

vol.18
2019. SPRING

巻頭
特集

MUKOJO COLLECTION ~資格取得に取り組む学生~...03

MukoGirlsコスメ調査...06

武庫女珈琲...10

HOROSCOPE 2019年4~6月...14

RECIPE「春キャベツとえびのパスタ」...15

Schedule/マナーde武庫女美人...16

新生活をデザインして理想の自分へ

春。新年度の始まりです！

皆さんはどのような1年にしたいですか？

きっと新しいことを始めたい人も多いはず！

「M*arch vol.18」では、皆さんの新生活のスタートを後押しするべく

「STUDY」「LIFESTYLE」「CAMPUS」について特集しました。

何かを始めるきっかけになればうれしいです！



STUDY

学生の本業は学業でしょ！スキルを高めて自信を持ちたい！

>「MUKOJO COLLECTION～資格取得に取り組む学生～…03」

LIFESTYLE

もっとキレイになりたい！自分に合うコスメを見つけて輝きたい

>「MukoGirlsコスメ調査…06」

CAMPUS

お気に入りのコーヒーを見つけて、キャンパスライフを優雅に過ごしたい！

>「武庫女珈琲…10」

MUKOJO COLLECTION

～資格取得に取り組む学生～

このページでは、資格取得に取り組む学生2人にインタビュー！

学生広報スタッフの公式ホームページ「武庫女Style」と連動して紹介します！

皆さんも新生活に新しい学びに挑戦してみませんか？

学科推奨の資格で日本代表候補に

学科の学びを超えて

MOS世界学生大会2018
大学・短期大学部門
ワード部門入賞

秘書検定2級
「日本秘書クラブ会長賞」
受賞



※MOS=Microsoft office Specialist
の略称です。

※Microsoft Softwareは、米国Microsoft
Corporationの米国、日本および
その他の国における商標登録ま
たは商標です。

資格サポート窓口に聞いた！
オススメ講座

- 学内で受けられる！
「公務員試験 対策講座
教養・教養専門コース」
- 自分の英語力を測る！
「TOEIC® L&R講座」
- 接客業全般に役立つ！
「サービス接客検定 講座」

資格サポート窓口のご案内

資格・検定に関する質問や相談は、
資格サポート窓口までお越しください。

資格取得だけでなく、講座を受講
中の方のサポートもしています。

場所：中央図書館5階

開室時間：10:00～17:00

(土日・祝日および長期休暇中は閉室)

TEL：0798-45-3691 (直通)

Mail：shikaku@mukogawa-u.ac.jp

HP：http://mukojo-shikaku.jp/



◀資格サポート窓口のHPはこちら

学科推奨の資格で
日本代表候補に

(取得資格)

Microsoft Office Specialist 2013
Word Specialist

文学部
日本語日本文学科 2年生
井上 百萌さん
いのうえ ももえ

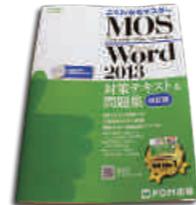
勉強時間が限られていても、様々な工夫を凝らし
全国のMOS Word受験者の中でTOP20に入った
努力家!

Q. Microsoft Office Specialistの資格を取ろう
と思ったきっかけは?

A. 将来事務職に就きたくて、就職活動の際に武器
になるスキルが欲しいと思って受講を決めました。

Q. 資格を取得してよかったことは?

A. 講座でしか学べなかったことを勉強できたこと
です。「社外秘」などの透かし文字の入れ方は
今まで知らなかった機能だったので、勉強が楽
しく感じられました。



勉強に使った教科書

講座で使用していた教科書です。予
習や、問題を解いていて分からないと
ころの見直しに使っていました。

勉強時間の工夫

「苦手は持って帰らない」をモッ
トーに、講座の後も教室に残り友達
と勉強しました。そのときに友達か
ら「これはどういうこと?」と聞か
れることがあったので友達に教えて
いました。そうすることで自分の理
解も深まりました。また、模擬問題
も満点を取るまで何度も解き直し
していました。

メッセージ

勉強していると分からないところも出てき
ますが苦手から逃げないで! リストアップして一
つずつ、つぶしていくことが合格への近道です。



学生広報スタッフの公式ホームページ
「武庫女Style」と連動して紹介します!



