学生・卒業生のつどい）という交流会を年に1回開催し、タテのつながりを大切にしています。和やかな雰囲気の中で、社会で活躍する先輩方からお話を聞いて交流を深められる機会です。



Mukojo

HIROMI WADA

Mukogress

— 女の子から女性へ！ —

卒業生

和田 宏美 さん

和歌山県立桐蔭高校出身 生活環境学部 食物栄養学科(2013年卒業)
大学院 生活環境学研究科 食物栄養学専攻 修士課程(2015年修了)

現在、“未来(ミラクル)えいようアドバイザー”として、様々なお仕事をされている和田さん。在学中に武庫女の“頑張れる環境”を多く活用し、ステキな女性に成長された先輩です。

#管理栄養士　#ステキな女性　#先輩

✓ フォロー中



#心に残っている #大学生時代の #出来事

学生時代の心に残っている出来事は「国家試験」、「体育祭の応援団」、「マイナスからの出発」の3つです。「マイナスからの出発」とは、JR福知山線脱線事故の被害者である卒業生を招き開催した、数百人規模のイベントです。リーダーとして、学生広報スタッフの初めての学生主催イベントを成功させたことが、心に残っています。これら3つの経験を通して、1つの事に向かって全力で取り組むことで得られる達成感を味わい、自ら積極的に取り組む力を身に付けました。



#卒業したからこそ #感じる #武庫女の良さ

卒業して感じる武庫女の良さは、気軽に相談できる先生や、職員の方がいらっしゃることです。“距離が離れていても、心の距離が近い人とのつながり”は武庫女で学生生活をしたからこそ得られました。卒業しても、学生の時と変わらず応援してくださり、気に掛けてくださる先生方が多いことも、武庫女のステキなところだと感じます。



#独立の　#きっかけ　#イベント

学生時代に参加したセミナーで起業家の方に出会い、独立された話を聞き、その人らしさを全面に使ってお仕事をされているのを見て憧れたことが独立のきっかけです。独立のチャンスも、学生時代に出会った起業家の方にいただきました。武庫女の頑張れる環境や、私のチャレンジを応援してくださる周りのたくさんの人の存在、両親からの愛情のおかげで今の自分があります。







オリジナルレシピ公開中★

和田さんのステキ情報はこちら

「Muko Log」

アクセスしてね！



#現在の
#目標 #オリンピック

2020年の東京オリンピックで、誰にでも分け隔てなく、英語で栄養のサポートをできるようにすることが現在の目標の1つです。目標の実現のため、毎日30分間英語の勉強に時間をとっています。少しずつ努力を重ねて、その目標に向かって頑張っています。

My next step & Message

～ めざせ！キラキラLady♪ ～

受験生へメッセージ

夢の実現
＝感謝×情熱×行動量
一緒にチャレンジを楽しみましょう！





#大学生に　#なる前に
#しておくべきこと

学生生活をより充実したものにするため、「自分が送りたい人生をイメージする」、「卒業する時に、『自分はこんなことをやった！』と、言い切れることをする」、「目標にしたことを大切な人に共有する」この3つのポイントをもとに、目標を作ってください。自分次第で可能性はどんどん広がります！

「未来(ミラクル)えいようアドバイザー」に込められた意味

ワクワクすることが好きで、幼い頃から母の料理が愛情の形でした。自分の想像する未来以上に幸せなことやハッピーな人生を食を通して引き寄せ、相談者の方々に寄り添ってサポートしたい、という気持ちから名付けました。



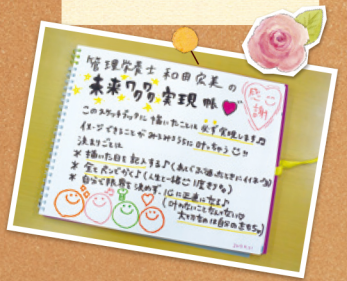
和田さんのブログはこちら

お仕事

生活習慣病発症予防のための生活習慣改善サポートや、インターネットサイトでのコラム執筆、妊活希望の女性やダイエット希望の方への栄養サポート、トレーナー向け栄養セミナーの講師など、様々な分野でお仕事をしています。また、ブログやFacebookページで、分かりやすく栄養について説明している「えいようだより」などを更新しています。

未来ワクワク実現帳

小さな目標から、大きな目標までをスケッチブックの中にイラストも交えて書いた、「未来ワクワク実現帳」を、学生の頃から今でも書いています。「書く」ことで目標を明確にし、自分への良い意味でのプレッシャーにしています。



