

ちぐさ



CHIGUSA

戸板女子短期大学同窓会千草会

Vol.65

校訓

知 好 樂

子曰く

之を知る者は
之を好む者に如かず
之を好む者は
之を楽しむ者に如かず

論語（雍也第六）

校訓 知 好 樂

ものごとはすべて対象を「知る」ことから始まる。「知ること」によって「好き」になれる。対象を知って好きになり、はじめて人は「楽しみ」ながらその本質をつかむことができる。

『戸板学園百周年記念誌』より

CHIGUSA

Vol.
65

ちぐさ

戸板女子短期大学同窓会千草会

目 次

表紙絵 鎌倉彫

「陽春（はなみずき）」

表紙（2）校訓 知好楽

生活科11回

吉岡 光子

表紙

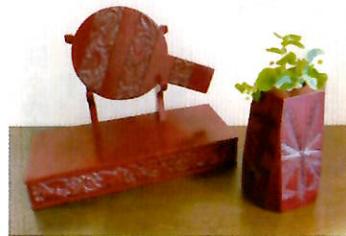


鎌倉彫

額「陽春（はなみずき）」

朱蒔漆塗

裏表紙



姫鏡台・花器

乾口塗（鎌倉彫特有の色）

花器：角材の面をカットして変型

鎌倉彫は木製の材料に文様を彫り、その上に漆を塗る木彫漆塗の工芸品です。

起源は、鎌倉に幕府が開かれ寺院が多く建立され、仏師たちにより仏像も造られ、付随して仏器・仏具も作製されました。

また、仏師の副業として中国（宋）伝来の彫漆香合（紅花緑葉）の技法を模した木彫漆塗の茶器、道具類が造られ始めたと伝えられています。

仕上げ上塗りの種類は、堆紅、堆鳥、弁柄、朱蒔、乾口等があります。

鎌倉彫は什器（盆、椀、茶托、菓子器）のイメージがありますが、最近は壁面を飾る大きな額、立体オブジェ、生活を楽しむ装飾品が多く作られています。

鎌倉彫教授師範

刀華会 吉岡晃山

人物紹介

6 自分と仲良くなる

被服科41回 秋葉 美香

7 東京製菓学校 和菓子科

食物栄養科8回 鹿島 青夏

8 自分は何のために○○するの？

国際コミュニケーション学科8回 小原 光希

広がる輪

9 お便りコーナー

生活科44回 東條佐和子

八王子校舎への想い

新名真実子

2020年

高橋 愛

コロナ禍での営業

10 支部紹介

11 戸板栄養士会だより

かんたんレシピ

12 ひとり分の楽々ごはん Vol.3

食物栄養科5回 井上 廉子

学園だより

13 学生生活

15 TOITA Fes 2020 終えて

16 保健室からエール

看護師・保健師 小泉 延子

会務報告

17 行事報告・会計報告・奨学生

20 悼む・永眠者

表紙（3）入試・広報部からのお知らせ



千草会会長
小林 操子

ご挨拶



千草会会員の皆様には、お変わりなく健やかにお過ごしであります。お伺い申し上げます。平素は同窓会千草会のためにご支援・ご協力を賜りまして御礼申し上げま

昨年は年始めより新型コロナウイルスの感染拡大により、今まで経験したことのない生活を強いられました。世界中がこの新たなウイルスに翻弄され、多くの死者と感染者を数えました。四月には緊急事態宣言が出され自粛生活が続きました。国を跨ぐ移動は当然のこと、不要不急の外出も制限され、経済的なダメージや日常生活などあらゆる面で大きな影響が出ていました。

同窓会の活動も思うようにはいかず、幹事会は書類を郵送し、決算や予算など運営上大切な議案の検討と賛否のお願いをしました。常任幹事会はメール会議を中心必要最低限度の議案で進めました。また、「ちぐさ」六十五号はページ数を減らし発行することに致し

ました。そのような状況下でも皆様のご協力をいただき、どうにか今年度の行事予定を一つ一つ済ませていくことができましたことに、深く感謝いたします。

数年前から計画をしておりましたホームページのリニューアルは、学生部のご協力をいただき完了することができました。内容は①千草会について②歴史・資料寄贈品③総会・支部紹介④活動とお願い⑤変更申請・問い合わせの五項目となっております。新たに設けた歴史・資料寄贈品のページでは、戦前の裁縫学校時代の卒業生からの寄贈品や収蔵品などを、時間を空けて少しづつ紹介していくます。また、氏名の改正や住所変更、ご意見なども簡単にお伺いすることができます。アクセスは戸板短大のホームページから入ることができますので、是非一度ご覧いただきたいと存じます。

さて、私事ではございますが、緊急事態宣言中の自粛生活ではご多分に漏れず家の片付けや手芸を

したり、本を読んだりして過ごしました。いくつかの旅のアルバイトを眺め直したのも、時間を持ってあましてのことでした。

なかでも一昨年の夏に訪れた中央アジアのウズベキスタンは、シルクロードに興味を持つ私にとって特別な旅でした。青の都サマルカンドや古都ヒヴァやブハラなどは、シルクロードにおける文明の交差点として今にその繁栄を伝えておりました。

タシケントでは第二次世界大戦後ロシアの捕虜としてウズベキスタンでナヴァイ劇場などの建設に携わり、彼の地で亡くなった日本人抑留者の墓地へも訪れました。ツアードのお一人がハーモニカで「故郷」を奏でたときは、戦争の惨めさと遠い異国之地で亡くなる無念さを思い、涙がとまりませんでした。歴史の重みと深さを実感した貴重な旅になりました。

新型コロナウイルスの影響で海外旅行には出かけられそうにない日々は続きますが、好奇心を満た

旅と同じように好奇心を満たしてくれるものに「本」があります。幸いにして同窓会室は学校内にあり、図書館を利用させていただけます。図書館は、新刊書もいち早く読むことができてあります。また、司書さんが推薦して下さる本も率先して読みます。読んだ本の内容は忘れる部分も多いのですが、人生における糧となるときもあります。また、自肃生活での閉塞感のなか、違う世界に導き出し心を満たしてくれました。本は旅と同じように私の生活のなかで大切な一部です。