学科の学びを超えて

<取得資格>

販売士検定3級
Microsoft Office Specialist 2016
Excel® Specialist
秘書検定 2級

なぎなた部の部長、週2回のアルバイトを
こなしながら、たくさんの資格に挑戦する
パワフルガール!

健康・スポーツ科学部
健康・スポーツ科学科 2年生
大野 楓子さん
おのの ふうこ

Q. たくさんの資格に挑戦する理由は?

A. 最初は友達に誘われて、就活にも使える
と思ったことがきっかけでした。しかし、
勉強していくうちに、学科で学べない
ことを学べるのが楽しかったからです。

Q. 資格を取得してよかったことは?

A. 学んだことが日常生活で生かせることです。
最近では、部活動の食事会の時に、秘書
検定の講座で学んだ、席の座り方などの
気配りを生かすことができました。



勉強に使った教科書

講座でもらった教材を活用し、教材に直
接書き込みながら勉強していました。

勉強時間の工夫

授業や課題の他に部活動とアルバ
イトもしているので勉強時間の確保
が難しかったです。
通学時間や授業の空きコマ、部活
動後の時間を利用して勉強していま
す。決めた時間に集中して取り組む
ことがコツです。

メッセージ

学科の専門分野以外に、いろいろなこと
を学べるので、自分の興味関心を知るこ
とができて、たくさんの道が開けます!!



学生広報スタッフの公式ホームページ
「武庫女Style」と連動して紹介します!



取材・編集担当 宮本 菜里 (大情3年)、富田 菜月 (短大2年)



MukoGirlsコスメ調査

「武庫女生って、どんなコスメを使っているんだろう？」

武庫女生のリアルなコスメ事情を大調査！今回は6人のコスメ好きな武庫女生に普段持ち歩いているポーチの中身やおすすめコスメを聞きました♡



メイクは
女の子の特権！

文学部
日本語日本文学科1年生
なかむらりさこ
中村理紗子さん



#リップ
(YVES SAINT LAURENT)
#アイライン
(MAYBELLINE)
#ベビーパウダー
(資生堂)



いろいろなコスメに
トライしてみよう

文学部
日本語日本文学科2年生
たむらこよみ
田村香代美さん



#リップ
(ロート)
#ベビーパウダー
(資生堂)



好みのコスメを
探してみよう

文学部
日本語日本文学科4年生
まえださき
前田紗希さん



#マスカラ
(マジョリカ マジョルカ)
#リップ
(OPERA)



自分の肌に合う
コスメが一番！

文学部
英語文化学科2年生
うめわかゆき
梅若由妃さん



#アイブrouベンシル
(media)
#リップクリーム
(Vaseline)
#リップ
(Little Lady Luxe)
#アイライナー
(ヒロインメイク)



自分に合ったコスメ
を見つけてみて！

文学部
英語文化学科3年生
みぶちいみな
實渕仁奈さん



#リップ
(JILL STUART)
(CLARINS)
#目薬
#手鏡



メイクはなりたいたい
自分に近づくツール♡

短期大学部
日本語文化学科2年生
のなかみか
野中仁花さん



#リップクリーム
(ニベア)
#ビューラー
(資生堂)
#リップ
(Dior)
#パウダー
(CANMAKE)



