



信州大学長
濱田 州博

自然環境豊かな「信州」という場を活かす学生生活を

新入生の皆さん、信州大学への合格、誠におめでとうございます。教職員、在学生一同で歓迎致します。

2020年初頭から新型コロナウイルスが感染拡大し、皆さんの受験勉強にも少なからず影響したと思います。このような状況下においても大学進学に向けて一生懸命に取り組んできた皆さんの努力に敬意を表すると共に、温かい愛情を持って皆さんを支えてくれたご家族の方々をはじめ、関係するすべての皆様に祝意を表したいと思います。

さて、昨年度を振り返りますと、年度初めの4月に緊急事態宣言が発出されたため、前期の授業については、開始を遅らせた後、Web講義形式で開始しました。緊急事態宣言が解除された6月からようやく3密を避けた形で実験や実習等を始めました。後期の授業に関しても大人数の授業はWeb講義にし、3密にならない少人数の授業に関して対面で行いました。信州大学のe-Learningシステム「eALPS」やZoom等のテレビ・Web会議ツールを駆使し、オンデマンド型、同時配信型、あるいは、それらと対面型を組み合わせたハイブリッド型で行ってきました。本挨拶を執筆している2021年1月現在、再び緊急事態宣言が発出された自治体があり、感染拡大は収まっておりません。いずれにしましてもその時々々の感染状況を十分に考慮して授業等を行っていく必要があり、2021年度も様々な授業形態を組み合わせて行っていく予定です。皆さんには一日も早く様々な方式に慣れていただきたいと思います。

オンライン授業でも教育効果があることは分かってきましたが、その一方で、人と人とが対面で接触する場も重要だと強く感じています。信州大学が信州の地に根を張ってきた意味、そこに全国各地から学生が集まる意味、全学部の学生が1年間とはいえ松本で学修する意味、場としての意味もまた重要です。北は北海道から南は沖縄まで全国各地から学生が集っています。コロナ禍で少なくなってはおりますが、世界各国からの留学生も在籍しています。それぞれの地域文化を背景に育った学生と触れ合うことができるのも信州大学の大きな特長です。感染には十分に気をつけた上でぜひ一人でも多くの友人と出会ってください。

新入生の皆さんには、4年間で専門知識だけでなく、幅広い教養を身につけて、地域のことも考え、グローバルにも主体的に活躍でき、環境マインドも有する人材に成長してほしいと願っております。また、これからの社会で必須となるデータサイエンスやAI等をそれぞれの分野で応用できる力も身につけてほしいと考えております。信州大学では、全学横断特別教育プログラムを設け、プラスαの力がつくようにしています。複数のコースを設けていますので、是非挑戦してください。

信州大学生生活協同組合は、皆さんの生活面全般を支援してくれます。入学前の準備から入学後の教材、生活用品、食事等の提供まで様々な機能が揃っています。生活面に関するアドバイスも受けられます。積極的に生活協同組合を活用し、充実した学生生活を送ってください。コロナ禍は続いておりますが、皆さんと共に充実したキャンパスライフを過ごせることを期待しております。



信州大学生生活協同組合
理事長
学術研究院総合人間科学系
(高等教育研究センター 教授)
矢部 正之

「学び止めない」サポート

信州大学へようこそ!

新入生の皆様は、これから始まる学生生活に、胸を弾ませていらっしゃることでしょ、皆さんが生まれ、学び、生活していく21世紀は期待に満ちた世紀であるとともに、「予測困難な時代」とも言われています。今世紀に入って、ロボットや人工知能(AI)の開発が急速に進み、グローバル化が進展する中で、“leave no one behind”を誓って定められた目標SDGsの実現に向けて全世界が取り組んでいます。そのような中、「予測困難さ」の極みであるCOVID-19の感染拡大は、いまだ先が見えず(本原稿が書かれた2021年1月時点)、皆さんの大学での新生活に大きな不安を与えていることでしょう。

このような困難に真正面から対峙して、皆さんが大学で学ぶことの重要性はさらに大きくなっています。新たな感染症のパンデミックが止まらず、旧来の価値観が揺らぐ時代の中で、「誰一人取り残さない」持続可能に発展する社会を実現することが、皆さんの肩に掛かっています。そのために、皆さんは、幅広い教養を身につけ多様な他者を理解し共に生きること、それを土台に柔軟な専門性を身につけて、既成概念では解決できない事象にもすばやく対応できる資質を身につける必要があります。