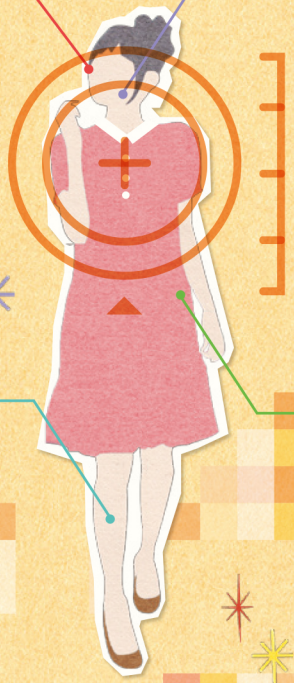


＼100人に聞いてみた！／

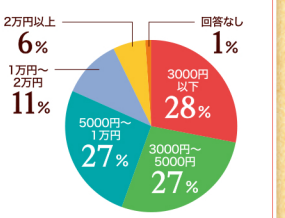
武庫Girlの生態

現役武庫女生100人に調査☆
学生生活やアルバイト、おすすめ学食メニューなど盛りだくさん♪
イマドキ武庫女生事情はいかに…！？

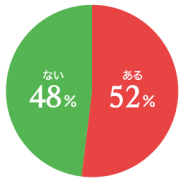




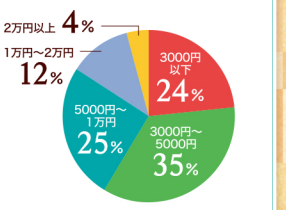
Q1 現在持っているコスメにどれくらいお金をかけていますか？



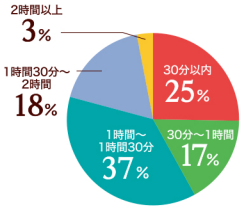
Q2 すっぴんで大学に来ることがありますか？



Q3 月にいくら洋服にお金をかけていますか？

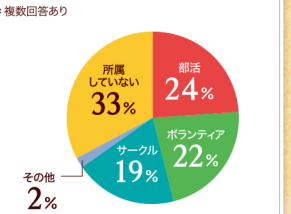


Q4 通学時間はどれくらいかかりますか？

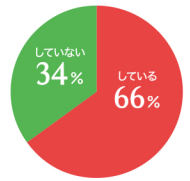


Q5 部活動・サークルなどに入っていますか？

＊複数回答あり

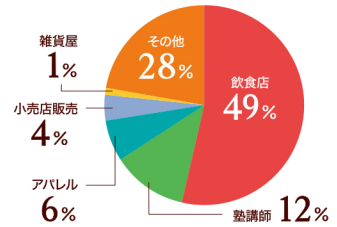


Q6 アルバイトしていますか？



Q7 どんなアルバイトをしていますか？

＊複数回答あり



Q. 武庫女を選んだ理由は？

A. 1番多かった回答は「自分のやりたい勉強ができるから」でした。幅広い学科と科目、整った設備、行き届いたサポートが決め手になったようです。また「雰囲気がいいなと思った」「大きい大学で、たくさんの人と出会えそうだから」などがありました！



Q. 武庫女を一言で表すと？

A.「女の子ばかりで過ごしやすい」「明るく活気がある」「お高くとまっていない」など、学生がステキな大学！という意見が多かったです。また「施設がきれい」「やりたいことに挑戦できる」など、整った環境も武庫女の魅力です。学生同士の雰囲気もよく、やりたいことに挑戦できる武庫女で、一緒にステキな女性を目指しませんか？



Q. 大学受験の時にしていた気分転換方法は？

A.「音楽を聴く」ことで気分転換していたようです。好きなアーティストの音楽はリフレッシュ効果があるのかも!? 他にも「友達と話す(遊ぶ)」「運動する」「外に出る(散歩)」「おいしいものを食べる」などがありました！ 自分に合った気分転換で、受験を乗り切りましょう！



Q. おすすめの共通教育科目は？

A.「論理的思考法Ⅰ」という科目がおすすめ。レポートの書き方などが学べるので、1年生にはうれしい科目になっているのかも。「グリム童話の中の女性たち」「魔女裁判で学ぶジェンダー」なども人気でした。面白そうな授業は積極的に受けると自分のためになること間違いなし！



Q. おすすめの学食メニューは？

A. ダントツ1番人気はアゼリア食堂の「温玉からあげ丼」!! 「おいしい」「安い」「ボリュームがある」など人気の理由は様々…。学食メニューは他にもたくさんあります。気になる学食メニューを食べてみてくださいね。





もっと詳しいアンケート結果はこちら

「Muko Log」

アクセスはこちら

Fight!!! Fight!!! Fight!!! Fight!!! Fight!!!

私たちが「ふるふぃる♪」を制作しました！

ふるふぃる♪vol.7を手に取ってくださりありがとうございます♪ 今号は在学生の4人に加え、ふるふぃる♪で初めて卒業生の方にも取材させていただきました。皆さん目標に向かって活躍されていて、取材した私たちも良い刺激を受けました！武庫女には、一人ひとりに合った成長の場があります。受験生・高校生の皆さんも、武庫女でステキな女性に成長しましょう！

武庫女の魅力を日々発信中☆

mwu_Lachouette
https://www.facebook.com/mwuLachouette
mwu_Lachouette*



撮影場所：中央キャンパス 健康科学館 屋上

ふるふぃる♪ 2016年11月発行 | 武庫川女子大学 広報室 ／取材・編集：学生広報スタッフLa chouette*