MukoGirlsが
普段使いしている
お気に入りコスメを
取材しました。
皆さんのお気に入りも
見つけてみてね♡



マスカラはコーム状を使っています。ダマになりにくく、アイライナー効果があるのできれいに見えます。

#クチコミ
細身で使いやすい。自然な仕上がりなのにまつげに存在感を出すことができる。



塗った瞬間、内側から発光するようにツヤを出してくれるツヤ肌の味方です！これ無しじゃ下地は完成しません。

#クチコミ
鼻の黒ずみが悩みだったがきれいにカバーされがきれいにかばわれる。化粧感ゼロ！まるで素肌のようなきれいな肌。



プチプラなのにこれ一つでかわいくなれます。

#クチコミ
濃い色から淡い色、マットもツヤ感もあるので季節を問わず使えよう！カラーが豊富なのでメイクが楽しくなる。



薄づきなのですっぴん風に見えます。

#クチコミ
上品で柔らかい発色。4色入っているため自分の好みに合わせて使うことができる。



市販の薬用リップのあとに塗ると伸びやすくマットになり過ぎません。発色が良くて長持ちするのでおすすめです！

#クチコミ
するすると塗りやすく色持ちがいい。食事をしてもし色落ちしない。



アイラインの色が濃すぎると浮いてしまうので少し薄めのソフトブラックを使っています。

#クチコミ
ウォータープルーフで落ちにくく、筆に弾力があり細くてしなやか。太さもはねあげも思いのまま！



透明感とカバー力が優れています。友達が使っていて勧めてもらったのがきっかけです。

#クチコミ
ツヤも出てつるんとしたきれいな仕上がり満足。汗・皮脂でも崩れにくく、サイズは小さいがコスパ◎

武庫女珈琲

武庫女には、本格的なコーヒーが楽しめるカフェが

たくさんあることを知っていますか？

「どこでどんなコーヒーが飲めるんだろう？」

「コーヒーなら学内じゃなくてもどこでも買えるし・・・」

そんな声にお答えして、今回は学内でしか飲めない

人気のカフェラテを飲み比べてみました。

武庫女生に人気のパンもご紹介♪

⑤MMカフェ
(日下記念マルチメディア館3階)



パンの香ばしい香りに
引き寄せられるMMカフェ。
ぜひ焼きたてのパンと
一緒に優雅なひとときを。

④Café C-5
(日下記念マルチメディア館2階)



2018年秋にキャリアセンターに
つくられた期待のニューフェイスC-5!
学生目線で作られた
こだわりの一杯に注目です。

②ライブラリー・カフェ
(中央図書館1階)



中央図書館のオアシス
ライブラリー・カフェ。
ゆったりとした時が流れる空間で
格別な一杯を味わえます。



①アゼリア食堂
(公江記念講堂地下1階)

不動の人気を誇るアゼリア食堂。
あまりカフェのイメージは
ありませんが、
いったいどんなカフェラテが…?

学生に寄り添ったメニューを展開する
華SAKU食堂クリステリア店。
そびえ立つコーヒーメーカーからは
香ばしい香りが…



③華SAKU食堂クリステリア店
(クリステリア2階)

CAFE MAP

甘さ ● 苦さ
 香りが強い ● 香りが弱い
 まったり ● すっきり
 コスパ★★★★☆☆



① アゼリア食堂
 ¥130

すっきりとしたシンプルな味わいでスタンダードなカフェラテでした。くせがないので勉強しながら飲むのにおすすめ!

甘さ ● 苦さ
 香りが強い ● 香りが弱い
 まったり ● すっきり
 コスパ★★★★☆☆



② ライブラリー・カフェ
 ¥200

濃厚なコーヒーとミルクの組み合わせが絶妙にマッチしたカフェラテです。ホッと一息つきたいときに最適です。

甘さ ● 苦さ
 香りが強い ● 香りが弱い
 まったり ● すっきり
 コスパ★★★★☆☆



③ 華SAKU食堂クリステリア店
 ¥110

クリーミーでしっかりとした甘みのあるカフェラテです。甘みがしつこくないのでとても飲みやすいです。

甘さ ● 苦さ
 香りが強い ● 香りが弱い
 まったり ● すっきり
 コスパ★★★★★★



④ Café C-5
 ¥100

苦みはほとんどなくミルク感のある味わいでした。まったりした気分には合う一杯です。

甘さ ● 苦さ
 香りが強い ● 香りが弱い
 まったり ● すっきり
 コスパ★★★★☆☆



⑤ MMカフェ
 ¥130

見た目は甘そうなのに意外にキリッとした後味でした。今回飲み比べた中では一番苦みが強かったです。

カフェラテのお供に...



