



桜美林大学  
大学生活のしおり

桜美林学園生協学生委員会

# 生協学生委員会(GI)紹介

普段の部会



学祭



## 生協学生委員会とは

教科書販売などを実施している「大学生協」と組合員である「学生」を繋ぐ組織です。

組合員さんがより良い学生生活を送れるように、学校生活を支援・サポートするのが私たちの活動です！

新入生  
歓迎会



入学準備  
説明会



七夕企画



合宿



生協学生委員会  
公式SNSはこちら



# 挨拶&目次

新入生の皆さん、本学への合格おめでとうございます



これから始まる大学生活は、期待と少しの不安が入り混じる日々かもしれません。そんな皆さんのが一歩を踏み出すお手伝いができるればと思い、私たち生協学生委員会の学生がこの冊子を作りました。

ページをめくりながら、これから時間に思いをふくらませてみてください。皆さんの新しい日々が実り多いものとなるよう、心より願っています。

生協学生委員会

## 目次

- 4~7 ..... 入学式コーデ・学内ポータル紹介
- 8~19 ..... キャンパス・学群・時間割紹介
- 20~23 ... 学生生活24時
- 24~31 ... 留学・資格・桜美林ランチ・一人暮らしのいろは
- 32~37 ... 生協・共済・PC・免許
- 38 ..... キャリア支援部・就職
- 39 ..... 桜美林用語集

# 入学式について

大学生になって初めての行事は「入学式」です。  
今年の日程はすべてのキャンパス統一!!  
開催場所や詳しい時間は学内ポータルMoodleを  
活用し、情報を集めるように心がけてください！

**全学群  
4月7日**

## ★大学生活で友達ができるか不安

授業やオリエンテーションが始まってから友達ができる  
ていくから、不安になる必要はないよ！

## ★当日の持ち物

資料が配られるのでクリアファイルがあると良し！  
Moodleを確認しておくとGOOD！

## ★当日のスケジュール

2部制に分かれていて、1部は学園長や学群長の紹介、  
挨拶があったり、学園歌を 歌ったりするよ！  
2部は先輩の学生が運営し、部活のパフォーマンス等  
もあるよ！

## ★親なしでも大丈夫か

一人で行ったり、友達と行く人も沢山いるため心配ない！  
親と一緒に行った場合、入学式の最中は親と新入生で席が  
分かれる

# 入学式コーデ

ここでは入学式でのコーデを紹介します！

〈女性〉



〈男性〉



・服装はスーツ

ワイシャツは白・青・桃色など自由度は高い

・女性：リボンやフリル

スカート・ズボン・ストッキングは必須

ヒールの高さは自由

・男性：ネクタイは必須、色や柄は自由

革靴は必須

靴下黒やネイビー、グレーなど暗めの定番色

・スーツと鞄は就活や実習でも使えるものがオススメ！

# 学内ポータル紹介

## 〈OBICON〉

スマートフォン専用アプリ  
全学生インストールが必須！  
出席登録から課題の提出まで  
様々な場面で活躍します！



「授業アクション」  
教室の位置情報を  
読み取って出席登録

「施設利用情報」  
各キャンパスの  
混雑状況をチェック！

e-Campus・Moodle・  
Gmailなどアクセス可能

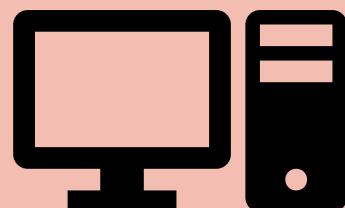
「バーチャルキャンパス」  
オンライン授業のときは  
ZOOMを起動し、  
バーチャル教室に入室

# 学内ポータル紹介

大学在学中によく使うポータルを紹介！！  
OBICONからアクセスすることが出来ます

## e-Campus

- ・時間割や成績照会に利用



- ・学校からのお知らせ

## Moodle



- ・授業のコマごとに分けてある。
- ・多くの授業で資料配布・課題提示！
- ・テストをこれで行う科目もあるよ！
- ・行事の掲載や、オリエンテーション情報が掲載
- ・情報が随時更新されるため、要チェック！
- ・通知は来ないよ！
- ・アプリが便利かも…！？

# LA・健福・GC学群



## ★リベラルアーツ学群とは

幅広い学問や留学などの体験を通して、専門分野にとらわれない学際的思考と国際性を身につけ、社会に貢献できる自立した学習者を育成します。

## ★健康福祉学群とは

健康と福祉を支えるため、専門分野を深めつつ、関連分野にも挑戦できる「二刀流」の学びで、多様なニーズに応えられる人を育てます。

## ★グローバル・コミュニケーション学群とは

異文化の中で活躍できるように、言語力と専門知識を身につけ、コミュニティの課題解決に貢献できる人を育てます。

一番たくさんの学群が集まっているキャンパス！  
桜美林中学・高校も併設！？



# リベラルアーツ学群(LA) 時間割

## 春学期時間割参考例

=必修科目      =選択科目

	月	火	水	木	金
1	コンピュータリテラシー	人文探求(宗教と芸術)		コリア語I	
2	コリア語I	リベラルアーツセミナー		キリスト教入門	
3		英語コアIA	英語コアIB	健康とスポーツ	アカデミックライティング
4		英語コアIA	英語コアIB		
5					

LA1年 春学期  
人文領域

	月	火	水	木	金
1	キリスト教入門	日本国憲法		地誌学概論	スペイン語I
2	アカデミックプレゼンテーション	スペイン語I			政治学基礎
3		コンピュータリテラシー	英語コアIB		英語コアIA
4			英語コアIB	リベラルアーツセミナー	英語コアIA
5					

LA1年生 春学期  
社会領域

## 春学期の必修科目

コンピュータリテラシー / リベラルアーツセミナー / キリスト教入門 / 英語コアIA / 英語コアIB / アカデミックライティングorアカデミックプレゼンテーション

## 秋学期の必修科目

英語コアIIA / 英語コアIIB / 数的思考と論理 / アカデミックライティングorアカデミックプレゼンテーション (春学期履修しなかった方を履修)

