

紹介者:佐々木 麻衣(担当:利用者サービス)

インフォメーション

現代政策学部 飯塚先生「フレッシュマンセミナーB」の学生による展示を実施しています

現代政策学部 飯塚智規先生「フレッシュマンセミナーB」の授業において、学生が図書館の本のPOP広告を作成し、12月10日（水）にその本とPOPを自分たちでレイアウトしました。作成・レイアウトにあたり、図書館員および水田美術館の職員によるPOPや展示についてのガイドも実施しました。

12月17日（水）の授業では、どのPOPに一番惹かれたか、学生と地域の方による投票が行われました。ご来館の際には、ぜひご覧ください。



春休み長期貸出

学部1~3年生

図書(シラバス掲載図書除く)は長期貸出扱いとなります。

貸出対象期間	返却期限日
坂戸 1/10(土) ~ 4/5(日)	4/20(月)
紀尾井町 1/9(金)~4/4(土)	

シラバス掲載図書の貸出停止

試験(本試験、追再試験)開始日2週間前から試験終了まで、シラバス掲載図書の貸出を停止します。

貸出停止期間
1/6(火) ~ 2/2(月)
2/3(火) ~ 2/27(金)

卒業年次生・別科生・科目等履修生の資料返却について

資料の返却期限は2/2(月)です。

忘れずにご返却ください。

郵送でも返却を受け付けています。
※送料はご自身で負担していただきます。

図書館報

- 12/4 第30回ライブラリーラウンジを開催
12/4 CAS SciFinder講習会開催(オンライン)
12/10 Scopus講習会開催(オンライン)
12/11 図書館・学長室学務課(研究支援)共催研究倫理講演会(著作権も含めて)「研究と論文と不正」開催(オンライン)

- 12/12 埼玉県大学・短期大学図書館協議会(SALA)第37回研修会に参加(オンライン)
■ 図書館見学 (12/11) 高校生27名

月別展示



2025年に話題になった本が勢ぞろい!
本で1年を振り返ろう

発行:城西大学水田記念図書館

〒350-0295
埼玉県坂戸市けやき台1-1TEL:049-271-7736 mail:library1@josai.ac.jp
FAX:049-286-8126 URL: https://ibopac.josai.ac.jp/P. 1 卷頭言 P. 2 TOSHOKAN QUEST P. 3 アドバイザー通信
P. 4 図書館員のおすすめ、インフォメーション

1日プラス50gの「魚」習慣

～魚のアブラは、なぜ身体にいいのか～

薬学部 助手 中里見 真紀

魚は、私たちの食卓にとって昔から身近な存在でした。その歴史をたどると、魚を食べる習慣が、自然と人々の暮らしの中で長い時間をかけて形づくられてきたことがわかります。青木直己著の『幕末単身赴任下級武士の食日記 増補版』(ちくま文庫)は、幕末、単身赴任で暮らしていた下級武士・伴四郎の日々の食事を記録した日記をもとに書かれた本です。そこには、七輪で魚を焼き、干物をあぶり、小魚を汁に加えるといった、簡素ながらも魚が欠かせない江戸時代の食卓の様子が描かれています。栄養や健康を意識した記述はありませんが、限られた環境の中で伴四郎が魚を食べながら日々の暮らしを整えていく姿からは、魚が生活の一部として自然に根付いていたことがわかります。

展示でも紹介しているように、魚には身体に良いアブラが豊富に含まれています。魚といえば、肉や卵と並ぶ重要なたんぱく質です。たんぱく質は筋肉や皮膚、内臓、髪、爪、歯や骨の主成分で、他の栄養素から体内で合成できないため、積極的に摂取する必要があります。そして魚には、EPA(イーピーイー)やDHA(ディーエイチエー)といった肉には含まれない良質なアブラ(オメガ3脂肪酸)が多く含まれます。EPAやDHAには血液をサラサラにする効果や中性脂肪・コレステロール値を低下させる効果、動脈硬化や心疾患予防効果、認知症予防効果などが知られています。詳しい内容については、ぜひ図書館の展示をご覧ください。

『幕末単身赴任下級武士の食日記』に描かれている魚のある食事は、日々の暮らしの中で自然に選び取られてきたものでした。現代の私たちは、かつてより多くの食品に囲まれていますが、だからこそ、何を食べるか自分で選ぶことができます。魚を食べることは、数ある選択肢の中から健康を意識して自分の体に合ったものを選ぶ一つの方法です。お刺身や缶詰、かまぼこ、ちくわなど、調理せずに食べられる魚も多くあります。自分の生活に合った形で1日にプラス50gの魚(例えば、鮭の切り身半分、さばの缶詰1/4個)を加えることを今日から意識してみてください。

紹介された本は図書館で読めます。

『下級武士の食日記:幕末単身赴任』

増補版 青木直己著(ちくま文庫)筑摩書房
1月中はカウンターに展示します。

「図書館とゲーム部」が主催する「ゲーミング図書館アワード2025」において、当館が作成したRPG「TOSHOKAN QUEST」の活用が評価され、優秀賞(デジタルゲーム)を受賞しました。