紅茶のスコーン

MMカフェでは焼き立てパンが売られています。中でも紅茶のスコーンが大人気でいつもすぐに売り切れてしまいます! そのままでも十分おいしいスコーンですが、甘いカフェラテと一緒に食べるのもおすすめです。

HOROSCOPE

2019年4~6月の運勢 by天文部

♈ おひつじ座 Aries (3.21-4.19)

【全体運】
健康的で明るく、充実した日々が続くでしょう。後回しにしていた用事があれば、今のうちにすべて片付けてしまいましょう。必ずうまくいはずです。

【恋愛運】
一途な思いは必ず相手に伝わります。あとはあなたが積極的に行動するだけです。勇気を出して告白してみましょう。

【金運】
安定しています。出掛けが一途な思いは必ず相手に伝わります。あとはあなたが積極的に行動するだけです。勇気を出して告白してみましょう。

【ラッキーアイテム】
ブックカバー

♉ おうし座 Taurus (4.20-5.20)

【全体運】
無駄がない生活を送ることができそうです。見た目に気を使ってみましよう。美しさよりも清潔感が重要です。

【恋愛運】
新しいことを始めると一緒にいると安心できて頼りになる相手と出会えるかもしれません。お互いを尊重し合うことで長続きします。

【金運】
新しいことを始めると一緒にいると安心できて頼りになる相手と出会えるかもしれません。お互いを尊重し合うことで長続きします。

【ラッキーアイテム】
指輪

♊ ふたご座 Gemini (5.21-6.21)

【全体運】
計画していることはすべてうまくいくでしょう。今、新しいことを始めるのが続きやすいです。ポジティブに物事を捉えましょう。

【恋愛運】
真実にあふれた真面目な恋ができてくれます。お肌と髪の手入れを怠らさないましよう。身の回りを清潔にしておくとう理想の相手と出会う確率が上がります。

【金運】
金銭トラブルに巻き込まれるかも知れません。買い物で失敗もしてしまわす。高利なものを買るときはよく考えてからにましよう。

【ラッキーアイテム】
御朱印帳

♋ かに座 Cancer (6.22-7.22)

【全体運】
願いがかなう転機が訪れそうです。チャンスを逃さないよう大切にましよう。目標は高く設定することをオススメします。

【恋愛運】
運命の出会いはあるかも知れません。思いのままに行動してみましょう。

【金運】
運命の出会いはあるかも知れません。思いのままに行動してみましょう。

【ラッキーアイテム】
スケジュール帳

♌ しし座 Leo (7.23-8.22)

【全体運】
少し世間から孤立してしまいがちですが、それは決して悪いことではありません。相談は年輩者に助言を求めましよう。正しい判断ができるでしょう。

【恋愛運】
証候の時です。相手を感じる力が強ければ強いほど、必ず乗り換えられます。愚痴や不平は言わないようにしましょう。

【金運】
たくさんの富を手に入れられそうです。いつともよい機会に強ければ強いほど、必ず乗り換えられます。愚痴や不平は言わないようにしましょう。

【ラッキーアイテム】
バランスボール

♍ おとめ座 Virgo (8.23-9.22)

【全体運】
積極的な行動が幸運をもたらします。難しそうな状況も必ず打開できるでしょう。勇気を持って、前だけを見つけて果敢に挑戦することが成功へのカギです。

【恋愛運】
新しい勉強法を取り入れるなら、今がチャンスです。想像力を生かして、応用的な課題にも取り組んでみましよう。

【金運】
金欠から脱却するでしょう。思いがけない器を手に入れるかも知れません。周りの年上の賢性と個性がよいでしょう。

【ラッキーアイテム】
ゴシップ誌

★ 新生活応援メッセージ

Once I made a decision, I never thought about it again.