昨年の『ちぐさ』六十四号に夏の東京オリンピックを楽しみにしていると書きました。未だ新型コロナウイルスの影響で開催が危ぶまれております。今は世界がこのコロナウイルスに打ち勝ち、一日も早く収束することを心より祈るばかりです。

令和四年には戸板学園創立二〇周年を迎えます。千草会では同窓生の集いの場として総会の開催を検討しております。次号では詳しくお知らせできると存じます。

これからも同窓会千草会の発展のため、ご指導、ご鞭撻を宜しくお願い申し上げます。皆様の日々の生活が穏やかありますことを願っております。



学長 小林 千春

コロナ禍を乗り越え 一一九年の歴史を 繋ぐために



千草会の皆様、平素より本学の教育に、ご理解、ご支援をいただき厚く御礼申し上げます。また、新型コロナウイルス感染拡大に不安な毎日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。さて、誰も予想のできなかつたこの新型コロナウイルス感染拡大は、世界中のグローバル化の流れをとめ、それどころか国内にいる家族の元への帰省さえも控えなければならぬよう断絶、そして私たちの心に大きな不安や孤独をもたらしています。これまで当たり前だつたことが当たり前にできなくなり、常に不安に怯えながらの厳しい日常生活を余儀なくされています。

本学も、今年度は多くの高等教育機関同様、感染状況により四月の入学式を行うことができませんでした。本学への入学を心待ちにしていた新入生や保護者の皆様の気持ちを想うと胸が痛みました。前期は急遽オンライン授業に切り替え授業を行いましたが、教員にとつては初めての経験で、軌道に乗るまで大変な苦労がありました。学生のご家庭に対しても、オン

ライン授業のための通信環境整備の助けになればと、全学生に対し五万円の補助金の支給を決定しました。また、授業を円滑に各学生に届けるために「オンライン推進チーム」という教職員で組織したメンバー、助手、助手補の力で、四月から一部の授業を皮切りに五月初旬には、すべての授業がオンラインで開講することができました。そして七月には、予定通り前期の授業を終えることができました。

夏季休暇中も、国内の感染状況を注視しながら、密状態になることを避け、感染対策を施しながらなんとかして対面授業ができるかを模索しました。結果として、学籍番号の末尾から学生を半分に分け、半数が登校し通常の形で授業を受け、半数は各家庭でオンライン授業を受けるという、ハイブリッド型を採用しようという結論に至りました。中には、ご家庭の環境で、通学中の感染リスクは回避したいという学生もあり、その学生たちにはオンライン授業を受ける許可を出しました。前期の授業の中で、特に一年生たちから、

「大学に行つて授業を受けたい」、「クラスメートと会いたい」という思いをひしひしと感じております。一例として今年度が始まったときは、久しぶりに笑顔いっぱいの学生たちと会えて本当に嬉しく存じました。しかし、ながら十一月に入り、東京の感染者が五百人を超えた、感染の第三波が襲つてきて、今後の感染状況が心配ですが、何とか後期もこのハイブリッド型授業が無事遂行できることを願っております。

学生募集に関しますと、当然のことながら、オープニングキャンパスも通常通りの開催はできず、オンラインあるいは、予約制にして人数を縮小しての開催になります。

多くの短期大学が学生募集に苦慮している中、本学は今年も総合型選抜（旧AO入試）、推薦型選抜も順調で、定員を十分に確保できましたこと、教職員の努力の賜物と感謝しております。年々、ますます優秀な学生が多く入学してくれるようになり、私が学長職を拝命してから目指している、「戸板ブランド」が着々と築かれてい

ることを感じ、何としてでもこの流れを止めないようにとの思いで一杯です。コロナ禍でもできることが探していく姿勢が大切であると私は考えています。学生たちが人生の宝となる「知識」のためにしっかりと学ぶことができるよう、そしてかけがえのない友情を育みながら成長できるように、教職員一丸となってあらゆる機会の提供をしています。一例として今年度は、十一月十五日にTOITA Fes 2020をオンラインで開催しました。密にならないよう感染対策を万全に施し、実行委員の学生と当日戸板ホールでパフォーマンスをする学生以外はすべて自宅等で、オンラインで視聴する新たな形の大学祭です。キラキラした学生たちの姿を広く学内外に配信できたこと、参加した学生たちの心に搖るぎない自信と思い出を残せたことが何よりの収穫であつたと感じております。

最後になりますが、この目に見えないウイルスとの闘いが早く収束し、かつての平穏な日々が訪れることがあります。千草会の皆様、どうぞくれぐれも感染に注意し、お健やかな日々をお過ごしくださいますよう、そして、今後とも母校の発展のため



食物栄養科 深教授
橋詰 和慶



同窓会の今日的意義

一〇一二〇年度が過ぎようとしている。コロナ情勢は収まる兆しがない。多人数が集まることが難しくなり、オンラインの学会大会はごく普通になってきた。SNSの発達により、気軽に距離を感じさせない交流がより一層、広まっている。

自分が二十代の頃、異なる世代、上の世代と交流することに積極的でなかつた。昭和が遠くなるにつ

れ、明治どころか大正生まれの方もいなくなり、お話しする機会を逸してしまつた自分を悔む。今まである。現代はまさに未曾有の、前例のない、想定外での形容できる災害・事件が珍しくない時代である。ただ、歴史をたどれば、規模に違いはあるても、質的に似たようなことが周期的に起こつていた事例が見えてきて教訓になる。いわゆるスペイン風邪（本来はスペイン・インフルエンザ）はその典

型だ。ほぼ同時期に起つた関東大震災のことは聞く機会があつただけに残念だ。当時、ご老人と言えば、震災、大戦と二度に亘つて東京が焦土と化したこと、震災が具体的な内容を伺つておくべきであつた。振り返るに自分が子どもの頃は、外から帰つたら手足を洗う、食事中は必要以上にしゃべらないと言われる機会が多かつた。

スペイン風邪以来の生活の知恵だつたのであろうか。

最近は滅多に会えなくなつた老親に思い出話を言う機会があつても、当時教えてくれたはずの当人、兄弟までもが話の内容を覚えていない事例が出てきた。会いにくい今こそ、昔のことを早いうちに聞いておこうという気持ちがつのるばかりである。話す機会はもう限られている。