信州大学が位置する信州＝長野県は、都会の喧騒から離れ、自然豊かな絶好の環境にあります。4年間あるいは6年間の学びで自ら求める成果を得るとともに、多くの友を作るなど、学生生活を楽しんでいただきたいと思います。COVID-19感染拡大の影響が予測できない中、皆さんの大学での学びを止めず実りあるものにし、暮らしの中で多くの人々と交流することができるよう、大学生生活協同組合(以下、大学生協)も、皆さん自身の努力、ご家族の支えに合わせて、大学と協力してサポートさせていただきます。

大学生協は、学生や教職員自らが組合員となって、協同で運営・利用する組織です。営利を第一に追求するのではなく、大学での学びと暮らしの充実に貢献することを目指しています。大学と協力して、その理念と目標を共有し、学びのコミュニティの充実に力を注いでいます。その実現には、自立した組織として経営を安定し、皆さんに質の良いサービスを提供する必要があります。そのために、皆さんからの出資金を資源として、皆さんからの意見や要望に従って運営されています。大学生協のご利用のみに留まらず、総代や学生委員・理事として運営に参加し、社会の一面を体験することにも挑戦してみてください。

大学生協は皆さんに、どのようなことをしてくれるのか、いや皆さんたちの先輩がイニシアティブをとって、どのようなサービスを提供できるようになったかを、このガイドブックで、確かめてください。そして、組合員となって、積極的に利用し発展させていってください。

1 入学準備

さあ、入学準備を始めよう！

スケジュールをチェック！

日	月	火	水	木	金	土
2月 14	15	16	17	18	19 入学準備説明会 (WEB) 推薦生歓迎会 (WEB)	20 入学準備説明会 (WEB) 推薦生歓迎会 (WEB)
21	22 推薦Ⅱ入学手続き締切 学校推薦／ 総合型Ⅱ 加入手続き締切	23 天皇誕生日	24	25	26	27
28	3月 1	2	3	4	5	6 前期日程合格発表
7 入学準備説明会 (WEB)	8 入学準備説明会 (WEB)	9 合格者歓迎会 (WEB)	10 入学準備説明会 (WEB)	11	12	13 PM 入学準備説明会 (松本) 新入生サポートセンター開設
14 AM 入学準備説明会 (松本) 新入生サポートセンター開設	15 前期入学手続き締切 前期日程合格者 加入手続き締切	16 合格者歓迎会 (WEB)	17	18	19	20 春分の日 後期日程合格発表
21 入学準備説明会 (WEB)	22	23 入学準備説明会 (WEB) 合格者歓迎会 (WEB)	24	25	26 後期入学手続き締切 後期日程合格者 加入手続き締切 新入生サポートセンター開設	27
28	29	30 新入生歓迎会 (WEB)	31 新入生歓迎会 (WEB)	4月 1 新入生歓迎会 (WEB)	2 共通教育ガイダンス	3 生協組合員証交付／ 入学アルバム撮影
新入生サポートセンター開設						
4 入学式	5 ガイダンス	6 健康診断	7 前期授業開始	8	9	10
学食パスカード登録						