# 健康福祉学群 時間割

春学期時間割参考例

=必修科目

=選択科目

学群紹介

町田キャンパス

	月	火	水	木	金
1			基礎ゼミナール		英語 I
2	児童文化(A)	文章表現			医学一般A
3				英語 I	社会学A
4	コンピュータリテラシー	コミュニケーション基礎	社会福祉入門	健康心理学概論	社会学B
5			基礎ゼミナール		

健福1年  
社会福祉専攻

	月	火	水	木	金
1			基礎ゼミナール		
2		コミュニケーション基礎		精神保育学B	英語 I「HOIKU」
3	英語 I「HOIKU」	幼児と教育		コンピュータリテラシー	保育学A
4		保育原理		健康心理学概論	保育内容の理解
5			基礎ゼミナール		

健福学群1年  
保育学専攻

## ⚠空きコマ注意⚠

- 基礎ゼミナールは1限or5限！  
毎週あるわけではないので全休も◎
- 2限or3限を開けるとゆっくりお昼が食べられます(^^♪
- オンライン授業は自分の家でも受講できるためオススメ
- お昼を跨ぐ空きコマは危険
- 英語は合算して成績が出ます！

# GC学群

## 春学期時間割参考例

= 必修科目      = 選択科目

	月	火	水	木	金
1	総合英語 IB	グローバル社会入門	データサイエンス		特別英語A
2			論理とコミュニケーション		総合英語 IA
3		総合英語 IA	自然科学入門	グローバル文化入門 (教育と文化)	
4				総合英語 IB	
5					

	月	火	水	木	金
1	総合英語 IA		論理とコミュニケーション		
2	グローバル社会入門		データサイエンス	総合英語 IA	総合英語 IB
3			自然科学入門	健康とスポーツ	
4		総合英語 IB			
5					

GC(グローバル・コミュニケーション)学群では、基礎教育科目(16単位)、専門基礎科目(84単位)が必修となります。

その他に、専門演習科目・自由選択科目を履修します。

卒業要件としてこれらの科目を、・通算124単位以上

- ・入学時からの通算GDPが1.50以上
- ・グローバル・スタンディーズ科目について、選択した言語トラックおよび専修それぞれの要件単位数を満たし、1つ以上の専修をメジャーとして必ず終了することが求められます。

留学は必須ではないですが、原則する必要があるので、計画的に履修しましょう

# 教育探究科学群

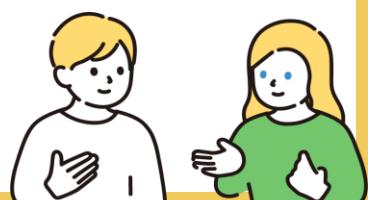


## ★教育探究科学群とは・・・

教育探究科学群は、「教育」をキーワードに人・社会・学びのあり方を多角的に探究する学群です。4年間を通じてゼミでの探究活動や学校・地域でのフィールドワークを重ねながら、理論と実践の両面から教育を学びます。これらの経験を通して、課題と向き合い、多様な人と協働する事で解決へと導く「共創型ファシリテーター」を育成します！

## ★実際に通っている学生の声！

- ・1年時の授業は履修登録なしで大学に組んでもらえる
- ・グループワークの授業がたくさんある！
- ・1年生からゼミがある！
- ・たくさんパソコンを使う…
- ・新しい学群！きれいなキャンパス！
- ・教員免許は取れない…



# 教探の時間割

春学期前期時間割参考例 (1Q)

=必修科目  =選択科目

	月	火	水	木	金
1	生涯学習入門	教育 探究の世界	基礎ゼミナール I	教育学 入門	教育学 入門
2	生涯学習入門	英語 IA			ピア・ ラーニング 入門
3			社会文化学習		
4			メディアの活用		
5			メディアの活用		

	月	火	水	木	金
1	建学の精神と 自己形成		基礎ゼミナール II	パーソナリティ と適応	パーソナリティ と適応
2	建学の精神と 自己形成	英語 IB			ピア・ ラーニング入門
3			社会文化学習		
4			メディアの活用		
5			メディアの活用		

1限09:30-11:10 / 2限11:20-13:00 / 3限13:10-14:50 / 4限15:00-16:40  
/ 5限16:50-18:30

**4Q(クオーター)制の教探...!**  
一年を四つに分けて一学期に二回  
履修科目が変わるよ

一限が始まる時間が  
他キャンパスより  
50分遅いよ！！

## 1年次から取り組める！フィールドワーク

関心のあるテーマに合わせて国内数か所から選び、  
フィールドワークに取り組むことができます。  
自らが感じたこと、考えたことを探究に活かせるチャンス！！



# 芸術文化学群 学群紹介



## ★音楽専修

各楽器の実技と、音楽史など音楽学分野の講義科目、さらに法学・民族音楽・キリスト教音楽など、幅広い音楽表現を学びます。

## ★演劇・ダンス専修

演劇・ダンス・ミュージカル。

その表現を支える舞台技術やアートプロデュースを学び、これからの舞台芸術の世界をリードする技術を学びます。

## ★ビジュアル・アーツ専修

ビジュアルアーツの基礎からアートマネジメントの方法論。メディアアートから情報テクノロジーまで、複合的に学べる教育を展開しています。

「メインの芸術+a」副専攻を決めれる！

— 広々としたキャンパス！



# 音楽・VA・演ダ 時間割

春学期時間割参考例

= 必修科目

= 選択科目

音楽	月	火	水	木	金
1		情報リテラシーI		ピアノI	音楽入門
2	音楽理論基礎	キリスト教と建学の精神			英語B I
3	アカデミックスキルズ	ソルフェージュI	英語A 1		西洋音楽史A
4					器楽実技(サックス)

演ダ	月	火	水	木	金
1		舞台芸術入門		情報リテラシーI	
2	英語A I	ソルフェージュ入門			クラシックバレエ入門
3		舞台芸術基礎A	東洋演劇演習A I	英語B I	舞台芸術基礎B
4		舞台芸術基礎A	東洋演劇演習A I		舞台芸術基礎B