自分は過去のこと振り返る性分もあつてか、小学校から大学院まで代々の同期会活動、さらに、

サークル・研究室に至つては年代を越えた同窓会活動に多く関わってきた。久しぶりに再会した方々が自分の思ひぬ、時には恥ずかしい不都合な側面を様々、覚えているのを知るのが、通常とは異なる感度の鏡で自分を見る気がして大変、刺激的で、再会することの樂しみの一つである。これは恐らく、直接、対面した空気感があつてこそ可能になることだろう。

しかしながら、個人情報が騒がれるようになり、あらゆるところで名簿がなくなってきた。SNSはそれらの穴を埋める媒体にはなつてはいるが、自分と年代が離れた方々との同窓会活動は日々、難しくなつていくばかりである。年賀状は辛うじて人とのつながりを保つてほしいと思う。

時間は有限である。取り戻すことはできない。ではあるが、今まで名教訓となる話題は多く残されている。スペイン風邪は三年にも亘つた。ただ、他の災害と異なり、収束と共に短期間に忘れ去られてしまう。社会になるかはわからないが、惨禍が風景として残るわけではない。社会になることを願つており、同窓会活動を応援したい。

當費全体に占める郵送代・刊行物印刷代の負担割合が多くなっているという噂を耳にする。利用できる人については刊行物を電子配信で希望者については済むようにすれば、SNSでは困難な世代を越えた方々との交流を同窓会には、厳しい情勢の中、絶やさないで保つてほしいと思う。



国際コミュニケーション学科准教授

木内 伸樹

人生の一ページを過ごしました

国際コミュニケーション学科の木内伸樹と申します。この度は同窓会誌『ちぐさ』への執筆の機会をいただき、ありがとうございます。本学では二〇一一年四月より非常勤講師として「観光学」「ホテル・ツーリズムスタディ」「国際関係論」などを担当し、二〇一九年四月より本学の専任となりました。それまでは大学卒業後二十七年間、英国の航空会社で主に客室乗務員スーパーバイザーとして日本（ロンドン）間を乗務しておりました。人生初めての転職先として本学にご縁をいただきました。専任としては二年目となります。が、十年近く本学のある芝地区に通つております。研究の専門分野が観光地理、観光マーケティングのため、どこかに出かけると観光学の視点で見てしまうのですが、卒業生の皆様も通われた本学周辺も研究分野の視点からみると非常に興味深い場所です。芝地区にある愛宕山がある一方で、二十三区の愛宕山がある一方で、二十三区は、港区の北東に位置し、自然の山では二十三区最高峰となる標高二十五・七m

内地最も標高が低い海拔〇・〇八m地点となっている浜松町駅前ガード付近も芝地区に位置し、台地と低地が混在していて、その境内には数多くの坂がある区内でも起伏に富んだ地区です。江戸時代には多数の大名屋敷や旗本屋敷もあり、江戸の薩摩屋敷は上屋敷・中屋敷・蔵屋敷などがありました。篤姫も二年余りをこの地で過ごし、江戸城に興入れをしたと言われています。江戸幕府の菩提寺である増上寺も立地して、江戸一の展望台と言われた愛宕神社や大久保家上屋敷であつた旧芝離宮恩賜庭園など多くの神社仏閣や歴史的建造物など今でも数多く残されています。

から共存しているのも特徴です。現在も世界各国の大使館が数多く点在しています。東京のランドマークとして親しまれている「東京タワー」や都会の憩いの場としての「芝公園」もあり、本学周辺はまち歩きしていくと新旧の観光スポットと様々な文化が交差する、とても楽しい場所です。虎ノ門エリアでは車線とゆとりある歩行者空間と街路樹が整備された街づくりも進行中で、まち歩きやすい環境も整っています。

このように港区は近年大きく変貌しており、周りを見回すと再開発が急ピッチで進められています。虎ノ門エリアは再開発により新たな街の整備と街づくりがおこなわれ、エリアを象徴する「虎ノ門ヒルズ」が開業し、新駅も誕生する予定です。虎ノ門・麻布台プロジェクトも進行中で、緑とウエルネスをテーマに自然と調和した環境の中で、医療施設を核として人間らしく生きられる新たなコ

が建設中です。東京ベイエリアの竹芝周辺は、デジタル×コンテンツの産業拠点を形成させ、最先端テクノロジーのエリアとしての開発が進み、大手IT企業も参入し、数年後にはお台場、浅草などを船で結ぶ交通インフラの計画も進んでいます。このような様々な顔を持つ魅力の詰まつた母校周辺を訪れてみてはいかがでしょうか。地方にお住まいの方も羽田空港から電車やモノレールを利用すれば、乗り換えることなく約二十分で訪れることができます。変貌を遂げている近代的な風景の中にも、昔ながらの懐かしい風景も混在して、学生時代を過ごしたゆかりのある場所を散策してみると、懐かしい風景から忘れていた出来事や思い出が膨らみ、楽しい学生時代の記憶がどんどん広がっていくと思います。

自分と仲良くなる

被服科41回

秋葉 美香



戸板女子短期大学在学中に、エアロビクスインストラクター資格取得と同時に、インストラクターの活動を開始。卒業後、フリー・エアロビクス＆ウォーターエアロビクスインストラクターとなりました。その頃経済はバブル崩壊初期、世の中はまだ派手な社会で、エアロビクス受講者も多く、夜遅い時間までレッスンをすることもありました。その後結婚、妊娠、出産を機に一旦休業、その間にフィットネス業界は派手な動的エクササイズから静的なエクササイズに移り変わり、日本に第二次ヨガブームが再来。

有難いことに「現場復帰」の声がかかり、ヨガを短期集中で学び、子どもを預けられる時間で現場復帰しましたが、続いているうちにヨガの考え方方に少しずつ疑問を持つようになります。そんな時ブリーディングストレッチに出会いました。ブリーディングストレッチは別名「メディカルストレッチ」と呼ばれています。

一般的に、ストレッチ＝筋肉を伸ばすと認識されていますが、ブリーディングストレッチは筋肉元の長さに戻すことを目的にしています。例えば、健康診断で若い頃より身長が縮んだと耳にしますが、筋肉の短縮を放置していると起こる現象の一つです。そのままにしていると骨の隙間は狭くなっています。神経を圧迫し、痛みやしびれ、