※大学関係のスケジュール(色文字)は必ず大学資料でご確認ください。※入学準備説明会、新入生歓迎企画の日時等は「新入生応援サイト」でご確認ください。

入学準備 Q&A

入学準備の概要をQ&A形式でご紹介いたします。

不安や疑問に
お答えします！

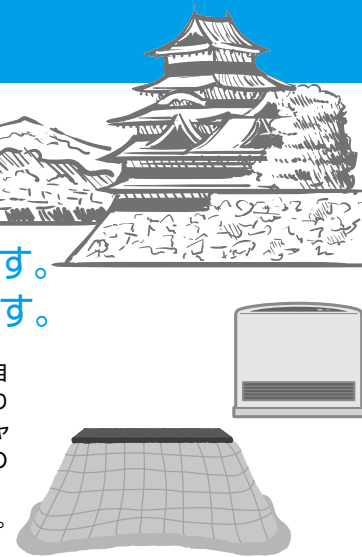
お金のこと
住まいのこと
毎日の食事のこと などなど

松本のこと

Q1 松本はどんな街？
雪はたくさん降るの？

A1 国宝松本城など年間を通じて観光客で賑わっています。
雪はあまり降りませんが、寒さが厳しく対策が必要です。

松本は人口24万人の国宝松本城を中心とした城下町で、西に北アルプス、東に美ヶ原高原を望む自然景観も美しい町です。また中心地は国宝の旧開智学校、中町通りなど歴史的な遺構、町並みが残り歴史情緒にあふれています。信州大学は中心地のほど近くに位置しており、大学病院と隣接したキャンパスとなっています。車社会の地域ですが、学生の車での通学は認められていませんので、学生の多くは自転車かバスで通学しています。
年間の降水量は少なく、雨や雪はあまり降りませんが寒さが厳しく、コタツとヒーターは必需品です。布団も寒冷地用の温かいものをおすすめいたします。統計上冬の気温は青森県並みの寒さです。



何からはじめる？

Q2 いつから、何からはじめれば
良いのだろう？

A2 まずは、生協、学生総合共済にご加入ください。そして「入学準備説明会」と「新入生サポートセンター」にお越しください。

大学生協は入学から卒業まで学生生活をサポートいたします。

毎年、新入生のほとんどすべての方に出資いただき、生協に加入して頂いております。

お問い合わせ先

生協・学生総合共済について : TEL0263-37-2982
パソコンなど新生活準備について : TEL0263-33-0643

ケガ・事故・病気

Q3 ケガ・事故・病気など、
万が一の場合は大丈夫？

A3 生協の「学生総合共済」等へ
ご加入をご案内しています。

「学生生活をサポート」、大学生協がご提案いたします。

学生相互のたすけあいの精神をもとに創られた学生のための共済です。「友達を助けてあげたい」という気持ちが集まり、現在では全国71.9万人もの学生が加入しています。相談・手続きの窓口が学内にあるので学生さんだけで申請を行う事ができ、手間のために申請を断念してしまう事ありません。

生協加入のご案内および学生総合共済パンフレットをご確認ください。

住まい探し

Q4 信州のアパートや下宿等、
どうやって探したらいい？

希望条件を明らかにし、情報誌の中から候補物件を選んで不動産屋(大家さん)に連絡してください。

A4 「下宿・アパート情報誌」を
ご覧ください。

(生協では空室情報等にはお答えできません)
学生寮(こまくさ寮)のご利用については、大学資料をご覧ください。

引越の準備

Q5 引越はいつの時期がいいの？
どうやって手配するの？

A5 3月の下旬をめがけて
お引越すると余裕ができます。

可能なら入学式の1週間前からの準備がおすすめです。
4/2～4は、大学講義受講案内(シラバス)の配布、生協組合員証交付、入学式と様々な行事があります。3月中にお引越しを済ませましょう。引越プランがありますのでぜひご利用ください。
※各地キャンパスへ進級される方用に9月末に各地版アパート情報誌を発行します。
※GW中では早すぎて空室情報が不正確ですのでご注意ください。

遠方から

Q6 松本に行くのに時間がかかるのですが。

A6 入学準備宿泊プランをご活用ください。

時間の余裕をみて計画を立てましょう。

住まい探しには思いのほか時間がかかります。だいたい3～4時間を予定してください。お部屋が決まったら、間取りのイメージが鮮明なうちに、部屋づくりの計画を立てることが重要です。お部屋探しから新生活準備で5～8時間は必要になりますので、移動時間がかかる方は宿泊されることをおすすめします。

詳細は→裏表紙へ

インターネットの準備

Q9 インターネットは
どうしたらいいの？

A9 工事不要・学割価格のWiFi
サービスをご紹介します。

インターネットは必要です

娯楽だけでなく、オンライン講義やレポートの調べ物など、大学生活にインターネットは欠かせません。生協ではWiFiサービスのご紹介や無線LANルーターの販売を行っております。手続き不要でインターネットに接続できる物件もありますので、ご契約の際にインターネット環境を不動産業者とご確認ください。

詳細は→P.24

運転免許取得

Q10 自動車学校には、
いつから通えばいい？

A10 運転免許は1年生での
取得をおすすめしています。

運転免許は1年生のうちに！

大学生活の中で、比較的時間を自由に使えるのは1年生の時期です。2年生以降になると勉強が忙しくなることはもちろん、サークル活動など思うように時間が取れなくなります。運転免許は1年生で取得しましょう。
信大生の10人に8人は1年生のうちに取得しています。

