

「始める」を応援する 江戸川総合人生大学の情報紙

Begin!

ビギン

better life in EDOGAWA
No. 50
2023.7

始めようよ!
何か新しいこと。

人生の、ちょっとした区切りでひと息つく。

それは、新しい「Begin」を

見つける時間かもしれない。

年を重ねても、躊躇しないで。

始めなければ、始まらない、新しい人生。

人生大学は「始める」を応援する学校です。

新しい仲間と、新しい世界で、

新しい自分に出会う。

人生大学で、この情報紙で、

見つけましょう、

あなたのBegin。



Begin! 一人ひとりの気づき 一人ひとりの問い掛け 一人ひとりのチャレンジ 一人ひとりのSDGs



江戸川区、始めました!

江戸川区に60年以上住んでいるにもかかわらず、いつも区外の職場との往復ばかり。人生大学の入学は、江戸川区との新しい出会い。あらためて、見つめるきっかけとなりました。興味津々です。

まちづくり17期 花上 憲司

テレビ体操、お勧めです

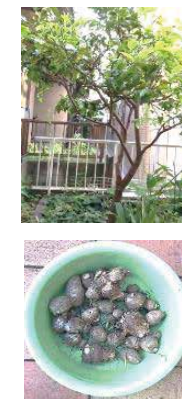
人生大学に入学してから始めたことは、Eテレで放送されているテレビ体操です。録画して、自分の都合の良い時間にしています。10分ですが、毎日続けることにより、体調も良いと感じています。皆様に、ぜひお勧めしたいです。

まちづくり17期 真瀬 健一



「もったいない」を楽しむ生活

明治生まれの親に育てられた私。「もったいない」が心底身についています。
・マイボトルを持ってワインは量り売りで!
・船堀から自転車で大人に通っています。
・庭の柚子の木の実で1年分のジャム作り。
・芽が出た2個の里芋を植えてたくさん収穫。



まちづくり18期 白井 たけ子

「区の魅力発掘」が私のBegin

35年江戸川区に住んでいますが、人生大学の「地域の魅力再発見」の授業で、船堀には多くのモニュメントがあることを初めて知りました。これを機に、江戸川区の魅力をこれからも探索していくことにしました。



まちづくり18期 成田 光正

SDGsへの貢献、一歩ずつ

最近、買い物時に「入れ物、エコバッグはお持ちですか?」と問われます。いつも持参するようにしています。生活の中で再利用可能な物は保存する、修理する等、自然に行動に移している気がします。SDGsへのほんの一歩ですが。



国際コミュニティ17期 大塚 恭子

外国人の日本語会話を支援

人生大学に入学し、初めての社会体験活動を行いました。江戸川区で活躍する外国人への日本語会話支援です。日常生活を想定した会話支援や日本文化の体験等を通して日本に馴染んでもらうものです。無償奉仕という言葉には、大きな抵抗感がありますが、体験した内容には興味を沸かせてきました。



国際コミュニティ17期 吉川 敬吉

ゴミの捨て方を変えました

私がまずやろうと思ったのは、人生大学で配られたゴミに関する冊子を熟読し、自分のゴミ出しを見直すことでした。実行すると、なんと!可燃ゴミは以前の8分の1になり、再利用できる資源ごみが増えました。きちんと分別していたつもりでしたが、そうではなかったのです。知識を得ることの大切さを知りました。



国際コミュニティ18期 斉藤 順子

私のSDGsはまだまだ続く

私のSDGsへの取り組みは、理想を目指し、考え、感じ続けることです。人生大学では夜間中学や識字率について考え、苦手だったPC操作もできるようになりました。持続不可能な私の生命ですが、SDGsの開発はまだまだ続きます。



国際コミュニティ18期 染谷 信夫

ひとり親家庭に「こども弁当」を配っています



入学して同じ想いの仲間と出会い、一緒にボランティア活動の一環として、ひとり親を対象に「こども弁当」を配布しました。食材の一部はフードパントリーで賄い、フードロスにも貢献できているのでは?と思っています。

子育てささえあい17期 佐藤 晴美

健康があつてこそ

最近、体力・筋力が落ちていることを実感しました。運動の必要性は感じていたが、いよいよ本気で考えなくてはならないようです! まずは、自分に健康と福祉を! それがあつてこそ、周りをみる余裕が生まれるってものです。

子育てささえあい17期 福田 裕子



昭和の生活を思い出して



祖母や母が生きた昭和の生活を思い出し、今の生活を見直すことがSDGsにつながるように思います。まず、地域の食材を使うようにしています。バスタオルをタオルに変えて、洗濯と乾燥も短くなりました。何より、人生大学に出かけるようになって家の光熱費が節約されました!