P.2 TOSHOKAN QUEST



図書館HPや公式Xでは、役立つ情報をお知らせしています。また、図書館員がオンラインでも資料の相談を受け付けています。



図書館HP



図書館公式X



オンライン相談



TOSHOKAN QUEST

▶プレイする



「図書館とゲーム部」が主催する「ゲーミング図書館アワード2025」において、当館が作成したRPG「TOSHOKAN QUEST」の活用が評価され、優秀賞（デジタルゲーム）を受賞しました。「TOSHOKAN QUEST」とは図書館を完全再現したRPGゲームです。今回はその内容と魅力的な登場キャラクターを紹介します。



主人公 城 西太郎
武器は
「前向きな心」

MISSION

▶図書館を探検する（坂戸キャンパス/紀尾井町キャンパス）

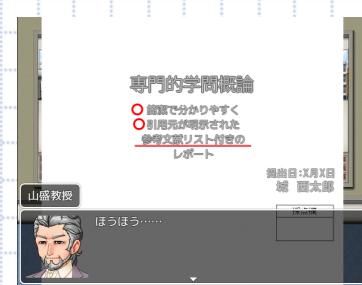


マップは坂戸本館と紀尾井町分室があるよ。人物や光っている場所をクリックすると図書館のことについて教えてもらえるぞ。



MISSION

▶レポートの書き方編

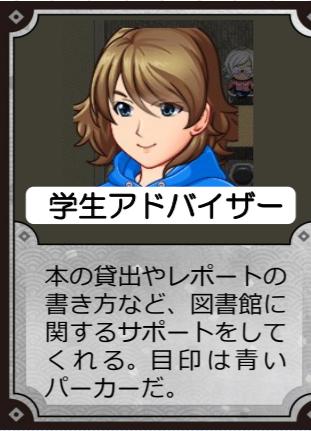


山盛教授からレポートの課題が出た。著作権を学んで、レポートを完成させよう。教授が採点してくれるぞ。



MISSION

▶本の探し方編



レポートの課題に向けて本を探そう！

* 「TOSHOKAN QUEST」はRPGツクールMZ（©2020 Gotcha Gotcha Games Inc./YOJI OJIMA）を使用して製作しました。

第30回ライブラリーラウンジ

ボードゲームイベント



グループに分かれてゲーム開始などのグループも盛り上がっていました！

12月4日（木）、第30回ライブラリーラウンジを開催し、庭田先生の授業「地域イノベーション」受講の学生や教職員合わせて40名が参加しました。今回は、ボードゲームを通して様々な学部学科の学生と交流し、コミュニケーション能力や論理的思考力の向上を目指しました。



1ゲーム15分ずつ、毎回メンバーを入れ替えて様々なゲームを楽しみました



参加者の声



関連本展示



図書館1階では、関連本を展示中。ボードゲームやチームワークについての本を紹介しています

より多くの学生と交流できるよう、グループを変えながら5つのボードゲームを行いました。私はサポート担当ということで、受付やグッズ等の配布を行いました。各グループにゲームの進行役となるアドバイザー1名を入れ、参加者同士はもちろん、アドバイザーとも交流しながら楽しい時間が過ごせたのではないかと思っています！

小林
現代政策学部4年



「Supporters'Forum 2025」に参加しました

11月29日（土）、成城大学・甲南大学・京都橋大学の学生サポーター団体企画・運営による

「Supporters'Forum 2025」が開催され、大学や高校で活躍する多くの学生・生徒が集いました。成城大学と京都橋大学の2会場での対面式（ハイフレックス型）で行われ、17大学と、3高校が参加しました。



TOSHOKAN QUESTは、中学生の職場体験にも活用されています



11月26日（水）～28日（金）、坂戸市立若宮中学校の生徒が「中学生職場体験学習」として、図書館と美術館の仕事を体験しました。図書館では、館内見学、受入図書の装備、カウンターでの貸出、返却図書の配架、POP作りなどに取り組み、1階で実施した大学生の授業（図書館ガイダンス）も見学しました。また「TOSHOKAN QUEST」で図書館について楽しく学びました。

城西大学からは学生アドバイザー3名が成城大学会場に参加しました。全体ワークでは、「個を解放し、組織をクリエイティブにするには」というテーマで、参加者との交流を通じて、今後の活動につながる知識を得ました。参加団体の活動紹介では、各団体がポスターセッション形式で取り組みを紹介し、様々な分野のピアサポート活動を学びました。分科会では、似た活動をしている団体ごとに分かれてグループディスカッションを行いました。

昨年に引き続き、今年も参加させていただきました。全体ワークでは個々の組織への関わり方を学び、より組織の一員として主体的に関わる姿勢を大切にしたいと思いました。また他団体の活動内容を聞いたり、図書館をもっと楽しくする企画についてディスカッションを行ったりし、その中で得たことを今後の活動で生かせるよう引き継いでいきたいです。