詳細は→P.34

生活用品の準備

Q7 生活用品は、どこでどんな
ものを準備すればいいの？

A7 新入生サポートセンターで
布団、通学用自転車をお求めいただけます。

松本市は、冬の厳しい寒さや、坂が多く道路状況の悪さが特徴の地域です。信州大学生協では松本での生活に適した「寒冷地向け布団セット」と「松本仕様通学用自転車」の販売を行っていますので、ぜひ新入生サポートセンターでお求めください。
実家の自転車は帰省した際の足として残しておくことをおすすめします。引越の際に一緒に持ってこようとする1万円以上も追加

料金がかかってしまうこともあります。
一人暮らし用品(家電家具等)の準備には「新生活応援通販マガジン[Debut!]]」をご活用ください。引越シーズンでも配送日を指定できるので大変便利です。

詳細は→P.9

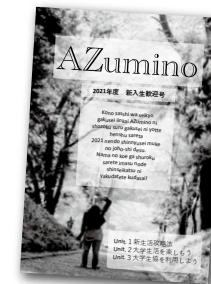
仲間づくり

Q11 見知らぬ街で友達を
作るにはどうすればいい？

A11 サークルや、生協主催の
企画にご参加ください。

生協の学生委員会「あずみの」が主催して、友達づくりの企画を開催します。同封の「AZumino新入生歓迎号」をご参照ください。

また、学内では様々なサークルが新入生の勧誘を行っています。気になるサークルの説明会にどんどん参加して自分にあったサークルを見つけてください。もちろん、生協学生委員会「あずみの」でも新入生の皆さんの参加をお待ちしています。



食事のこと

Q12 食生活が心配、きちんと
食べる良い方法は？

A12 生協の「学食パス」で
学生食堂をご利用ください。

生協食堂はバランスのとれた食事を提供しています。

アパート暮らしでは自炊が基本になりますが、多くの学生は時間がなくなり、コンビニ弁当や簡易な食事ですませる傾向があります。信州大学生協の食堂では、朝食から夕食まで栄養バランスを考えたメニューを提案しております。また、食費の一部を現金ではなく、生協食堂でのみ使用できる電子マネーで渡すことによってきちんとした食事を取っていただける「学食パス」(食育システム)という仕組みもご利用いただけます。
7割以上の新入生の方にご利用頂いています。

生協加入のご案内および学生総合共済パンフレットをご確認ください。

教材の準備

Q8 学業に必要なものは何ですか？
また、それはいつどこで購入できますか？

A8 教科書はもちろん、パソコン、電子辞書などが必要です。
新入生サポートセンターや生協各店舗で購入できます。
生協では、教科書の割引販売を行っています。

生協の割引販売をご利用ください。

教科書は、生協が割引価格で販売いたします。どの授業を受けるか決めたら、教科書販売特設会場(旭会館3階)にてご購入ください。

詳細は→P.28

また、実習にむけて他人に対する賠償責任を保障する「学生賠償責任保険」に加入することをおすすめします。他人にけがを負わせた場合や、器物を壊してしまった場合に保障されます。2019年10月より自転車条例が施行され、賠償保険への加入が義務化されています。

生協加入のご案内および学生総合共済パンフレットをご確認ください。

パソコンは今や必須アイテムです。

多くの学生は個人で使用するノートパソコンを持っています。大学にも学生が使えるパソコンが準備されていますが、日曜祝日は使えない他、使用可能時間帯も制限されますので、持ち運べて省スペースなノートパソコンは必需品です。
学部からの推薦状況はP.16をご参照ください。

詳細は→P.15

辞書は、パソコン・スマホ・タブレットで使える電子書籍をおすすめしています。

詳細は→P.33



入学記念

Q13 入学の記念になるものは
何かあるの？

商品の一番人気は、「信州大学饅頭」です。

地元老舗和菓子屋の「開運堂」との共同開発によるオリジナル商品です。厳選素材と独自製法を駆使して純朴な風味の黒糖まんじゅうに仕上げました。生協でのみご購入いただけます。

詳細は→裏表紙裏

A13 「入学記念アルバム」、
「信州大学饅頭」他
オリジナルグッズをどうぞ！

青春の思い出を写真で残すアルバムです！

ご入学の記念に、入学記念アルバムを制作しています。4/3の生協組合員証交付会場にて個人写真の撮影を行いますので、必ずご参加ください。

詳細は→裏表紙裏