内臓諸器官のトラブルを招きます。女性なら気になるお腹周り、顔のたるみ、女性特有の不調も筋肉を元の長さに戻さず放置していたツケとも言えます。三十代なら少しの手直しで済みます。四十代前半あたりから現れ始める「プチ更年期」で手直しの速度を遅くさせます（人によっては、プチ更年期は三十代半ばとも言われています）。さらに五十代後半からは気力と労力が必要です。

このように、今、私が行っているブリーディングストレッチは筋肉を伸ばすことが目的ではなく、筋肉を元の状態に導くストレッチで、若いときの快適な筋肉の長さに戻すストレッチとも言えます。「快適だった時の身体に戻りたい」そういう気持ちです。

現在、「ブリーディングストレッチYokohama」を主宰して、オンラインを含むレッスンを行っています。千草会の皆様にもぜひ一度、ブリーディングストレッチを体験していただけたらと思います。



う思つたなら、ぜひ自分の身体を勞わってあげてください。

女性は占いが好きで何かを決め

る時、不安になつた時、ついつい人や占いに頼つてしまいますが、自分の心と身体に向き合い仲良く

なれば人に頼らなくても、何をするべき良いのか分かるそうです。私はそうなりたく、日々ストレッチを介して自分と向き合っています。

ストレッチは自分と身体が仲良くなるツールになるだろうと思つて

東京製菓学校 和菓子科

食物栄養科8回

鹿島 青夏



私は現在東京製菓学校という専門学校で和菓子科の教師をしていきます。私は小さい頃から料理を作ることに興味があり、家族に食事を作ることが好きで、調理師の免許が取得できる高校に進学しました。なぜ和菓子を選択したかといふと、そこで東京製菓学校の先生に出会い、和菓子に触れ、和菓子作りを学び、和菓子を作る楽しみを知ったからです。

進路を考えた時に和菓子の専門学校に進みたかったのですが、当時和菓子の世界は男性社会で女性である私が和菓子職人になることを両親に賛成してもらえず、栄養士の資格が取れる戸板女子短期大学に進学することを決めました。それでも和菓子の道へ進みたいという思いは続き、戸板女子短期大学を卒業することを条件に、両親を説得して和菓子の専門学校に入学しました。卒業後、埼玉にある「菓匠 花見」で和菓子職人として5年間働き、その後、卒業をした東京製菓学校の教師になり、現在に至ります。

和菓子作りは繊細な作業も多く、不器用な人はできないと思われる方が多いかもしれません、実際はそんなことはありません。努力繰り返し作ることの大切さをいつも思っています。時間を無駄にせず、次第でどのようになると私は

も学生に伝えています。それは私自身、学生の時にもっと時間を作り活用していたらと今更ながら思うからです。

また最近、和菓子科に進学する女性が増えてきています。私が通っていた頃は、女性は男性の三割くらいでしたが、今は女性が多い学年もあります。しかし、まだ働く環境は男性中心であり、例えば、女性用の更衣室が完備されていないところもあります。和菓子作りは力仕事もあり、男性に比べると力がない女性が、男性と一緒に働くことは大変です。男性社会でも渡りあえる精神力、力仕事もこなせる体力、筋力を自分の体験をもとに精神力、体力、筋力をつけることの大切さを教えています。

また働く上で必要なことは、基本的な挨拶、返事、相手への気遣いです。その三つができると気持ちよく働くことができると思います。働くということは、想像以上に大変です。相手への気遣いができるることで自分の気持ちに余裕ができ、楽しく仕事をすることができます。日常の心得として、学生にそのことを話していますが、理解できる学生は少ないです。社会に出てふとした時に思い出して気づいてくれると嬉しいです。

近年和菓子業界も女性の進出が目立ってきてます。それでも長

く続けられる人は少ないのが現状です。一人でも多くの女性が長く楽しんで続けられるよう、できる限り力になりたいです。



自分は何のために○○するの?

国際コミュニケーション学科8回

小原 光希



はじめに、在学中にお世話をになりました諸先生方に、この場をお借りして御礼を申し上げます。また、このような機会をいただき感謝申し上げます。

私は二〇一一年度の卒業生です。国際コミュニケーション学科を卒業し、アパレルの販売員を九年経て、現在はファッショントレーニング専門の人材コンサルティング会社にて人材紹介の営業の仕事をしております。

今の仕事に転職してからもう少しで一年になりますが、アパレル販売員から営業職への転職は、求職者様やクライアント様から珍しがられています。またアパレル販売員の方が転職で悩まれていることが多いのに気付きました。

転職希望の方の仕事への悩み相談を聞くなか、手段が目標や目的化していることを多く感じました。手段の目的化は、実際に私自身、第三者から注意を受けたりしないと、気付けないことが多いと感じております。

私が現在進行形で上司によく注意されることは、「小原さん、また手段が目的化してるよ!」です。手段の目的化とは、本来の目的を達成するための単なる手段であつたものが、いっしょに目標や目的化にすり替わってしまうことです。また、それにより本来の目的からズれてしまふだけでなく、そもそもその目的達成を阻害することすら起きてしまいます。私の悪い癖を例に出すと、案件獲得の為に一日テレアポを最低五十件やろうとう目標を立てたが、いっしょにテレアポを五十件達成しようという目標に変わってしまい、単に数をこなすだけになり、テレアポの精度が落ちてしまう。結果、当初の目的であった案件獲得はできないままという状況になります。まさに、手段の目的化の典型的な例だと思います。

卒業から現在に至るまでの、仕事の中で気付いたシンプルな考え方、「何のために○○するの?」について、私なりの考え方を書いていきたいと思います。

現在、コロナウイルス感染拡大等で世界が加速度的に変化を求められているなか、頭の中をよりシンプルに整理して生きていくたい

と思つております。

私が現在進行形で上司によく注

で、常に自分自身に「なぜ、それをするのか?」を問うことです。

特に、日々の仕事において、自分が立てた目標には「なぜ、何のために立てた目標か?」を常に明確にしておき、上司からの指示も「なぜ、それをするのか?」が分からなければ確認することです。これらを意識するだけで、日々の仕事や生活が一気にシンプル化できると思います。