VA	月	火	水	木	金
1	造形実技入門C	キリスト教と建学の精神			
2	造形実技入門C		英語A I	色彩構成演習	
3		ビジュアルアーツ基礎		アカデミックスキルズ	英語B I
4		ビジュアルアーツ基礎		情報リテラシー	
5				ビジュアルアーツ入門	造形実技入門B
6					造形実技入門B

- ・これは春学期3専修の履修例です！
- ・秋学期にしか開講されない授業や、授業を受けるために取らなければいけない授業がある場合もあるので計画的に！
- ・初心者、経験者によっておすすめの履修もあるので、内容をシラバスで確認するのがおすすめです！

# 航空学群 学群紹介



## ★FOコース

フライトオペレーションコースでは、  
国内線・国際線を運営するパイロットを育成します。

## ★航空機管理コース

飛行機の耐空性の保証や品質管理などに必要な知識を学び、  
航空整備士やグランドハンドリングなどの人材を育成。

## ★航空管制コース

飛行機の円滑な運航に必要な知識を学び、  
航空管制官やディスパッチャーなど、  
空の安全を支える人材を育成。

## ★航空管理コース

滑走路等の「航空部門」とターミナルビルや商業施設等の  
「非航空部門」を一体的に運営・経営ができる人材を育成。

航空に関するコースが四つもある！  
白くて綺麗なキャンパス！！

# FO・航空管制・航空機管理 ・航空管理 時間割

春学期時間割参考例

**FOコース**  
(フライトオペレーションコース)

=必修科目

=選択科目

	月	火	水	木	金
1		航空気象 I	AVI英語IA	航空機の仕組みと構造	航空法
2	ICAO英語A	情報リテラシー		日本語表現 I	
3	ICAO英語B	英語ⅡA	英語ⅠA	アカデミックリテラシー	航空無線と電波法規
4					英語ⅠB

## 航空管制・航空機管理・航空管理コース

	月	火	水	木	金
1		航空気象 I		航空機の仕組みと構造	航空法
2		情報リテラシー			航空無線と電波法規
3	英語ⅡA		英語ⅠA		英語ⅠB
4	アカデミックリテラシー			日本語表現 I	

### 学群生の声

コースによって時間割が異なります。  
とにかく一年生の時は必修授業の単位を落とさないように頑張りましょう。  
また授業を履修しすぎないようにしましょう。

# 新宿キャンパス 学群紹介



## ★ビジネスマネジメント学群とは

桜美林大学ビジネスマネジメント学群では、新宿キャンパスという都市型の立地を活かし、地域や企業と連携した実践的な学びを展開しています。実習・演習科目を通して体験的に学びながら、5つの学修領域から専門性と多様な視点を身につけ、将来のキャリア形成へとつなげます。また、国内外から学生が集う国際的な環境が整っており、その学びの成果は高い就職実績にも表れています。

## ★実際に通っている学生の声！

他の学群のキャンパスとは  
少し離れた場所に位置するキャンパス！  
まさかの新宿！？

# BM 時間割

## 春学期時間割参考例

= 必修科目

= 選択科目

	月	火	水	木	金
1	情報 リテラシー			現代会計 入門	英語 IB
2	キャリア デザイン			日本語表現	英語 IB
3		英語 IA			
4		英語 IA	キリスト教	現代経営 入門	
5	アカデミック リテラシー				

ビジネスマネジメント学群は2つのプログラムで構成されている

### ビジネスプログラム

現代の就業人に要求される、幅広い領域を学び、ビジネスの現場に即した専門的な知識・スキルを有する人を育成。

### マネジメントプログラム

経営関連の専門的知識を獲得しつつ、行動的で柔軟な思考を持つ問題発見型組織人を育成。

# 学生生活24時　自宅

## プロフィール

東京都在住・女性/通学2時間/委員会所属/アルバイト接客業

### 自宅通いのメリット

- ・バイト代を己の為に使える
- ・親からのサポートを受けられる
- ・生活の負担が少ない
- ・相談できる相手が常に家にいる

### 大変なところ

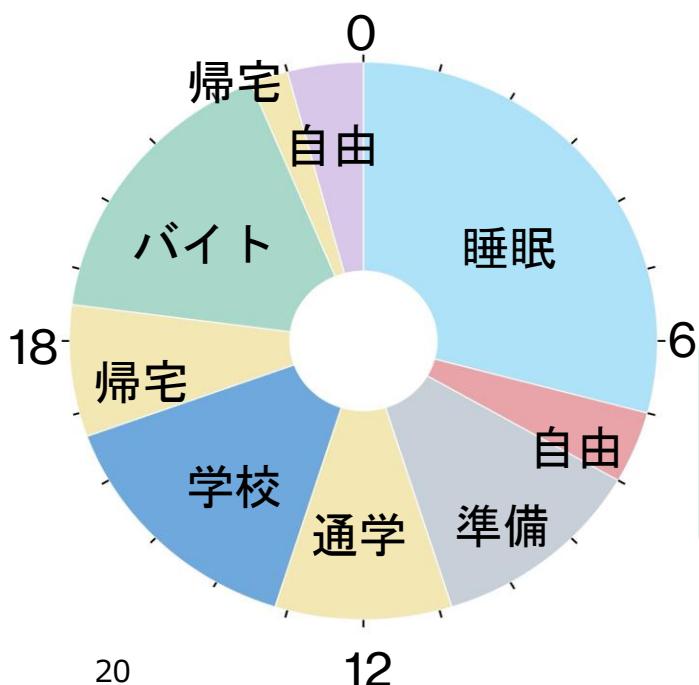
- ・バイトを気軽に決められない
- ・実家の位置によっては通学にとんでもなく時間がかかることも…！

