

教育



ECOの取り組み

AI社会に 必要な能力が育つ

日本ベンジヤミン 人間性英才学校



子どもたちを取り巻く環境は、かつてないほど大きく変化しています。

AI(人工知能)が発達し、人がやってきた多くの仕事を担うようになりました。子どもたちには、「丸暗記」などの単調な能力よりも、「創造」「問題解決」「リーダーシップ」といった、より人間らしい脳の活用力が求められています。そんな時代の流れに対応するために、まったく新しい発想のオルタナティブスクールと



して誕生した「日本ベンジヤミン人間性英才学校」が、もうすぐ5周年を迎えます。



自分の ルールを敷く力

これからの将来を担う若者たちに求められている資質は、構想力や実行力、創造力です。これまでの時代は、決められたルールの上をいかに速く、正確に走るかが問われていました。しかし、これからは、未開の地を自ら開拓し、自らルールを敷き、難関を乗り越えながら走りぬく力が、大きな価値を生みます。

そんな人材になるためには、まずは一人ひとりが大きなビジョンを掲げる必要があります。

す。そのビジョンの達成に向かって、何をなすべきかを考え、アクションを起こす。そんな力が求められています。

プロジェクトを 企画し、実行する

日本ベンジヤミン人間性英才学校は、自分の「夢」を見つげるための学校です。実社会と接点を持ちながら、自分が将来成し遂げたいことを発見し、そのための第一歩をスタートするための訓練を行います。

たとえば、自ら企画し、遂行する「ベンジヤミンプロジェクト」で構想力や行動力を養います。「メンター制度」により、実社会で活躍する大人たちからアドバイスを受け、自らの進路の方向性をより具体的にしていきます。最新の脳科学研究と東洋の伝統的な心身鍛錬法にもとづく「脳教育」により、どのような環境に置かれても、夢をみつけて夢を叶えるための人間力を向上させます。



オンラインでの 効果的な指導

日本ベンジャミン人間性英才学校は、2016年の開校当時からインターネットを活用したライブでのオンライン授業をしており、空間を超えて日本全国の生徒と講師が集まります。オンライン授業では、特定の課題をテーマにしたディスカッションや双方向型の講義を行ったり、様々な講師の脳教育授業を受けることが出来ます。また各地域の学習館では、担任講師が、各生徒に合わせた、きめ細やかな個別指導も実施しています。

実践型の 国際交流

体力や健康力を向上させるため、「ベンジャミンHSP12段」という独自の運動メニューも取り入れています。このほか、希望する進路などをふまえた体験学習などを受けることができます。さらに年間を通して、一人ひとりが「私のベンジャミンプロジェクト」を計画し、進めていきます。

現代の教育において、国際性を養うことは極めて重要です。ベンジャミン学校は、日本だけでなく、地球を中心価値において展

開されている国際学校です。海外校とのネットワークを生かし、様々な国際交流を行う機会を生徒たちに提供しています。

ベンジャミン学校の国際交流は、単に会話を交わすことにとどまりません。国や人種を超えて、共通の課題やテーマに取り組み実践型の交流を重視しています。世界の現場で通用するようリーダーシップ力や協調性を育てていきます。

2021年度 新入生募集中

日本ベンジャミン人間性英才学校では、2021年度新入生を募集しています。2021年1月末までに入学願書を提出していただいた場合、選考料の半額が免除になります。また、12月12日(土)15時よりオンラインオープンキャンパスが行われます。88%の生徒が夢を見つける秘密や世界一面白いオンライン授業を本人たちが公開します。参加費は無料です。

お申込はこちら



ECO オリジナルカレンダー プレゼント

今年、ECOが開催したフォトコンテストで選ばれた素敵な写真が2021年オリジナルカレンダーになりました!



詳しくはこちら



ストレッチとピッカーマンと一緒に♪
 1時間に1分運動しよう
地球市民1分運動

今月のおすすめ

足を前後に揺らす

冷えを改善して自然治癒力アップ

美脚トレと免疫力アップを兼ねたブレイン体操「足を前後に揺らす」を紹介します。立つて足を前後に揺らすだけ。とても簡単です。股関節と足の経絡がほぐれ、血液と気エネルギーの循環がよくなります。寒波襲来とともに風邪や感染症の中でもポス存在であるインフルエンザが本格的に登場するのはこれから。体を動かして、自然治癒力を高めましょう。

うゝ、寒い。朝晩、冷え込みが厳しくて、台所に立つと足先から冷えが脳天に伝わってくる…。なんて日々を送っていませんか？この季節、「手足が

冷えて、夜眠れない」とお悩みの方も多いのではないのでしょうか。冷えは万病の元。心身のバランスを整えて、冷えを絶つ方法の一つが、ブレイン体操の「足を前後に揺らす」です。

冷えと血流

そもそも冷えはなぜ起こるのでしょうか。血液の流れが悪いのが原因の一つだと言われます。冷えには、外から寒を受けた場合と、体のエネルギー不足や病気をした後など、その人の体調からくる場合の二つがあります。大切なのは、自分が冷え性かどうか、体質を知ることです。