子育てささえあい18期 片岡 利子

道のゴミ拾いやっています

私が入学してから始めたことは、道路に落ちているゴミを拾うことです。最近は、タバコの吸い殻は少なくなりましたが、ビニール袋やマスクが気になります。少しでも地球が喜んでくれることを願いつつ、自己にムチを打ってがんばっています。



子育てささえあい18期 平野 和子

楽しい一日

ポケの効用で
楽しい一日
失敗してもすぐに忘れ
落ち込まない
そんな者でも
安心して暮らせる
EDOGAWA



篠田堀にて

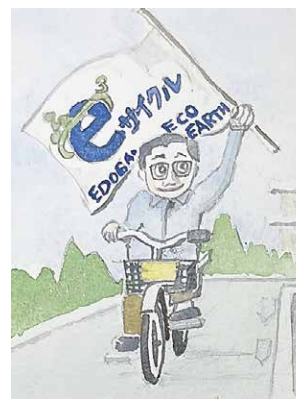
介護・健康17期 秋葉 重人

食材を賞味期限内に使い切る!



家にある生鮮食品以外のリストを作り、段ボール2個に主食となる麺類、餅、即席ラーメン、スパゲティーと飲料、缶詰、瓶詰に分けて、種類や数を記入したメモを貼って、管理しています。そして、災害用備蓄を踏まえた上で、在庫を増やさず、古い物から使用しています。

介護・健康17期 池田 正子



eサイクルで支援の志

還暦の年に志を新たに入学。授業で学んだ江戸川区独自の地域共生の「なごみの家」に、eサイクルで回り始めると地元のSDGsの取り組みを実感し、高齢者の外出支援ビジネスを目指す上で勇気をもらいました。

介護・健康18期 川端 一

できることから、Begin

SDGsの目標は17項目ありますが、自分ごとで行動するには何ができるでしょう。項目の一つひとつを自分で調べ、理解し、話し合い、自分にできる努力をします。まずは、小さいことから始めます。例えば買い物のときにマイバックを持参する、無駄な消費をなくすことに繋がります。



介護・健康18期 木代 紀美子

この情報紙をつくっている編集委員(17期・18期)全員からのメッセージです



江戸川区に来て、楽しい生活を“始める”

まちづくり学科17期 荘田瑞恵

知り合いもいない江戸川区に引っ越して

3年前、還暦を目前に、夫の転勤で広島から友達も知り合いもいない江戸川区に引っ越して来ました。転居したての頃、一人自転車で葛西内をぶらぶら走りながら、「公園が多く、自然のあるすてきな街だな」と思いました。

しばらくして、近くのコミュニティ会館で江戸川総合人生大学を知り、「もっと江戸川区のことが知りたい」と、まちづくり学科に応募しました。期待通り、江戸川区のことをたくさん知ることができ、楽しいです。しかし、何より良かったのは、江戸川区内に仲の良い友達ができただけです。

同時に区の広報誌でファミリーサポートのことを知り、協力会員になりました。私は広島で保育士をしていたこともあり、子どもは大好きで、時々近所のお子さんをお預かりしています。

保育士の経験を生かして子育て広場のスタッフに

人生大学2年次の目標は、私の住む葛西に自分の居場所を作ることです。2年次には30時間のボランティアをしなければならず、せっかくなので好きなことをして誰かの役に立ちたいと思い、東葛西の子育て広場「東京ベテール」でボランティアをさせていただきました。

親に寄り添い、子育ての応援をしていく広場です。30時間のボランティアが終わった後も、引き続きスタッフとして週1回行かせていただいています。ゆっくりと子どもに関わることができ、経験してきたことも活かせるので、とてもやりがいを感じています。



好奇心の向くまま、楽しいことをして見つけた「私のBegin」

もう一つ私の居場所ができました。まちづくり17期のクラスメートと江戸川区の各地を掃除してまわる「江戸川区お掃除士隊」です。江戸川区に永年住んでいる人から歴史や成り立ちなどを聞くのも楽しみです。

「私のBegin」は、このように江戸川区に来て、好奇心の向くまま、楽しいと思うことを行動しているうちに始まりました。

それが少しでも誰かの役に立てば嬉しいし、これからも無理なく、楽しく、好きなことを続けていきたいと思っています。

まちづくり学科2年の課題「協働まち普請事業」では、未来の葛西左近川のイメージを荘田さんが描くイラスト『左近川テラス』をもとに提案しました。



江戸川総合人生大学の情報紙は変わります

江戸川総合人生大学の情報紙は50号を迎えました。この機会に、人生大学の情報紙のあり方を探るため、読者アンケートを行いました。その結果をふまえ、これからは、皆様の要望が多かった「よりよい江戸川ライフの提案」や「ボランティア活動の紹介」などに軸足をおいて編集していきたいと思えます。