### 委員会

5限から始まります。基本的に18時には終わっています。多摩センターのバスは一度逃すと30分は来ないので、注意が必要です！

#### 一言

家と大学の中間地点でバイトをしていますが、16時40分に4限が終わってからすぐバイト先に向かっても18時30分についています。働き先選びは慎重に…！



通学時間は  
何をしていますか？

課題をやるか寝ています。  
睡眠時間と変わらない時間  
を共にしているので、もう  
ほぼ家です。

# 学生生活24時 自宅

## プロフィール

埼玉県在住・女性/通学約2時間/学生委員会所属/  
アルバイトなし

### point

#### 自宅通いのメリット

- ・家事の負担が少ない
- ・家族と過ごす時間がある
- ・生活費の心配がない
- ・病気、怪我のとき回復に集中できる

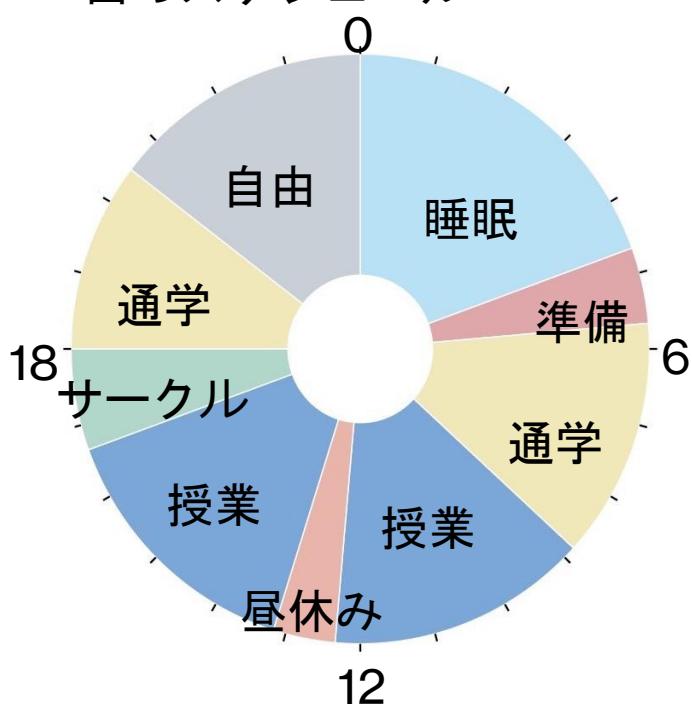
#### サークル

4限が終わる17時から始まります。  
多摩センター駅を使っていますが、学バスの本数が少ないので、いつも時間を気にしながら移動しています。

#### 一言

朝ご飯を毎日食べて1限に備えています。

#### 一日のスケジュール



通学時間は  
何をしていますか？

音楽を聴いたり、  
読書をしたりして  
過ごしています。  
スマホでできる課題を  
進めることもあります。



# 学生生活24時 ひとり暮らし

- ・一人暮らし / バイトあり
- ・学生会館(他大学の学生さんも住んでいて学生専用なのが特徴)



## 部屋の決め手

- ・大学から比較的近い距離
  - ・電車→淵野辺まで2駅
  - ・自転車→約20分
- ・駅近の家具家電付き  
(最寄り駅から徒歩6分)
- ・家賃の安さ  
(4万~5万)
- ・セキュリティ
  - ・オートロックの  
パスワード解錠式
- ・ゴミ袋の指定なし

Point

## 自炊

作り置きがおすすめ!  
アレンジしやすい料理や  
保存しやすい料理にすると  
ストックができるて便利

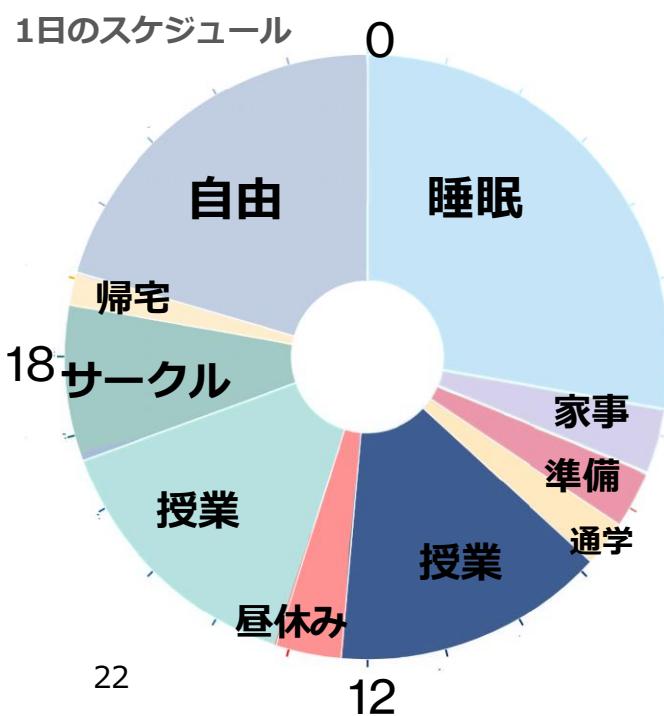
## 家事・洗濯

掃除洗濯は朝に!  
(早起きできるようになるよ!)

※夜は騒音で注意される可能性も  
あるので要注意

## アルバイト

春は慣れるまで土日のシフトを  
メインにするのがおすすめ!



## 一言

まずは自分流の生活リズム  
を作ることが大切です!  
小さな習慣の積み重ねは  
学生生活をより楽しく、よ  
り快適に過ごす一步に繋が  
ります!



## 通いのアドバイス

大学へは春(秋、冬も)は自  
転車で通っていて、雨の日と  
暑い夏は電車で通っていま  
す!電車代を節約できるので  
おすすめです!