ひじやひざなど、体の痛い部分を温めると症状がよくなる人は「寒証」、つまり冷え体質。しかし、頭痛や肩凝りで悩む人の中には、自分の体の冷えについては自覚がない人が案外多く、中でも若い人ほど無自覚な傾向があります。

「気」と足のツボ

冷え体質の改善のポイントになるのが、東洋医学で重視される気エネルギーです。気は健康を増進させ、病気の治癒に役立つとされます。気とは、人間と自然とを成り立たせている、生命および物質のエネルギーをさしています。気が人間の生命力、活動力にも影響して、体内の経絡にしたがって運行しているのが「内気」で、経絡上の穴から放射されるのが「外気」です。この穴を「ツボ」と呼びます。

「第2の心臓」と言われる足には、体のさまざまな器官とつながるツボがあります。足を温めて血行をよくするフットバス（足浴）は、足のツボから全身を温める冷え対策の一つです。今回取り上げたブレイン体操の「足を前後に揺らす」も、足を股関節の根本から動かして、全身をばかばかにします。

冬に高まる感染症リスク

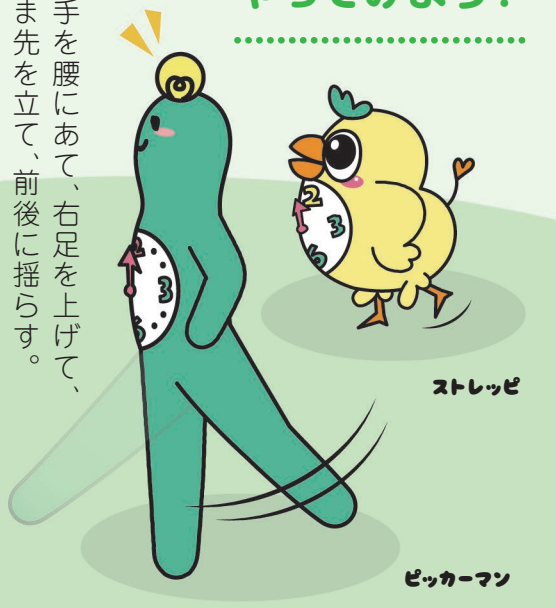
冬は体の調子をこわしやすく、病原菌にたいする抵抗力が全般的に弱まります。空気の乾燥で呼吸器の粘膜も傷みやすくなり、感染症を引き起こしやすくなります。

さらに、窓を閉め切った密閉した部屋にとどまる機会が増えるため、お互いに病原菌を移

しやすくなります。そもそも、感染症のウイルスの多くは、生存していくうえで冬の環境に適しています。運動だけでなく食事や睡眠にも気をくばりながら、冬の健康づくりに努めましょう。

また、寒くなると血管が収縮して血圧が上がりやすくなるので、筋トレなどをするときは、十分に準備運動をして体を温めてから行いましょう。

足を前後に揺らすをやってみよう!



- ① 両手を腰にあて、右足を上げて、つま先を立て、前後に揺らす。
- ② 前後に揺らすことを1回とし、20回繰り返す。左足も同様に行う。

Point

※ひざを伸ばした状態で揺らします。
 ※ふらつくときは、壁に片手をつけて行っても大丈夫です。

Xmasプレゼント
伊・もんこ

お？
おんこは...

地球市民
おんこさんだ

今年いちばん
地球の未来のために
がんばってくれたから
特別に...

とびきりの
新しい出会いを
プレゼントします

2021年

Let's Go!
地球市民サポート店

地球市民サポート店は、地域に根差して地球市民ムーブメントを発信するあなたの街のお店です。<地球市民カード> または <ECOサイトのログイン画面> のご提示で地球市民特典を受けることができます。

Pick Up
滋賀県 大津市 **昭和カフェ45**

昭和45年にタイムスリップできる素敵なカフェです。昭和のグッズや古書コレクションに囲まれながら、美味しいごはん、歴史を愛する店主との会話を楽しんで下さい。ゆっくりお茶をしたいときにも、是非ご利用下さい。

お母さん手作りカツカレーとからあげ定食

ボリューム満点懐かしいおふくろの味

挽きたてコーヒーとお手製ケーキセット

☎ 077-524-2125
🏠 大津市昭和町3-29

地球市民特典
ランチ定食をご注文の方に
もれなく **お茶菓子** がつきます

一般社団法人
Earth Citizens Organization



Earth Citizens Organization



YouTubeライブ配信では地球のための5分間瞑想を行っています！その他にも地球や皆さんの健康に役立つ情報を発信中！



フォトコンテストの結果発表を要チェック！



ハートやコメントお待ちしております！

人工知能時代の教育

科学技術の発達とともに機械が人間の機能的能力を超えつつあります。そのような時代に私たちが追求すべきことは機能的な教育ではなく人間本来の価値を探求し発展させる教育ではないでしょうか。教育の本質とは何でしょうか。今の時代に必要な価値とは？時代が変わっても変わらない価値にそのカギがあります。その価値は「人間性」にあります。人間の価値を実現する学問や技術が必要です。人間らしさの回復、それが人間性教育です。

一指 李承憲