八王子校舎への想い

生活科四十四回

東條 佐和子

私は卒業後、戸板女子短期大学に事務職員として勤め、食物栄養科（旧生活科）が港区の三田校舎に移転する二〇〇四年まで十四年間、八王子校舎に毎日通っていました。移転が決定した時は、長年通つた場所から離れる寂しさと新しい環境への不安を抱きつつも、当時は移転の準備に追われていて、校舎で思い出に浸るような時間は少なかつたと思います。その後、八王子校舎は短大で一部の施設を残し、校舎や体育館は近隣の大学に移りました。外観は変わらずに残つておりますので、たまに見かける校舎からは当時を懐かしむことができました。



外出自粛を呼びかけるニュースが流れ始めた昨年の春、久しぶりに八王子校舎の前を通りかかると満開に咲く桜の並木が続き、とても綺麗な風景でした。記念に撮影をしようとなづいてみると、残念なことに正門の先では工事が行われていて、校舎や給食実習室の建物は無く、大きな桜の木が一本残っているだけでした（短大の施設は現存しております）。私が通っていた頃から建物は老朽化が進み、いずれは無くなるものだとわかつておりますが、実際に瓦礫の山となつた校舎を目の前にすると、とても悲しい気持ちになりました。

私は現在、三田国際学園中学校・高等学校（旧戸板中学校・戸板女子高等学校）の職員として勤務しております。最近は少子化などの影響もあって、学校は統廃合や校名変更により学校の様子が変わることが増えてきましたが、今回の出来事を通して、改めて卒業生の母校に対する想いの深さと、学校が継続していくことの大切さを強く感じることができます。

これからも戸板学園が末永く存続し、発展することを心より祈念しております。私は現在、三田国際学園中学校・高等学校（旧戸板中学校・戸板女子高等学校）の職員として勤務しております。最近は少子化などの影響もあって、学校は統廃合や校名変更により学校の様子が変わることが増えてきましたが、今回の出来事を通して、改めて卒業生の母校に対する想いの深さと、学校が継続していくことの大切さを強く感じることができます。

今年度は、世界中で大勢の人が新型コロナウイルスの影響を受け、経済も危機的状況に陥りました。今もなお収束に向かっているとは言えず、余談を許さない状況です。それは、私たちの日々の生活体系も大きく変えてしまったように思います。特に子供たちにとっては、「学校に通つて学ぶ」いうことができなくなり、それまでの当たり前だった日常生活が一変しました。

我が家にも、小学生、中学生、高校生の息子がいますが、登校ができなくなりました。授業がリモートとなり、友だちとも会えず部活動も停止、ストレスが溜まつていたように思います。もちろん、子供たちだけではなく大人も、数々の制限によって心に負担がかかっていたと思います。でも、自粛によって、プラスに考えられることもありました。

私の場合は、息子たちとの会話が増えたことです。普段聞けない子供たちの心の声を聞かせてもらうことができ、貴重な時間を得られたように思います。子供たちの中では、三男の勉強を兄が見てくれたり、PCでの文書作成に慣れたり、また普段当たり前のようにやっていた部活動について、たつた一つの試合に出されることの有り難さを知つたり…。

二〇二〇年

英文科四十七回

新名 真実子



運動会や文化祭も制限される中、縮小され開催され、自分たちができる最高のものを作り上げようと努力しました。

当たり前が当たり前ではなくなった時でないと、こんな風に感じることや考えたりすることはできないので、学べたことも多々ありましたと思います。このような時代を耐え抜いた子供たちの誰もが、きっと生き抜く力を持った素晴らしい大人になっていくのではないかと思います。

感染症が落ち着き、早くまた皆が元通りの日常と笑顔を取り戻せる日が来ることを祈っています。

私は、小さな手芸店に勤めています。商店街の中の店舗なので、お客様は近所に住んでいる方が多く、入園・入学シーズンを除けば、普段はそんなに混雑することはありません。日頃は店長と従業員で、二人いれば対応できるくらいです。

しかし、昨年新型コロナウイルスが流行し始めると、一気に状況は変わりました。市販のマスクが不足すると布マスクの材料を求めるお客様が増え、狭い店内はすぐに混雑状態



運動会や文化祭も制限される中、縮小され開催され、自分たちができる最高のものを作り上げようと努力しました。

当たり前が当たり前ではなくなった時でないと、こんな風に感じることや考えたりすることはできないので、学べたことも多々ありましたと思います。このような時代を耐え抜いた子供たちの誰もが、きっと生き抜く力を持った素晴らしい大人になっていくのではないかと思います。

感染症が落ち着き、早くまた皆が元通りの日常と笑顔を取り戻せる日が来ることを祈っています。

感染症が落ち着き、早くまた皆が元通りの日常と笑顔を取り戻せる日が来ることを祈っています。

普段から混雑する期間は把握していましたので、在庫がまつたくなくなることはありませんでした。しかし、今回はいつまでこの状況が続くのか分からず、また自分自身も感染するのではないかという恐怖もありました。そんな中で「こんな大変な時に開けてくれてありがとうございます」と初めてお客様に言わされました。また「あなたたちもお身体に気をつけて」と言つてくださいたお客様もいました。布が入荷していないので謝ると「あなたのせいじやないから気にしないで」とやさしい言葉をかけてくれるお客様も多く、人の優しさに感謝することもありました。

コロナがいつ終息するかわからない状態ですが、たとえお店の在庫が余ってしまっても、いつか人々がマスクを必要としない生活に戻ることを願つております。

になりました。時短営業をしたり、従業員を

増やしたりして、お客様同士が三密にならないようしましたが、それも困難で電話の問い合わせも多く、対応に追われました。

手作りマスクに使われるガーゼやゴムはもちろん、他の布もみるみる在庫がなくなりました。その上問屋にも在庫がなく、入荷状況はまつたく未定でした。お客様には、店のあちこちに入荷状況を書いてお知らせしていましたが、クレームもたくさんありました。テ