# 学生生活24時 自宅外(寮)

桜美林大学国際寮

(渕野辺駅徒歩4分)

学生生活

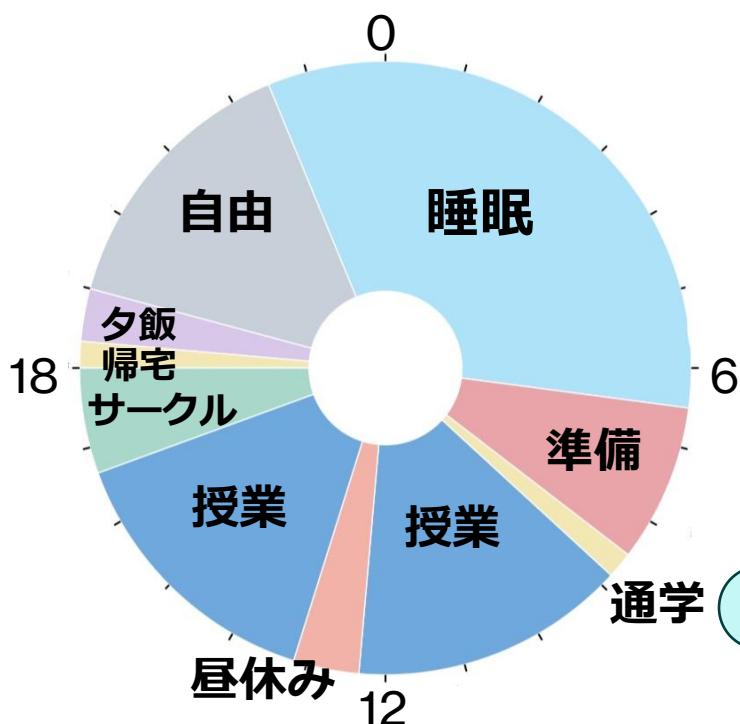
## ✿ 部屋の決め手

- 1人部屋
- 立地の良さ  
⇒ スーパーが近い  
⇒ 大学に通いやすい
- 在寮期間  
最短 ⇒ 前期期間  
最長 ⇒ 2年間
- 共有スペース  
⇒ コインランドリー  
⇒ ラウンジ

## ✿ 寮での生活

- 家事  
⇒ 洗濯は週2回  
⇒ 週末に買い物出し  
に行って作り置き  
をしておく
- 外泊・宅配  
⇒ 外泊届の提出  
⇒ 郵便物は事務室  
で受け取る
- 防災訓練あり

## ～1日のスケジュール～



共有スペースがあるため桜美林の学生と交流する機会が多いです！

国際寮は海外の留学生が多いので勉強会やパーティーをするので楽しいですよ♪

# 留学

## 留学は大きく3種類！ それぞれの内容から 留学プログラム比較

項目	長期プログラム	中期プログラム	短期プログラム
期間	1学期～約1年	1学期間	約1週間～1ヶ月
対象者	TOEFL	一年後期 二年前期	全学生
選考	大学の推薦	なし	なし
授業料	原則留学先大学の授業料が免除	場所によって免除	プログラムによって異なる(免除等なし)
単位互換	あり	あり	なし
授業形式	原則留学先大学の学生と共に授業を履修	原則留学先大学の学生と共に授業を履修	プログラムによって異なる
留学先国（2025年時点）	エジプト、スペイン、カナダ等25カ国	シンガポール、韓国、アメリカ等約10カ国	韓国フィリピン、アメリカ等約16カ国
取得可能単位数	留学先大学による	最大20単位	2単位
特徴	長期間の留学で、現地の学生との交流を深められる	比較的短期間で、集中的に学習できる	短期間で海外経験を積むことができる
その他	[ No additional information available ]	各学群によってプログラム内容が大きく異なる	平日午後は自由時間、休日は文化体験ができる

# 留学 体験記

## • S.Hさん（3年生）

1年生の頃「LAGOプログラムでアメリカ」に行ってきました!!

中期プログラムで4ヶ月の間で英語の理解を深め、外国の友人たちと和気あいあいの関係を築けました!!

## • 心境の変化

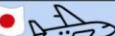
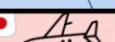
留学を通じて人と話すことが楽しくなりました!!

留学先での勉強は基本言語でしたので、コロナ化を過ごした自分にとって新鮮な経験だったと思います。



↑教室  
←散歩



4月	•国際交流センター情報発信 →e-campusの掲示板を確認! •LAGO説明会+申請
5月	•選考結果発表 •行くための準備の説明会
6月	•海外留学の事前学習授業 →一緒に行く人がいた!!
7月	•世界の知識をつける •課題を提出は必須
8月	•アメリカへGO    •授業は次週から始まってた
9月	•大学の交流会に参加し ボランティアにも参加した
10月	•本場のハロウィンを楽しんだ! →友達と仮装
11月	•観光でニューヨークへ •テストやお別れ会
12月	•帰国!クリスマス前に...   (1月に事後学習のため準備)
1月	•1月中旬 →学んだこと、勉強したことを発表

↑2023年度のLAGO秋学期

# 資格、全学群共通

桜美林大学では、様々な資格を取ることが出来ます！

ここでは

どの学群にいても取得できるものを紹介しますね！

## ＜博物館学芸員＞

博物館や美術館で資料の整理や保管などを行う国家資格で  
館務実習までに取得しなければならない科目が『8個』あります！

### 必修科目一覧

生涯学習概論  
博物館概論  
博物館教育論  
博物館経営論  
博物館資料論  
博物館資料保存論  
博物館展示論  
博物館情報・メディア論

必修科目の履修が完了したら  
実際に博物館に行って実習を  
することになります。  
実習館は自分で選んで応募  
したり、大学側に来た募集に  
応募します。  
夏休みに実習になることが多  
いため、体力勝負です！  
専攻分野によって行く場所が  
変わることもあります。

他にも・・・

- ・日本語教員養成課程
- ・初級パラスポーツ指導員
- ・社会福祉主事
- ・ECO-TOPプログラム

などがあります！

その他の資格の詳細はこちら



[https://www.obirin.ac.jp/about/teaching\\_profession\\_center/](https://www.obirin.ac.jp/about/teaching_profession_center/)

# 学群ごとの資格

さらには、ココの学群でしか取れない！という資格もあります。ここでは2つ程紹介します。

## ＜教育職員免許状＞【LA、健福、芸文】

中学、高校の一種の教員免許状を取得することが出来ます

### LA 2年（国語）

- ・大学卒業後、高校教員になりたいと思ったため、教員を目指して教職を取っています。
- ・国語科は中学校の免許だと書道の時間があるため、硬筆と毛筆をやります。古文や漢文はもちろん、日本語系の授業が多いです。

**教職はとにかく履修する科目が多いです。**  
計画的に科目をとること、GPAを高く保つことが大事です！

なので・・・

**一年生のうちから  
頑張ってください！**

### LA 1年（英語）

- ・これまで先生方に助けていただいた経験から、次は自分が生徒に寄り添いたいと思い、教員を目指しています。
- ・英語の教員になるには、英語総合演習I、II、言語教授法概論、英語学概論A、B、英語エレクティブI～IVという専門的な科目もあります。

