



昆虫食は地球・人類を救う！？

琉球大学 グローバル教育支援機構 保健管理部門
崎間 敦

はじめに

長かった沖縄の梅雨から一気に夏本番となり、自然界が最も潤いを見せる季節、昆虫爆発状態です。ここ琉球大学でもセミやコオロギ等が賑わいを見せています。ところでみなさん、昆虫が地球と人類を救う存在であることをご存知でしょうか。今回は、地球の環境と人類の飢餓を救うことが期待されている昆虫食について紹介します。

人類の食糧不足

国連のすべての加盟国が取り組んでいる「Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標) : SDGs」の17の行動目標の中には、行動目標 2「飢餓をゼロに」があります (図1)



図1. SDGs 行動目標 2

食料供給と環境負荷

耕作地の増加は気候変動などの環境負荷を引き起こします。2013年、FAOは食料供給による気候変動への解決策の一つとして昆虫食を提案しています。

～昆虫と家畜・魚介類と比較してみると～

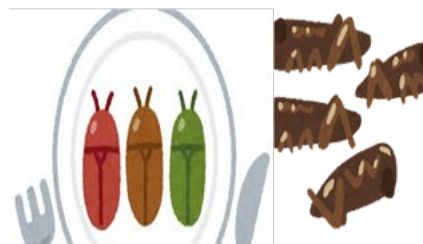
- *栄養価が高く豊富な蛋白質、良質な脂質、ミネラルや微量元素も多く含んでいる。
- *温室効果ガスの排出量が極めて少ない。

昆虫食は、健康だけでなく環境にもやさしい食べ物♡

わが国の伝統的食文化をみると、昆虫はタンパク質の摂取を目的として食べられてきました。イナゴは、甘露煮や佃煮として日本各地で販売されています。また、「蜂の子」は高級食材として人気があります。

さらに、最近では、コオロギの粉末入りせんべい、コオロギチョコの開発・商品化、また、持続可能な食糧生産システムを実装する

昆虫テックを開発し、食用コオロギの養殖システムの確立とこおろぎだしなどの商品開発を行っている企業もあります。



昆虫食が地球の環境負荷を低減し、人類の救世主になりうることを期待されています。みなさんも、お買い物の際には昆虫食コーナーをのぞいてみてください。

カウンセリング・ルームから



本の紹介

もうすでに読みました、というひともいれば、タイトルを見て、「新型コロナの感染症流行も落ち着く兆しが見え、孤独とはオサラバできると思っていた時に」と訝しく思ったひともいるかもしれません。著者は千葉大工学部卒で、「ひとり行動系」の情報を YouTube や Twitter で発信している方です。

この本はこのコラムのネタを探している時に、ネットで見かけ、そのタイトルに興味を持ちました。目次を見ると、「第0章 孤独は突然にやってくる」、「第1章 孤独な人間の正体」、「第2章 マインドセット／生きづらさとはどう向き合うか」、「第3章 観察／現実を正しく知る」、「第4章 行動／人生を最適化する習慣」、「第5章 陰の未来」とあります。著者は高校入学から「歯車が狂いだし」大学時代に続く孤独な生活を語り、「このような経験を基にした、孤独な人間がどう生きていくべきかの考察を」述べています。

続く各章では、個人的な経験だけでなく、適宜、心理学の学説を引用しながら孤独なひとの内面や行動を論じています。そして「孤独は最強の筋トレ」と強調し、生きづらさとの向き合い方についていくつものアイデアを提案しています。就職活動や実際に就職してどうだったのか、大学生の皆さんが興味あるトピックもあります。そして孤独なひとが陥る問題への具体的解決案を提示しています。

本書を読み終え、著者が YouTube で公開している動画をいくつか見てみました。つつい見入ってしまいました。共感を覚えたり、親近感を感じたり…関心のある方は、どうぞ本書を手に取り、動画を視聴してみてください。（カウンセラー 古川卓）



コスメティック田中/著「群れずに心穏やかに生きる 正しい孤独マインド入門」（株 KADOKAWA・四六判 240P・1,540 円）



2022 年度 学生相談室メンバー紹介



皆さんこんにちは！学生相談室です。新年度を迎え、不安なことや悩みごとが
ではじめる時期だと思います。そんな時は、学生相談室を利用してください。
現役の大学院生が、あなたのお悩みをお聞きます。
今回は、そんな学生相談室のピアカウンセラーの紹介です。新メンバーも加わり、
より一層個性豊かになりました！