レビでは連日手作りマスクを紹介していましたが、初心者のお客様が多く、作り方を説明したが、初心者のお客様が多く、作り方を説明し続けました。

普段から混雑する期間は把握していましたので、在庫がまつたくなくなることはありませんでした。しかし、今はいつまでこの状況が続くのか分からず、また自分自身も感染するのではないかという恐怖もありました。そんな中で「こんな大変な時に開けてくれてありがとうございます」と初めてお客様に言わされました。また「あなたたちもお身体に気をつけて」と言つてくださいたお客様もいました。布が入荷していないので謝ると「あなたのせいじやないから気にしないで」とやさしい言葉をかけてくれるお客様も多く、人の優しさに感謝することもありました。

千草会 支部紹介

支部名	支部長	卒業回数
北海道支部	大平 清美 (山下)	生活科 16回
福島県支部	加藤 啓子 (大和田)	生活科 27回
群馬県支部 (連絡先)事務局	北爪 隆江 (原田)	生活科 15回
	近藤二三枝 (武)	生活科 19回
栃木県支部	直井 和子 (関根)	生活科 18回
	飯島八壽子 (成田)	英文科 22回
北部九州支部	宮原トシ子 (鹿児島)	生活科 3回
	本田 悅子 (草野)	生活科 12回
宮崎県支部	江藤 博子 (佐藤)	生活科 18回
静岡県支部		

連絡をお取りになりたい方は、戸板女子短期大学同窓会事務室までご一報ください。



戸板栄養士会だより

会員の皆様、お元気でお過ごしでしょうか。令和二年度は、新型コロナウィルスの影響で、皆様の日々の生活やお仕事にも大きな変化ござ苦労があったのではないかでしょうか。戸板栄養士会の方も、令和元年度末から活動が思うようにできない状況が今も続いております。短大においても、前期はすべてオンライン授業、定期試験も実施できず、学生は登校できない状況でした。後期になり、オンライン授業と対面授業を混合させたハイブリッド授業で、学生は隔週で登校できるようになりました。しかし、学内での密を避けるため、学生や教職員以外が学内で活動することは難しく、戸板栄養士会も年間を通して、例年通りの活動はほぼ実施できない状況となりました。

このコロナ禍がいつ終息するのかもわからぬ状況で、今後の戸板栄養士会の運営をどうするのか、幹事や会員の方々から危惧する声も聞かれておりました。そこで戸板栄養士会幹事の皆様ともご相談し、半年間休止していた幹事をオンラインで行うこととし、十月より再開いたしました。会員の皆様へのご連絡やご報告が滞り、大変ご心配をおかけいたしました。

ここに、令和元年度末から令和二年度の活動をご報告いたします。

【総会・セミナー】

令和二年十一月十五日(日) 今年度戸板栄養士会総会ならびにセミナーを開催となりました。これまでの戸板栄養士会の活動のご紹介と、栄養士の仕事の魅力というテーマで、戸板を卒業後1~2年の意欲あふれる若手栄養士の方々にご登場いただきました。

【幹事会】

偶数月の第一月曜日を定例会議とし、幹事二十二

名で運営しております。

今年度は、四月～八月の幹事会は中止となりました。開催について、令和二年度戸板栄養士会の行事についてお知らせについて

第一回 令和二年十月五日(月)幹事会のオンライン開催について、令和二年度戸板栄養士会の

第二回 十二月七日(月)令和二年度総会、会員への行事についてお知らせについて

第三回 一月二十五日(月)総会について

第四回 三月中旬 総会打ち合わせ、次年度の戸板栄養士会について

【管理栄養士国家試験対策講座】

第一二十二回管理栄養士国家試験対策講座は、オンライン(動画配信)での開催となりました。十月から十二月に月ごとに二科目ずつ計六科目の講座を配信いたしました。講師は、現食物栄養科教員にて担当いたしました。

第三十三回管理栄養士国家試験合格者は五名でした。合格された皆様には、心よりお祝い申しあげます。平成十七年度より個人情報保護法の施行により合格者の個人名は発表されておりませんので、合格された方はぜひ戸板栄養士会までご一報ください。また、今後受験を予定されている皆様には、母校での「管理栄養士国家試験対策講座」のご参加を心よりお待ちしております。どうぞよろしくお願いいたします。

【その他】

勤務先・住所・氏名の変更などは必ずご連絡をお願いいたします。また、新しく栄養士業務に就かれた方も会員として登録いたしますので、左記までお知らせください。

〒一〇五一〇〇一四

東京都港区芝二二二十一一十七
戸板女子短期大学 戸板栄養士会

T E L ○三一三四五二一四一六一

Eメール eiyoshi@toita.ac.jp
ホームページ http://www.toita.ac.jp/eiyoshi/

をえていかざるを得ないところも多いかもしれません。しかし、今後も多くの会員の皆様とともに、有意義な活動をしていきたいという気持ちは変わりません。そのためには会員の皆様からのご意見が原動力となります。いつでも戸板栄養士会事務局までご意見・ご要望をお寄せください。
最後になりましたが、皆様のご健勝とご活躍を祈念いたします。

戸板栄養士会事務局 西山 良子

TOITA Fes You Tubeより 給食紹介

●中学校（冷凍食品不使用）

2018年度卒 堀田茉以さん



●保育園おやつ

2019年度卒 神邊ふたばさん



●保育園（小麦・乳製品不使用）

2018年度卒 石井菜々子さん





管理栄養士 井上 慶子
食物栄養科 5回

材料(1人分)

・鶏ひき肉	80g
・塩	少々
・玉葱	1/10個 (20g)
・みじん切り紅生姜	小さじ1
・溶き卵、かたくり粉	各小さじ1
◎こねぎ (小口切り)	1本
◎ごま油、塩	小さじ1、少々
・白ごま	少々
※手につける用のごま油	少々

作り方

- ① 鶏ひき肉と塩、みじん切りにした玉葱をボウルに入れしっかりと混ぜ合わせる。
- ② ①に紅生姜と溶き卵、かたくり粉を入れて混ぜ、8等分に分け手に油をつけて丸める。
- ③ アルミホイルに②をのせ、トースター（または魚焼きグリル）で裏表を返しながらじっくり10分ほど焼く。串に2個ずつ刺す。
- ④ 混ぜ合わせた◎の葱だれをつくねにのせて白ごまを散らす。

副菜 れんこんのピリ辛照り焼き

～薄力粉を薄くつけてから焼くのでたれがよく絡みます♪～



【栄養成分】 エネルギー 144kcal、たんぱく質 2.2 g
脂質 6.1 g、炭水化物 19.4 g
食物繊維総量 1.7 g、食塩相当量 1.0 g

ポイント!