**教職は、履修する科目が多いため他の科目と兼ね合いが難しいですが、生徒の夢や目標に寄り添える仕事だと私は思います。**

**ぜひ一緒に教員を目指しましょう！**

※教職課程登録は2年次春です

## ＜公認心理師＞【LA、健福（実践心理学専攻のみ）】

心理学を用いて心の健康をサポートする国家資格です

公認心理師資格取得には**大学院進学**が必要になります

### 志望理由

昔から相談を受けることが多く対話で誰かを救えることに喜びを感じたのがきっかけです。  
LA学群は迷っても進路を選びなおせる環境で、まず広く学び、自分に合う道を見つけることに魅力を感じました。

### 履修計画のポイント

公認心理師は国家資格で、必須科目が決まっています。先修条件のある科目も多いので履修は慎重に。3年生で心理演習、4年生で心理実習が必要ですが、先修条件の科目の成績次第で履修できないことも。競争も激しいので計画的に進めましょう。

**資格取得のための科目の多くが町田キャンパスで開講されます**

※これが全部ではありません 詳しくは前ページのQRコードへ

# 桜美林ランチ



ここでは各キャンパスの  
お昼事情について紹介します！

## 町田キャンパス



麺類や定食など種類豊富な  
メニューがある桜カフェⅠ

ランチA,B,Cのメニューが  
選べる桜カフェⅡ！

焼きたてパンが食べられる  
太平館カフェ！

## PFC

お昼は「まいばす」や「ファミマ」に行くことが多いです。まいばすは節約しながらも満足感を得られるので、学生にはとてもありがたい存在です！どちらのお店もキャンパスから近く是非ランチタイムに利用してもらいたいです！ファミマでは、個人的にトルティーヤが好きで、気合いを入れたい日には必ず買います！



## ひなたやま キャンパス

11:30~3Fカフェラウンジにてお弁当販売が  
あります！(平均500円程度)

・桜美林芸術ホール内カフェ

・各種キッチンカー

・近隣のスーパー、コンビニ

1番多いのは学内のお弁当販売か、持ち込みの  
お弁当持ってきてる人が多いです！



# 桜美林ランチ



## 新宿 キャンパス

・よく行くご飯屋さんは大久保駅近くにある、楊國福麻辣湯です！麻辣湯がとても好きなので大学からすぐ近くにあるのがとても幸せです♡新宿や渋谷などと比べて比較空いているのもおすすめPOINTです！

・いつもはお弁当を持って行っています！時間があったり、気分がコンビニ飯の時は全然外食してます!!新大久保なこともあって韓国フードにどハマリです。本音は毎日外食が良いけど、やっぱ金欠大学生には辛いです………

・お昼ご飯はコンビニで毎回買っているとお金が無くなってしまうので、いつもお弁当を持っていっています！電子レンジやポットなどが常設されているので、いつも温めて食べています！



## 多摩 キャンパス

多摩キャンパス  
日替わり定食です！価格は550円ですが量が多くてコスパが素晴らしいです！ご飯とみそ汁が自分の好きな量を何回でもおかわりできるので、満足感あります。

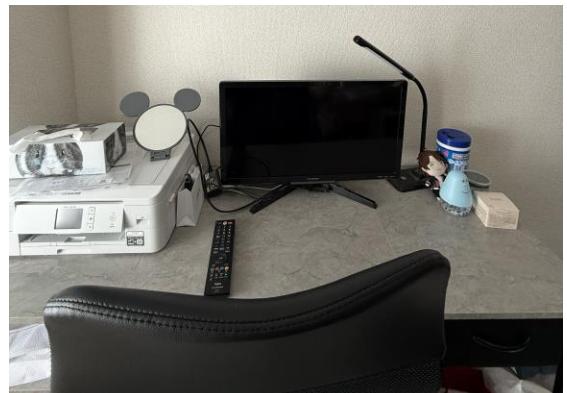
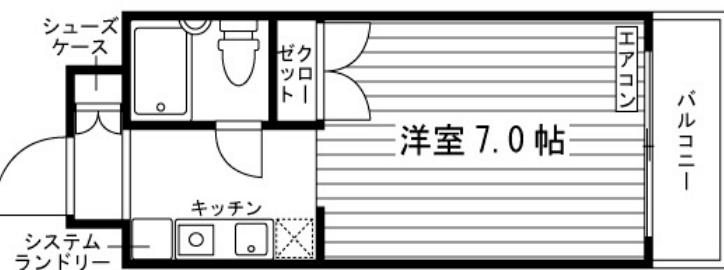
麺類は、週替わりで内容が変わるので季節感があります！キャンパスが新しいので食堂が綺麗です。

# 一人暮らしのいろは

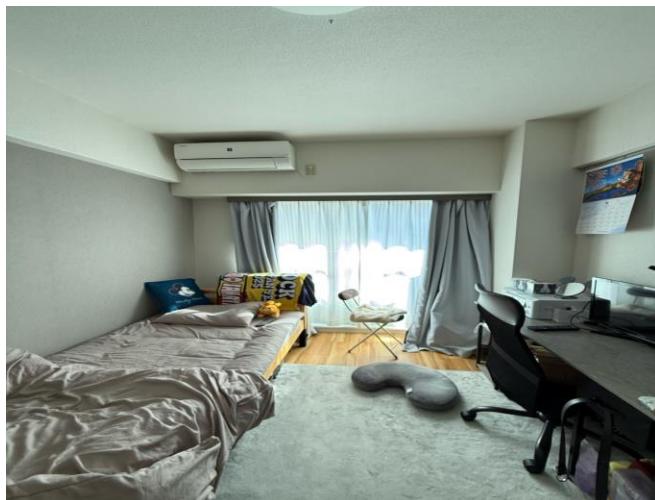
部屋の全体情報

家具・便利グッズ  
の紹介

- 実際の間取り



- 実際の部屋の様子



カーペットは床への傷対策をしながら、部屋の雰囲気も一気に自分好みに近づけられるので  
おすすめです！ ✨

- 物件の内見はぜひ現地確認を！  
(実際のイメージが掴みやすい  
ため)
- 入居時は害虫対策も忘れずに！
- 部屋の写真撮影は必ず！！  
(退去時に役立ちます！)

