



月刊 Earth Citizens 地球市民

2025
10月号

No.094

発行：一般社団法人 Earth Citizens Organization

〒517-0501三重県志摩市阿児町橋方3189-1



earthcitizen.jp



「できるできる!」の 声が広がる学童クラブ

奈良県で子どもと関わる仕事をしながら、子どもたちに元気を届ける活動を続けている地球市民・新川祥子さんを紹介します。

「子どもたちを元気にしたい」という思いを持ちながらも、どう伝えればよいのか分からずに悩んでいたという新川さん。人前に立つことも苦手でしたが、少しずつ機会をいただく中で、今ではワクワクした気持ちで活動に臨めるようになったそうです。この夏は、一人では何もでき



ないではなく、みんなで作りに上げることの大きさを実感しました」と振り返ります。

活動の中では、ブレイン体操やダンスで元気いっぱい体を動かす子どもたちの姿に感動。最初は戸惑っていた子も、「できるできる!」と笑顔で声をかけると、いつの間にか体が自然に動き出し、笑顔が返ってくるのだそうです。

また、瞑想の時間では「自分にありがとう」「家族にありがとう」と声に出しながら、静かに自分とつながる子どもたちの姿に胸を打たれました。「時間が止まったかのように、その空間全体が穏やかなエネルギーに包まれる瞬間に立ち会えることが幸せです」と語ります。

さらに、絵本や地球のお話、地球気功を通して、子どもたちは地球を感じながら一緒に動きます。同じ空間



新川 祥子さん

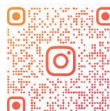
でひとつになれる体験は、「ここから共生の社会が始まる」と新川さんに確信を与えてくれたそうです。

ワークショップ後のアンケートには、「協力できて楽しかった」「お友達と一緒にできてうれしかった」といった声が寄せられ、地球を大切に思う気持ちが子どもたちの中に育っていることが伝わってきました。

「子どもたちの瞳がキラキラと輝く瞬間を描きながら、仲間と共に活動できることが本当に幸せです」新川さんの言葉からは、子どもたちを思う熱い心と、仲間と共に歩む力強さが伝わってきました。小さな瞳の輝きが、未来の地球を照らす光になる——そんな場を支える新川さんをはじめ、仲間の地球市民さんたちの今後の活躍に期待し、心から応援しています。

ベンジャミン レポート

by 日本ベンジャミン人間性英才学校



これまでの活動の記録はInstagramで発信していますので、ぜひご覧ください



「地球を明るくし隊同好会」100人に広げよう」を立ち上げ、活動している卒業生たち。毎月、大学の同級生や街に出て町の人に参加を募りながらクリーンアップの活動を続けて、ついに9月に50人の目標を達成したそうです。多くの方からの応援が力となり、これから100人に向けてさらにパワー全開で活動していきます。みなさまもぜひ、応援お願いします。

赤とんぼ～小さな秋を大切に～
作：みかづき

あつ、赤とんぼ!!
やっ、秋かな?
鮮やかな赤色が
きれいだね。

知ってる?
赤とんぼってね、
黄色から赤色に
色が変わるんだ。

へえ、すごいね。
色が変わるなんて、
七変化!!

黄色や
オレンジ色。
赤色に変わる。

ゆうやけ
こやけーの
あかとんぼー
さあ、さあ、
小さな秋を
大切に
したいね。

おわれー
みだのーはー
いつのーひーか?

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**

新聞紙で作る
非常用のお皿

災害時やアウトドアで役立つ「新聞紙のお皿」
をご存じですか? 身近にある新聞紙を折るだ
けで、食器がなくても使える「非常用のお皿」
になります。洗いの水も不要なので、防災だ
けでなくエコな暮らしにもつながります。

1 新聞紙を半分に折る
2 輪の部分を下にして
両端から中央に三角に折る
3 上下を返して、下から
1枚だけ3分の1折る
4 そのままぐるぐると
2回折る
5 裏返して左右を
中心に折る
6 下の端左右を
三角に折る
7 下から折り返しまでの
3分の1を折る
8 そのままぐるぐると
2回折る
9 ひっくり返して
下の三角を上を折り
返し部分まで折る
10 そのまま半分に
折り上げる
11 上の折り返し部分に
追った下の部分を入れる
12 入れたところ
13 折り返し部分を
広げる
14 両端を三角に折る
15 三角の角を折って
折り返しの中に入れる
16 左右の折り返し部分を折って
皿の底を整えて完成

キッチンポリ袋や
ラップをかけて
お使いください

ステップとピッカーマンと一緒に♪
①時間に①分間運動しよう
地球市民1分運動

今月のおすすめ
#ブレインフォン
ダンスチャレンジ

笑顔と
エネルギーが
広がります!

脳と体を楽しく動かしながら
自分の内なるカール・ブレインフォンを
ONにするダンスをみんなで踊ろう!

親子で! 友達と! 学校や地域のみんなでチャレンジ!
ハッシュタグをつけてシェアしてね

#ブレインフォンダンスチャレンジ
#地球市民
#ブレインフォン

YouTube
Instagram
TikTok

内なる道標

世界のざわめきの中でも
あなたには無限の可能性につながる
ブレインフォンがあります。
それをオンにし
心を内側へ向けてください。
思考が静まると、内なるGPSが起動し
創造力が高まり、道が開けます。

一指 李承憲