コロナ禍の中、家で料理・食事をする人が増えたと思います。そこで今回は家にいながらお店気分が楽しめるような2品をご紹介します。どちらも汁気がないので、主食のおにぎりなどと一緒にお弁当にもオススメです♪ きちんと美味しく食べて疾病予防につなげましょう。

主菜

紅生姜がアクセント！葱だれ鶏つくね串

～串に刺せば気分は居酒屋♪紅生姜の風味と玉葱の食感がナイス！～



【栄養成分】 エネルギー 246kcal、たんぱく質 16.8 g
脂質 16.8 g、炭水化物 5.0 g
食物繊維総量 0.7 g、食塩相当量 1.1 g

材料(1人分)

・れんこん	1/2 節 (100g)
・薄力粉	大さじ 1/2
・油	大さじ 1/2
◎しょうゆ、みりん、水	各小さじ 1
◎砂糖	小さじ 1/2
・七味唐辛子	適量

作り方

- ① れんこんの皮をむき、1cm厚さに切る。表面の水気をペーパーなどでしっかりと、両面に薄く薄力粉をまぶす。
- ② 油を熱したフライパンに①を並べ、蓋をして裏表を返しながら10分ほどじっくり焼く。
- ③ 余分な油はふきとり、混ぜ合わせた◎を入れ煮詰めながらたれを絡める。七味唐辛子をふる。

学生生活

戸板が与えてくれたもの

服飾芸術科二年 図師 彩乃

私が服飾芸術科に入学し、二年が経過しようとしています。この二年間を三つの点から振り返りたいと思います。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、高校卒業後の進路を服飾の専門学校か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造形やファッショングビジネス関連の授業を幅広く学び、資格の取得にも挑戦して三つの資格（リテールマーケティング検定三級、色彩検定三級・二級、色彩活用パーソナルカラー検定三級）を取得することができ、それが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

次に「戸板で成長できたこと」です。

私は学生スタッフである「どいたん」として活動をしていました。高校生の時、オープンキャンパスに参加して「どいたん」の方々と接しているうちに、自分も入学できたら「どいたん」に参加したいと憧れています。

ただ私は人前で話すことや、初

うに、自分も入学できたら「ど

いたん」に参加したいと憧れています。



8階 廊下風景

戸板での成長

食物栄養科二年 長田 初希

私は短大に入学後、様々な活動に取り組みたいという思いが強く、ボランティア活動の戸板アンバサダーや学生図書委員会、横浜FC（サッカーリーグ）に所属しているアスリートの方に食事を提供するボボ活動などに進んで参加してきました。それから自信になりました。また、普段シャーでもありました。周りの「どいたん」たちが成長していく中で、自分の成長を感じることができず自信を失いかけました。

活動を続けていくうちに、ある高校生が葉書を持ってオープンキャンパスに来校し、「会いたかったです」と声をかけてくれました。その葉書は私が書いたものでした。この時は「どいたん」を続けて良かったと実感しました。悩んだこともあります。しかし、この活動は「相手に寄り添って考える」「自分らしいコミュニケーションの方法」など、

え、エスマードジャポンに進学する予定です。温かく接してくださる先生方や、活気の溢れる学生がいる戸板短大を選んで本当に良かつたと思っています。今後は戸板女子短期大学で学んだことを活かし、輝き続ける自分のために努力をしていきたいと思います。

横浜FCとのコラボ活動は毎年大変人気があり三十名もの応募者がいましたが、日頃の活動やその結果が認められ、五名の中の一人に選んでいただきました。アスリートの方に食事を作るといふ経験は今までになかったため、規定の栄養価にレシピを合わせることが難しく悩みましたが、選んでいた

始めて、「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、高校卒業後の進路を服飾の専門学校か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。学生生活では「公益法人 日本フラーデザイナー協会」のモデルや、来校した高校生の学校案内を務めたことが印象に残っています。この活動を通じ、何事にも積極的に取り組む大切さを学びました。

最後に「これからの自分」です。

私は戸板女子短期大学で、モノづく

りの楽しさや服飾造形に興味がある

ことに改めて気付き、卒業後はさら

に服飾造形を専門的に学びたいと考

えをしています。

私は戸板女子短期大学のオ

ープンキャンパスを運営する学生

広報スタッフです。キャンパスツ

アーや学科説明・体験授業などで、

学生ならではの視点から高校生を

案内します。

始めに「戸板で学んだこと」です。

私は裁縫などのモノづくりが好きで、

高校卒業後の進路を服飾の専門学校

か戸板女子短期大学かと迷っていました。しかし自分の可能性を広げる

ために、幅広く学びたいと思い、戸

板への進学を決定しました。二年間

の学びは、興味を持つていた服飾造

形やファッショングビジネス関連の授

業を幅広く学び、資格の取得にも挑

戦して三つの資格（リテールマーケ

ティング検定三級、色彩検定三級・

二級、色彩活用パーソナルカラー検

定三級）を取得することができます。これが自信にも繋がりました。

だいたい責任を果たすためチームメイトと話し合いを何度も行い、無事に終えることができました。この活動で、栄養士の仕事の大変さを知るとともに、やりがいを感じることができ、良い経験になりました。

また、他にも印象に残っている活動としては TOITA Fes 2020 の実行委員を務めたことです。私は、一年生の時から TOITA Fes 2019 実行委員を務め、一年生の実行委員六十名の中から次期副実行委員長に推薦していました。

二年生になつた時、担当役職の一
年生の取りまとめや実行委員長のサ
ポート、周りを見て手助けを行うな
ど副実行委員長としての役目を果た
し、コロナ禍での初のオンライン学
園祭をたくさんの仲間とともに成功
させることができました。

戸板での二年間は「責任感」と「積極性」を身につけることができたと感じています。何事にも積極的にチャレンジする気持ちを大切に、自分の仕事には最後まで責任を持ち行動する力を、今後は就職先で活かしていきたいと思います。