# 一人暮らしのいろは防災編

災害が起きた時、まず一人ひとりが自分の身を守ることを自助といいます。首都直下型地震や南海トラフ地震の可能性が高まっている現在、皆さんも備えてみませんか

## 家の中の安全ポイント

たんす・棚・テレビ・冷蔵庫倒れないように固定

窓ガラス割れたときに飛び 散らないよう、飛散防止 フィルムを貼る 等

何を揃えるか迷っている方にお勧めなのがこちらです。  
桜美林大学生協のサイトで購入することができます。↓



## ローリングストック

普段から多めに食品・日用品を買い置きしておき、消費した分を買い足すことで常に備蓄しておく方法

東京備蓄ナビと検索していただくと自分の家族に合った備蓄品を計算してくれます。ペットについても考えてくれるるので参考にしてみてください。自分に合った備蓄を計算した結果ページの下に、ネットで購入できるサイトURLがついているのも便利です！

<https://www.bichiku.metro.tokyo.lg.jp/tool/>

# 生協

生協は、学園で生活している学生・教職員が出資金を出し合い、組合員となって利用・運営されています。



剩余が外部に流出せず、すべて組合員のために使われます。その活用方法は、組合員の代表である総代会、理事会で決められます。

生協出資金は **20口 (1口 1,000円) 20,000円** をお願いしています  
中学・高等学校生5口 (1口 1,000円) 5,000円

生協出資金は、ご卒業時に定款の定めに基づき返還します。

桜美林学園生協に在学期間中の加入をお願いします

## 桜美林生のパソコンサポート

### PCサポートデスク

月～金/10:00～17:00 土日祝/休業 ※授業日の祝日は営業  
生協が販売している学生向けパソコンのサポート  
窓口です。故障や破損の際にはこちらへお持ちください。修理期間中の貸出機なども行っております。



## ケガ・病気の共済申請窓口はこちら

### 共済カウンター

月～金/10:00～15:00 土日祝/休業

病気やケガをした際の共済の申請窓口となっております。学内で生協加入・共済加入の手続きを行っています。またオンラインからもお手続きができます。



## 学内の生協にある 教習所受付窓口

### 自動車教習所受付センター

月～金/10:00～17:00 土日祝/休業 ※授業日の祝日は営業

学割生協価格は、直接教習所で申し込むより割安で、先行予約などお得なオプションが多数あります。大学生協が教習所と直接提携しているので、安心してご利用頂けます。



## 書籍・文具の 注文&購入窓口はこちら

### 書籍購買カウンター

月～金/10:00～17:00 土日祝/休業 ※授業日の祝日は営業  
病気やケガをした際の共済の申請窓口となっております。学内で生協加入・共済加入の手続きを行っています。またオンラインからもお手続きができます。



大学生協は、大学生活に励む全ての学生の味方です！  
PC、資格、免許、アルバイト、災害、奨学金…等々、大学生活を送るうえで避けては通れない様々な出来事について、他の大学生達と共に乗り越え、支えていく為の組織です。是非、生協に加入して、困ったときは生協を頼り、普段は他の組合員を助けてあげられるような大学生活を送りましょう！

# 共済

CO・OP学生総合共済

## 自分と仲間のためのたすけあいの制度です

CO・OP学生総合共済は1981年にはじまった学生組合員がもしものときにも学業継続ができるよう作った共済です。保障の内容は大学生の生活実態にあうように考えられたものになっています。掛金は自分のためだけではなく、全国約81.8万人の仲間のためにも使われています。

健康で安心安全な大学生活を送るために困ったときは、“お互いにたすけあう”。その気持ちを形にしたのがCO・OP学生総合共済です。

### 学生総合共済ならではのおすすめポイントを5つ紹介

#### POINT 1 国内・海外を問わず 24時間365日 保障

「アルバイトができない時に助かりました」との声を多数いただいています。留学中やインターンシップ中、就活中などのケガも保障されます。

#### POINT 3 学生生活 無料健康相談テレホン

24時間365日無料。保護者も利用できます。

#### POINT 2 こころの病にも対応

大学生にも増えているこころの病。重症化をしないよう早期受診を後押しする「こころの早期対応保障」があります。

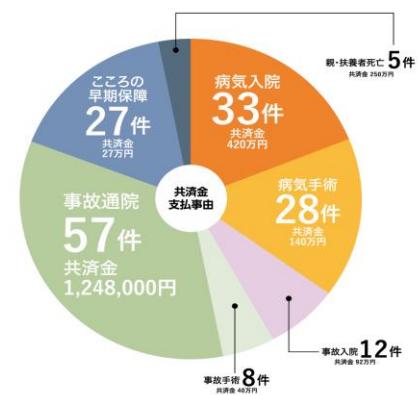
#### POINT 4 学内にある生協の 共済カウンターで 相談できる



#### POINT 5 学生と生協職員による共済活動

年間を通して学生と生協職員とが一緒に、共済学習会や健康促進企画、事故を未然に防ぐ活動をしています。共済金の請求忘れを削減する取り組みなども行っています。

2024年度  
件数 170件  
金額 1,073万円



詳しくは右の冊子を  
ご覧ください。



# PC



**【PC講座】**

**全6回・3日間**

PCでの作業が不安・PCの機能について知りたい！という方におすすめ😊



与えられた課題を先輩と一緒に作業して使い方を学びます。  
緊張感はあまりなくリラックスして受講できます！

# 免許

## 免許の取得は、ぜひ生協で！！

生協で免許を取ると、キャンペーンで有料のオプションが無料になったり料金が割安になることも…！！  
申し込みからお支払いまで生協経由だから、とっても安心感があります！