(一度心に決めたなら、それについて振り返ることはしない) - Michael Jordan

♎ てんびん座 Libra (9.23-10.23)

【全体運】
運気が向いています。新しい出会いもたくさんあります。長く付き合える信頼できる友人と出会うことができるかも知れません。一つ一つの出会いを大切にましよう。

【恋愛運】
慎重にお付き合いを続けましよう。焦ると良い結果は得られません。迷った時は友人に相談すると良い助言が得られるでしょう。

【金運】
得意科目と苦手科目とで、やる気が極端に変化してしまわす。好きなことや興味のあることと関連付けて取り組みましよう。

【ラッキーアイテム】
レモン色のアクセサリー

♏ さそり座 Scorpio (10.24-11.22)

【全体運】
人間関係に恵まれそうです。人と衝突することはありますが、別れることがありましよう。気分転換を上手に行いましよう。

【恋愛運】
本当に好きな人と出会えるそうです。希望と期待にあふれた恋愛になるでしょう。相手のことを理解する姿勢が大事です。

【金運】
大きな目標が見え、勉強に熱心に取り組むことができましよう。成績がアップします。勉強法を変えてみると。

【ラッキーアイテム】
花柄の服

♐ いて座 Sagittarius (11.23-12.21)

【全体運】
優柔不断になりがちです。不安もあるかも知れませんが、あまいな態度ばかり取っていると、不名誉な目撃を受けてしまわす。自信を持ってましよう。

【恋愛運】
恋愛のチャンス到来です。気になる相手がいるなら思い切ってアタックしましよう。いつまでも楽しく、理解し合うカップルになるでしょう。

【金運】
予期せぬ邪魔が入り、大きな失敗をしてしまわす。失敗は成功のもとです。慌てず対処しましよう。

【ラッキーアイテム】
サイコロ

♑ やぎ座 Capricorn (12.22-1.19)

【全体運】
あまり深く考え過ぎず、自分の直感を信じて行動しましよう。周りの意見に流されないで、しっかりと自分の意思を持つことが大切でましよう。

【恋愛運】
家計簿をつけるなど、お金を管理すると良いましよう。本当に必要なものが見極めて、お金は計画的に使いましよう。

【金運】
今までの努力が報われる時です。自分のやってきたことを信じ、そのまま進ましよう。十分な力があるのトップにもたどり着くでしょう。

【ラッキーアイテム】
ヘアオイル

♒ みずがめ座 Aquarius (1.20-2.18)

【全体運】
希望の光が差すでしょう。新鮮な野菜や果物を多く取ると、新しい活力が湧いてくる時期です。スキルアップを図りましよう。

【恋愛運】
心地向い関係を築くことができて、思いがけない器を手に入れるかも知れません。周りの年上の賢性と個性がよいでしょう。

【金運】
自分のペストを尽くせましよう。計画的に進めていきます。冷静な態度が評価され、頼りにされることが増えましよう。

【ラッキーアイテム】
USBメモリー

♓ うお座 Pisces (2.19-3.20)

【全体運】
リーダーシップを発揮しましよう。判断力と行動力が目標達成の力です。常に野心家でありましよう。

【恋愛運】
理想的な恋愛ができてましよう。共通の趣味を持った相手を見つけれられるでしょう。友情から恋愛に発展する可能性もあましよう。

【金運】
集中力が上がってましよう。先手必勝です。何事も積極的に取り組みましよう。特に英語の成績が上がりましよう。

【ラッキーアイテム】
ボディークロン

編集担当： 横元 美歩 (大日1年)

RECIPE by 食物栄養部

春キャベツとえびのパスタ

【材料】(一人分)

- パスタ 80g
- 春キャベツ 1.5~2枚 (約100g)
- むきえび 50g
- ニンニク 1/4かけ
- 赤唐辛子 1/2本
- 酒 大さじ1/2
- オリーブオイル 大さじ1