名前：川田 桜
出身地：山形県
趣味：お菓子作り
私の癒し：推しを見る！



名前：新垣 昌史
出身地：沖縄県
趣味：ネットショッピング・音楽を聞く
私の癒し：休日にベッドから一歩も動かず、ダラダラ動画鑑賞すること



名前：多和田 早紀
出身地：沖縄県
趣味：筋トレ・お料理
私の癒し：近所に住んでいる親子の猫

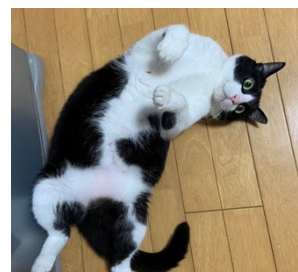


名前：前泊 弥紀
出身地：沖縄県
趣味：コーヒー豆を挽くこと
私の癒し：パンやスイーツを食べること

お気軽に
ご相談ください！



名前：尾身 頌吾
出身地：石垣島
趣味：映画鑑賞
私の癒し：食事



名前：安仁屋 知佳
出身地：沖縄県
趣味：アニメ鑑賞
私の癒し：飼い猫と遊ぶこと



名前：大迫 知久
出身地：広島県
趣味：youtube 鑑賞
私の癒し：ストーリーが面白いゲームをやる

●相談室情報●

場所：共通教育等1号館1階
学生相談コーナー

開室日：平日（土日祝、及び長期休暇中は閉室）

時間：13:00～17:00

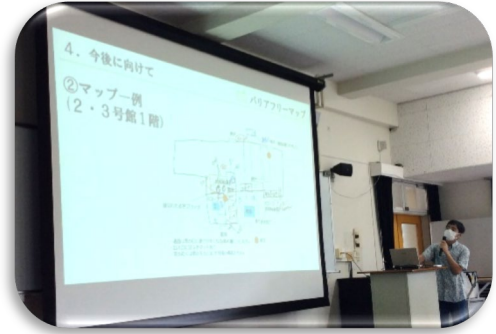
気軽に相談OK！
大学院生がみなさんの悩みを聞きます！



学生ボランティア活動報告会

5月25日(水)に、令和3年度に実施した
学生ボランティアによる活動報告会を行いました。

- ・ユニバーサルデザイン自販機調査チーム
- ・学内バリアフリーマップ調査チーム



以上の2チームに分かれて調査を行い、学生の視点に立った調査内容や、他大学と比較することで見えてくる本学の整備が必要な箇所など、報告いただきました。

今後、さらなる調査を行い、学生からの声をHP等に反映できるようにしたいと考えております！

学生ボランティア大募集



障がい学生支援室では、学生ボランティアを募集しております。

学内のバリアフリー調査だけでなく、障がいや疾病のある学生さんへのサポート支援など、多岐にわたる活動を行っております。月1回程度、交流会も開催しておりますので、過去の活動記録は障がい学生支援室ホームページからご確認ください。

授業やバイトであまり参加ができないかも…と思った方でも大丈夫です。

好きな時、できる時に参加してOKです！

少しでも興味がある方は是非ボランティア登録をお待ちしております♪

(登録は右のQRコードから)



障がいや疾病のある学生をサポート！

「障がい学生支援室」

障がいや疾病が理由で大学生生活に困り事を抱えている学生を支援します。合理的配慮申請や長期履修制度、支援機器の貸し出し、定期面談、学生サポーターによる授業振り返り、卒業後の就職先情報の提供等を通して、学生さんが安心して大学生活が送れることを目指します。サポーター・ボランティアに興味がある方もぜひ支援室とつながってくださいね。

電話予約▶098-895-8750

HP <https://g-support.std.u-ryukyu.ac.jp/>

経験豊富なベテランカウンセラーが対応！

保健管理センター内

「カウンセリングルーム」

学生の皆さんが出会う様々な問題や悩みについて経験豊富な専門カウンセラーがお話を伺い、一緒に解決策を探ります。プライバシー厳守、どんなささいなことでも一人で悩まずにお気軽にご相談ください。

頼れるお兄さん・お姉さん現役カウンセラーが対応！

共通教育棟1号館 学生支援課内

「学生相談室」

“なんでも”相談が出来る予約不能の窓口です。皆さんと年齢や境遇に近い大学生が、どんな相談にも耳を傾けます。日々の生活や対人関係等に関する悩み事から、ATMの場所の案内まで、どんな内容でも大歓迎です。開室中はいつでも利用可能ですので気軽にお立ち寄りください！

電話 098-895-7127

「健康相談」

体調が悪いけれど、どう対処したら良いかわからない、病気についての情報が欲しい等、けがや病気に関する相談を受けつけています。必要に応じて、専門医療機関への紹介も行っていますので、体調が気になるときは、我慢・無理をせずに一度ご相談ください。

電話予約 098-895-8144

HP <http://w3.u-ryukyu.ac.jp/hokekan/index.html>