「免許は長期休みに地元で取りたい…！」

そんな考えをお持ちの方、いませんか？

生協なら、あなたの地元とも提携しているかも…！

長期休みは申し込みが殺到します！そんな時こそ、  
生協のサポートを受けながら免許を取得しませんか？

教習所選びは通いやすさが大事！家からの距離に

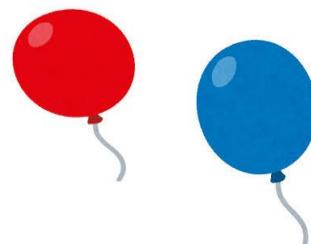
加えて、送迎バスの発着点も要チェックですよ！

将来に向けての活動が活発化するのは  
3年生から。免許は2年生までに取る  
のがおすすめ！！ by 先輩

お手持ちのピンクの封筒に  
入っているこの冊子か、  
QRコードから情報をGET！



# 新入生歓迎会（新歓）



## 新歓とは？

新入生歓迎会の略。  
入学前にともだちがいな  
くて不安なあなたへ！

ゲームを通して他の新入生と  
仲良くなれること間違いない!!

生協に加入していなくても  
参加できます！



↑去年の写真↓



## 開催要項!!

運営の準備ができ次第、SNSにて発信して  
いきますので確認をお願いします!!  
例年3月ごろに企画をしております!!  
問い合わせはインスタかXにてDMをお願い  
します!!



↑去年のインスタの表紙

# 学生委員会 募集案内

普段こんな活動しています！



月	活動内容	大学の流れ
4	うえるびりん	入学式 春学期開始
5	総代会	授業
6		授業
7	健フェス	授業
8	夏合宿	夏休み
9		秋学期授業開始
10	学園祭	授業
11		授業
12	入学準備説明会	授業
1	冬合宿 入学準備説明会	冬休み
2	入学準備説明会	冬休み
3	入学準備説明会 新入生歓迎	冬休み

## 雰囲気・魅力

- ・メンバーの雰囲気が好きだから!!
- ・他大学の学生と交流できる!!
- ・パソコンの技術向上!! (パワポ・Canva)

## 新スタッフもあるよ!!

新入生歓迎会のお手伝いとして  
新入生スタッフを募集しています。  
**いち早く先輩と仲良くなれます！**

## 学生委員会の加入方法

Googleフォームに名前とメアド、  
LINEのQRコード等を載せるだけ！  
その後対面で学生委員に会い、  
LINEオープンチャットに入ります。

Googleフォーム→



こちらのページは右の動画から  
抜粋して作成しております→

# キャリア支援部



## 具体的な活動内容

- ・キャリアアドバイザーによる学生の個別進路相談
- ・学群担当のアドバイザーがいるため、就活が始まる時から終わる時までサポート(学群担当なため、それぞれに合った相談が可能)
- ・各キャンパスにアドバイジングルームというキャリアアドバイザーと話せる部屋を設置
- ・1年生から利用できる緊張するかと思いますが「お話しにきました」と気軽に来てください
- ・桜就勝という桜美林大学就活専用アプリで事前予約が可能



## 就活

### ★3つのStep

#### 1.自己分析と進路の決定

#### 2.業界・企業の研究

#### 3.選考

- ・政府のルール的には3年生3月から情報が解禁され4年生6月に選考開始
- ・昨今は就活が早期化している具体的には  
3年生の夏にインターンシップに参加するケースが多い。  
その後、早期選考秋のインターンシップがある

## 1,2年生の時のこと

- ・就活時に必ず学生時代に力を入れたことについて聞かれる  
部活やアルバイト等、自分がやりたいことに全力で取り組むもう！



町田キャンパス

一 碩学会館2階にあるキャリア支援部

その他のキャンパス

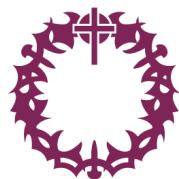
一事務室の中にいるキャリア担当の職員

時間 平日時間 平日9時～17時  
土・日・祝日 休

# 桜美林用語集

桜美林大学で頻出の用語を一覧にしてみました!  
これで君も立派なオベリンナー!

- **Obicon** 桜美林の学生が使用するアプリ
- **BT** 太平館（たいへい）の略称
- **DG** 学而館（がくじ）の略称
- **AT** 徳望館（とくぼう）の略称
- **BS** 崇貞館（すうてい）の略称
- **BB** 待望館（たいぼう）の略称
- **CS** サレンバーガー館の略称
- **BM※** 明々館（めいめい）の略称  
または ビジネスマネジメント学群
- **LA** リベラルアーツ学群の略称
- **GC** グローバル・  
コミュニケーション学群
- **健福** 健康福祉学群
- **教探** 教育探求科学群
- **芸文** 芸術文化学群
- **シラバス** 授業計画が載っており、履修するときに参考にするもの
- **アカプレ** アカデミックプレゼンテーションの略（LAの必修）
- **コンリテ** コンピューターリテラシーの略（LA必修）
- **英コア** 英語コアの略
- **キリ教** キリスト教入門の略（必修）
- **LAセミナー** 大学の過ごし方を学ぶ授業
- **アドバイザー** 学生に付いてくれる先生
- **授業アンケート** 授業改善のためのアンケート
- **Virtualオフィス** オンライン授業のときに利用、moodleから入れる
- **シラバス付箋** シラバスで気になる授業に印をつける。履修登録時に役立つ！
- **抽選科目** 人数制限がある授業  
抽選したときはe-Campusに通知がくる
- **オビコン出席** スマホのアプリから出席登録をすること
- **チャペル** 荊冠党（けいかん）お祈りをする教会
- **e-Campus** 大学の情報の中心
- **Moodle** 授業資料、ガイドブック
- **オベリンナー** 桜美林生
- **桜李祭** 桜美林大学の学園祭の名称
- **OPAC** 図書館のデータベース、電子ブックは学外からも閲覧可能
- **TUNAG** 大学内でSNSアプリ
- **Obipay** 学費支払いに使用する
- **学バス** 町田キャンパスと多摩センター、淵野辺駅を結ぶ交通手段
- **LAGO** リベラルアーツ中期留学プログラムの略
- **オビスピ** 特別強化部活9つを特集している新聞、公式インスタがある



J. F. Oberlin