【作り方】

- 春キャベツは3~4cm角に切る。
- むきえびは背ワタがあれば除き、半分に切る。
- ニンニクはみじん切りにする。赤唐辛子は種を取り、小口切りにする。
- 鍋にたっぷりの湯を沸かして塩を入れ(分量外、1Lの湯に対し大さじ1強が目安)、パスタを入れて、袋の表示時間通りに茹でる。
- パスタが茹で上がる1分30秒前に1の春キャベツを加えて一緒に茹で、ざるに上げて湯を切る。茹で汁は約1/8カップ取り分けておく。
- フライパンにオリーブオイル、ニンニク、赤唐辛子を入れて弱火にかけ、焦がさないように炒める。ニンニクがきつね色になったら、えびを加えて軽く炒め、酒を加えサツと炒める。
- ⑥に⑤の茹で汁を加えて混ぜる。茹で上がったパスタと春キャベツを加え、全体をよくあえて器に盛る。



一口メモ

甘みが強く柔らかい春キャベツは軸まで美味しくいただけるほか、茹で汁を加えることで甘みがさらに際立ちます♪



編集担当： 宮本 菜里 (大情3年)

Schedule

4月	3日(水)	大学入学式 ・文、教育、健康・スポーツ科学部 9:00～ ・生活環境、音楽、薬、看護学部 13:30～ 新入生オリエンテーション ～5日
	4日(木)	短大入学式 9:30～ 新入生オリエンテーション ～5日
	5日(金)	2年次以上前期担任ガイダンス
	6日(土)	前期授業開始 ※共通教育科目を除く 大学院・専攻科入学式(14:00)
	10日(水)	共通教育科目の授業開始
	29日(月)	【月曜日の授業実施日】
	30日(火)	【火曜日の授業実施日】

5月	1日(水)	休講
	2日(木)	【木曜日の授業実施日】
	6日(月)	「こどもの日」の振替休日
	7日(火)	【月曜日の授業実施日】

武庫女の魅力を
日々発信中!



@mwu_Lachouette

www.facebook.com/mwuLachouette

@mwu.prstaff

mwu_Lachouette*

【マナーde武庫女美人】

通学時のマナーを守り、
周りの人への配慮ができる
女性になりましょう!

電車に乗るときや、道を歩くとき、周囲に迷惑を掛けていませんか?

電車に乗るときは、扉付近を覚えて、降りる人を待ってから乗らしましょう。

通学路は、他の歩行者に気を付けて、横に広がったり、騒いだりせずに歩きましょう。



M'archのキャラクター むっこちゃん

【M*arch復活のあいさつ】

1年間休刊していましたが、今号から「M*arch」の制作を再スタートする運びとなりました。学生の皆さんにとってさらに身近な情報誌となれるよう、これからも頑張っていきます! よろしくお願ひします!
学生広報スタッフ「M*arch」制作メンバー一同より



編集後記

初めてのM*arch作りは想像以上の大変さでしたが、その分楽しいと思えることもたくさんありました。このM*archがたくさんの方の新生活をきらきらさせるきっかけになればうれしいです。

(横尾 美歩)

初めて冊子制作に携わりました。冊子の企画やレイアウトは多くの検討を重ねて作られ、読めば読むほど面白いと気がきました。今回のM*archもごだわりをたくさん込めています。ぜひ何度も読んで楽しんでください!

(宮本 菜里)

コスメ紹介ページを担当しました。伝えたい情報をより分かりやすくするためにレイアウトにごだわりしました! 制作メンバーで協力して無事M*arch vol.18を発行することができ、達成感でいっぱいです!

(中野 江里子)

コスメ紹介ページでは、まるでファッション雑誌のような、見ても読んで楽しい、かわいいページ作りを目指しました。ぜひメークの参考にしてください!

(田中 千裕)

この度はM*arch vol.18を読んでもくださりありがとうございます! コスメ紹介ページとカフェページを担当しました。今回が初めての冊子制作で足を引っ張ってしまうことも多かったのですが、みんなで協力して作りました。楽しんでいただければうれしいです!

(中高 明日美)

カフェページでは、飲み比べ調査からレイアウトまで、すべて学生広報スタッフが手掛けた。このページが武庫女生の皆さんの学生生活の役に立てばうれしいです。次号のM*archもお楽しみに!

(小川 明日香)

資格取得を頑張っている武庫女生ページを担当しました。「私も頑張ろう!」と刺激を与えられたら幸いです。皆さんの学生生活がより充実したものになりますように。

(富田 菜月)