《月刊》地球市民 2025年4月号 No.088





発行:一般社団法人 Earth Citizens Organization 〒517-0501三重県志摩市阿児町鵜方3189-1



します。 ける。クリーンアップ隊長ん こと北山聖子さんをご紹介 とともに地球市民活動を続 今回は、京都伏見で仲間

うになった」「マイ箸を常に

物

た」「割り箸とナイロン袋を カバンに入れるようになっ

勤

が、コロナ禍が落ち着いた頃 アップ活動から始めました と呼びかけたところ、多くの に「一緒にやりませんか?」 もとは個人でのクリーン

られています。

になった」などの声が寄せ 途中の道でゴミを拾うよう 持ち歩くようになって通



パーでは手前取りをする れる工夫を提案しています。 は栄養士でもあり、食品ロス 境や健康などを自由に語り り良くする」をテーマに、環 共通の目標である「地球をよ 講義を受けた参加者からは 歩く」など、すぐに取り入れら に関する講義を実施。「スー 合っています。実は北山さん 学び合う勉強会もスタート。 「マイ箸やマイバッグを持ち 今年からは、仲間同士で

仲間が集まり、毎月15日の けて一緒に参加することも が「仲間に入れて」と声をか がら地球との一体感を感じ も設け、心と身体をほぐしな 活動するようになりました。 を一緒にクリーンアップ あるそうです。 ると、遊んでいる子どもたち るそうです。公園で行ってい 活動後には地球気功の時間 地球の日」に駅周辺や公園

がますます広がっています。 す。京都伏見から始まった小 常の延長線上にあるもので とではなく、一人ひとりの日 たちの心を動かし さなアクションは、周囲の人 地球市民活動は、特別なこ 、仲間の輪

輪を広げています。 も元気な声をかけながら え続ける北山さんは、今日 必要です。その大切さを伝 新たな仲間とともに行動 は して環境を考える姿勢が 私たちが暮らす地球に 多くの人が、自分事、と



京都伏見で広がる

ではなく手前の物を選ぶよ 商品を選ぶときに奥の

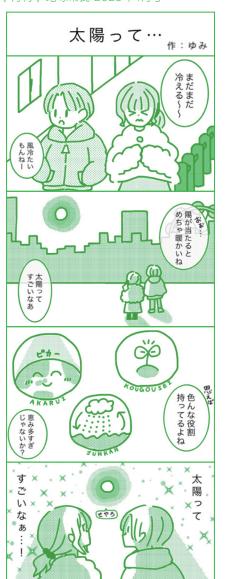
北山 聖子さん



した。 を達成しま

年生もいます。今年は受験 や卒業生の中には、高校3 えた時期もありましたが、 進路が定まらず、不安を抱 果たしました。また、高校卒 で努力を続け、希望する を迎え、それぞれが最後 はばたく春を迎えています。 生もおり、夢に向かって 業認定試験に合格した卒業 大学や専門学校に合格 ベンジャミン学校の在学生 「選択すれば成し遂げられ 日本 見事に目標 けた結果 ず挑戦を続 ベンジャミ る」という であきらめ 経験を活か ン学校での し、最後ま

《 月刊 》地球市民 2025年4月号 No.088



アースラン開催のお知らせ

気候危機が深刻化する昨今、カーボンニュートラルの啓発と実践のために4月22日地球の日(Earth Day)にちなんで4.22kmランニング(ウォーキング)をするイベントを、4月20日(日)に

開催します。日本各地および世界各地で同時開催されます。 全国の開催地情報は、公式サイトでご覧いただけます。





移行 れて 特に この を整え、スッキリ も肝を活性化し、気の巡り 促 に含まれるほろ苦い成分 る は 梅干 時 ます。また、春の山菜 食 () 解 自 期、 ます。肝(材を積極的に摂り 毒 然 体も活発に動きや 作 中医学では 界 トマトは肝を刺激し 用が高まるデト \bigcirc 工 の働きを助 ネ ル 肝の # ŧ がける すくなる季節です。 が . ツ 働きが重要視さ クスの 陰 よう。 老廃物の排出を た 8 ーから「 季 Ŧ 酸 節 ンや 味の

と導きます。

地球と暮らしに役立つ 豆知識をシェアします **ECO** ライフ スタイル

春のカラダに





愛のはじまり

愛のはじまりは

自分の体に関心をもつことからです。 あなたの手を 見つめてみてください。 「私の手はきれいだな」 「がんばってるね。お疲れさま」 と愛しい気持ちで眺めてみます。 見ているところに エネルギーが集まります。 愛は遠くにあるのではありません。 自分の体に関心をもつことから はじめてみましょう。

一指 李承憲