Earth Citizens Organization
月刊 Earth Citizens 地球市民
2026 11月号 No.107
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
earthcitizen.jp

踊って、笑って、地域に貢献！「ええじゃんか祭り」で地球市民活動

10月17日、三重県志摩市で開催された「ええじゃんか祭り」に、一般社団法人Earth Citizens Organization（ＥＣＯ）や日本・韓国のベンジャミン人間性英才学校の生徒たちが参加し、地域の皆さんとの交流を深めました。

志摩市美化パートナー事業の活動団体であるＥＣＯは、日韓のベンジャミン学校の生徒たちとともに、約30名で会場のクリーンアップ活動を実施しました。来場者に声をかけながら清掃を進めると、自らゴミを持ってきてくださる方もいて、地域の皆さんの温かい協力が感じられる活動となりました。







お祭りのステージでは、志摩市のＥＣＯ地球市民研修センターを拠点に活動する天神武芸芸術団の皆さんが、我理朗（アリラン）ダンスをレクチャー。熱心に動きを覚える方や、楽しそうに踊る子どもたちの姿が見られ、会場は笑顔に包まれました。

また、日本ベンジャミン人間性英才学校のメンター2名が浴衣ファッションショーに出演し、学校の活動を紹介。さらに、日韓の生徒たちがベンジャミン気功、ベンジャミンＨＳＰ12段、我理朗ダンスを披露し、お祭りを盛り上げました。





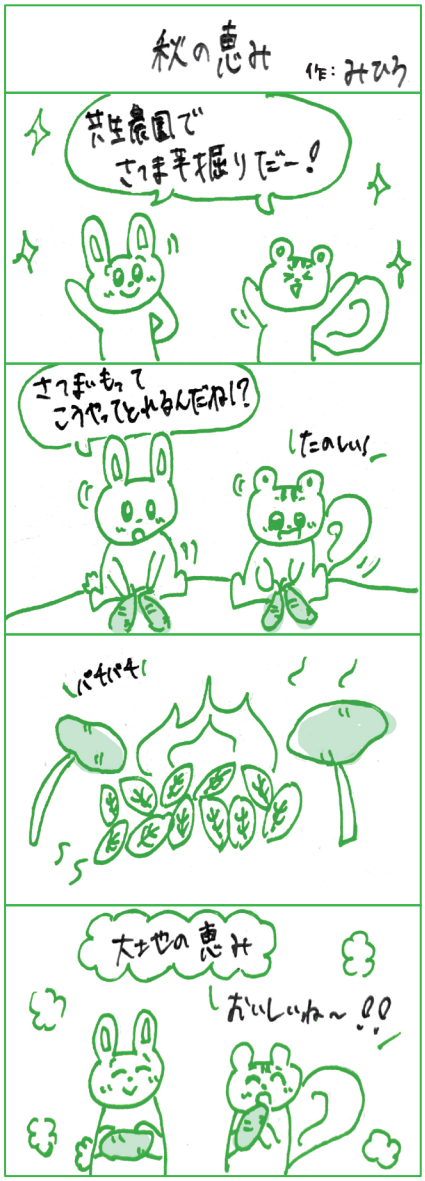
「ええじゃんか総踊り」では、生徒たちも地域の皆さんと一緒に踊りの輪に参加。国や世代を超えて同じ踊りを楽しみ、心を通わせる貴重な時間となりました。

会場では、天神武芸芸術団による「懸垂チャレンジ」も開催。地域の皆さんの健康意識を高めることを目的としたこの企画には、延べ123名が参加し、特に子どもたちに大人気となりました。

祭りの終了後には、日韓のベンジャミン学校の生徒たちと天神武芸芸術団の皆さんが、恒例のクリーンアップを実施しました。

「自分だけでなく、地域や社会のために行動する」ベンジャミン学校が大切にする地球市民の精神を、清掃活動や文化交流を通して実践した一日。志摩市の皆さんとのふれあいを通じて、国境や世代を超えた地球市民の輪が広がりました。



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

10月16日～18日、三重県志摩市で、日本と韓国のベンジャミン人間性英才学校の生徒たちによる合同ワークショップが開催されました。

「Quantum Jump! 地球経営で未来創造」をテーマに、海でのブレインスポーツや文化交流など、さまざまなプログラムを通して親睦を深めました。

言葉や文化の違いを越えて、ともに笑い、協力しながら新しいことに挑戦した3日間。互いの個性や文化を尊重し、心を通わせる貴重な経験となりました。

今回の交流を通して育まれた友情が、国境を越えてつながり、ともに地球の未来を創る一歩となりました。

YouTubeで様子をご覧いただけます

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

心も体もリフレッシュ

「風池」のツボ

秋が深まり、朝晩の冷え込みが気になる季節。寒さや長時間のスマートフォン・パソコンの使用で、首や肩がこわばっていませんか？

そんなときにおすすめなのが、首の後ろにある「風池（ふうち）」というツボです。

風池は、後頭部の髪の生え際付近、首の中央にある太い筋肉の外側のくぼみに位置するツボ。東洋医学では、頭痛や目の疲れ、首・肩のこりなどに用いられています。

ゆっくり息を吐きながら、心地よいと感じる程度の強さで5秒ほどやさしく押します。強く押しすぎず、リラックスしながら行うのがポイントです。



ストレッピ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

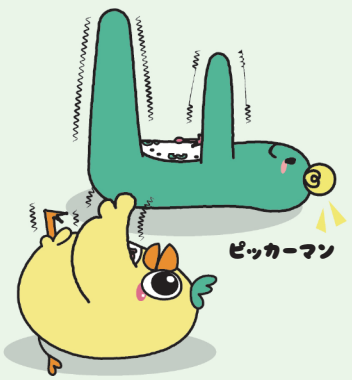
毛管運動

1 仰向けになり、手足を持ち上げます。

2 そのまま、力を抜いた状態で振ります。

Point
自分の体力と体の状態にあわせて、振動の時間を徐々に増やしていきます。1分間振って休みます。それを3～5回繰り返します。

▶動画で見る



天命

天命を知ることが大事です。
人がこの世に人間として生まれても
人生の目的やビジョンがなければ
さまざまな煩悩や妄想の中でさまよいます。
「志」というのは、それほど大事なものです。
志がまさに、その人の魂なのです。
魂が生きているとき
その人からは光と香りが放たれます。

一指 李承憲