編集方針とともに、タイトルについても、再検討を行いました。情報紙のタイトル『ひと・あい・えどがわ』は、第1回大学祭の標語から生まれました。50号をひとつの節目として、より一層「ひと」に光を当てて、「一人ひとりの新たな一歩を応援する」というメッセージを明確に伝えるタイトルとして、このたび、『**Begin ! better life in EDOGAWA**』に変更したいと思えます。

人生大学は、いろんな仲間と出会い、新しい人生を始める、きっかけの大学だと思えます。始めなきゃ何も変わらない。始めることによって、変化が起こるのです。一人でも多くの人にうれしい変化が訪れるよう、人生大学の活動を区民に伝えていきましょう。

江戸川総合人生大学 情報紙50号編集長：花上憲司(まちづくり17期)

17期・18期の情報紙編集委員のみなさん



Let's Begin together!!

葛西でハチミツプロジェクト 一緒に始めませんか

公園と花に恵まれた葛西の良さを広くアピールしませんか！
「葛西ハニープロジェクト(仮称)」を、なごみの家長島桑川で
始めます。立ち上げから参加いただけるメンバーを募集します！



- ◎地元葛西で何かしたい、とお考えの方
- ◎プロジェクトの立ち上げにご興味ある方
- ◎「農(農業)」「福(福祉)」に興味ある方
- ◎商品開発、ブランド化、営業活動のご経験者



お問い合わせは…

- 江戸川総合人生大学介護・健康学科18期 担当 川端
mail : 22B205@jindai2004.onmicrosoft.com
- なごみの家長島桑川 所長 吉川 TEL:03-3680-2753

しのぎ文化プラザで 子育てイベントを一緒にやってみませんか

子育てささえあい学科17期有志は、
子ども達と地域の方々との交流の場を
作りたくと活動しています

【こんなイベントをやっています】



- ・子育てひろばを作りたい!
- ・仲間を作りたいと思っている方
- ・ボランティア活動をしたい方

ご連絡お待ちしております



連絡先:

- 子育てささえあい学科 17期有志 折茂(おりも)
メール : kosodate17@gmail.com

第17回江戸川総合人生大学祭

入場無料
人生大学を
体験して
ください

- 日時 令和5年7月22日(土) 午前10時~午後4時
- 会場 タワーホール船堀(1階展示ホール、4階401会議室)
- テーマ 「学び、助け合う、豊かな心」

みなさん、ぜひご来場ください!

詳しくは、右のQRコードから



江戸川総合人生大学 第19期生 学生募集

- 募集期間 令和5年6月30日(金)~8月15日(火)
- 募集学科 江戸川まちづくり学科 国際コミュニティ学科
子育てささえあい学科 介護・健康学科
- 就学期間 2年間(10月~翌々年9月)
- 授業料 年間3万円

出願方法などの詳細は大学ホームページをご覧ください。

Begin な仲間たち

「元来、人はボランティア精神を持っている」と私は考えています。人生大学での学びがボランティア活動のきっかけになっており、そこに同窓会は在校生と同窓生を繋ぎ共働していく環境づくりをしています。同窓会登録の地域活動グループは現在45団体ですが、登録していない団体や個人の方もいます。その活動の形や中身は様々です。例えば、外国人との共生を目指す日本語教室、高齢者対象のみまもり活動、近年はフードバンクやデジタルデバインド対策の活動も注目を集めています。また、老人ホームにおいて洗濯物を畳む、経験を活かしてのトイレ掃除、ホームの舞台のバックに絵を描くなど自分の力で奉仕をされている方もいます。今、ボランティア活動の中身も変化しながら厚い層となって、広く地域に貢献していると感じています。

江戸川総合人生大学同窓会 第16期会長 松浦松子



編集後記

50号の発行を機に内容を一新しました。
編集員一同「ひと・あい・えどがわ」から、よりわかりやすく、より読みやすい情報紙をめざし、「Begin」とタイトルを変え、編集に取り組みました。まだまだBeginですが、さらなる読みやすさを求めています。皆様のご意見も編集に反映させていきたいと考えています。ご意見、ご要望お寄せ下さるようお願い申し上げます。

成田 光正

編集委員 (◎=編集長 ○=副編集長)

- ◎花上憲司・真瀬健一(まち17), 大塚恭子・吉川敬吉(国17)
- 佐藤晴美・○福田裕子(子17), 秋葉成人・池田正子(介17)
- 白井たけ子・○成田光正(まち18), 斉藤順子・染谷信夫(国18)
- 片岡利子・平野和子(子18), 川端一・木代紀美子(介18)