わたし色の一一年間

国際マーケティング学科二年

安田
璃海

私は戸板女子短期大学の一 年間で、本学だからこそできる経験や楽しい思い出を数多く作ることができました。特に、一年次の夏に奨学生として参加した短期留学が、私の中で一番記憶に残っています。

アメリカのカリリフォルニア大学リバーサイド校にて三週間、他国の留学生とともに授業やさまざまなアクティビティに参加しました。ホームステイ先のご夫婦と交わした日々の会話には、新しい発見や驚きが多くありました。以前日本で軍人として働いていたホストファーザーはその時の体験談を、大家族のホストマザー

ーは可愛らしいお孫さんや大手企業で活躍している息子さんたちについて、目を輝かせながら話してくれたのが印象的でした。また、憧れていた本場のディズニーランドを満喫できることもとても嬉しく、日本の友人には今でも自慢しながら話をしています。海外での学生生活は刺激に満ち溢れおり、留学中に体験したこと全てが学びとなりました。

大学での生活は、授業だけではなく英語を学べる機会が多くありました。特に、授業の空き時間に誰でも参加できるフリーカンバセーションでは、ネイティブの先生方と自由に英語で会話することができます。

日本には馴染みのないボードゲームをしたときには、それまであまり関わることのなかつた学生たちとも盛り上がり、打ち解けることができました。また、授業よりもネイティブの先生方との距離が近く、学生一人一人にしっかりと耳を傾けて話を聞いてくださるため、私の英会話力ではなかなかうまく伝えられないことも、時間をかけてゆっくりと言葉を選ぶことができました。その結果、英語で自分の気持ちを伝えることができたときには、何とも言えない達成感を得ることができます。



5階 エレベーターホール



7階 エレベーターホール

人には今でも自慢しながら話をしています。海外での学生生活は刺激に満ち溢れおり、留学中に体験したこと全てが学びとなりました。

大学での生活は、授業だけではなく英語を学べる機会が多くありました。特に、授業の空き時間に誰でも参加できるフリーカンバセーションでは、ネイティブの先生方と自由に英語で会話することができます。

日本には馴染みのないボードゲームをしたときには、それまであまり関わることのなかつた学生たちとも盛り上がり、打ち解けることができました。また、授業よりもネイティブの先生方との距離が近く、学生一人一人にしっかりと耳を傾けて話を聞いてくださるため、私の英会話力ではなかなかうまく伝えられないことも、時間をかけてゆっくりと言葉を選ぶことができました。その結果、英語で自分の気持ちを伝えることができたときには、何とも言えない達成感を得ることができます。

戸板女子短期大学では学生はもちろんのこと、先生方を始め学内全体

が明るく賑やかです。休み時間の廊下で、多くの学生たちが笑顔で会話を楽しんでいます。また、各学科の展示会やイベントなど、毎日様々な活動が行われています。

ここだけでは伝えきれませんが、得た経験や学びを活かして、目標としている「自立した魅力あふれる女性」になれるよう、今後も努力を

TOITA Fes 2020 終え

実行委員長 食物栄養科2年 澤畑 真帆



私は昨年の一月にTOITA Fes 2020 実行委員長に就任し、開催まで百名の実行委員、教職員の皆様と共に、学園祭TOITA Fesを作りあげてきました。約一年間多くの人と関わり、沢山のこと学び、日々試行錯誤しながら「日本一の短大オンライン学園祭」を目指し努力してきました。学園祭の総括として全体の企画や運営、学外から協力して下さった方々と関わったことにより、自分自身が成長できたと共に、視野が広がり、柔軟な思考することの大切さを体験し、今後経験できないような活動ができました。

振り返ると一昨年のTOITA Fes 2019でクオリティ・スケール共に最大級の学園祭を作り上げた梅野亜美実行委員長から、次の実行委員長を託された私は不安な気持ちもありましたが、2019年度よりももっと良いものを私の代で作り上げたいという気持ちが強く、その場で引き受けさせていただきました。

しかし、昨年の一月に新型コロナウイルスが流行し始め、先輩方の卒業も見送ることができず、四月から入学した新一年生もオンライン授業で、クラスの仲間と直接会えない状況が続きました。コロナの影響により、学内イベン化してしまったTOITA Fesを止めたくな



TOITA Fes 2020に参加して



今年度も千草会は、TOITA Fes 2020に参加いたしました。オンラインでの開催とのことで、どの様に参加できるか試行錯誤の上、押し花の作品を作り、希望者にプレゼントすることになりました。

作品は、常任幹事有志が手作りで、色とりどりの押し花を楽しむながら定規、ボールペン、キーホルダーなど四種類を作りました。この様な形でも参加できるという新しい発見がありました。

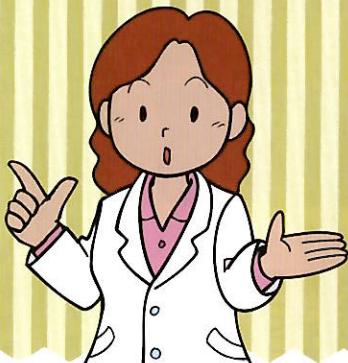
(ちくさ編集委員会)

いを設置し、照明・音響・VJ（スクリーンに流れる映像演出）にもじだわり、カメラマンや企業の方々にもじで協力をいただきながら、本番までの限られた時間のなか、必死に準備に取り組みました。当日も本番が始まる直前まで入念に打ち合わせをする一年生の姿や、臨機応変に対応し、一年生に指示を出す二年生の姿を見て、実行委員の成長を強く感じました。

このような状況下でも開催することができたのは、学内の教職員の皆様、出演者、卒業生の皆様の支えがあつてこそと、心より感謝しております。戸板父母の会の皆様からのご支援・ご援助に厚く御礼申し上げます。

看護師・保健師
小泉 延子

保健室から エール



戸板女子短期大学学生部保健室の小泉と申します。

三年前に戸板女子短期大学に入職しました。それ以前は防衛省に勤務しておりました。自衛隊の看護官として、病院で患者さんのケアや職員の健康管理をするのが中心でしたが、学校の教官や教務の仕事、有事に備えた医療支援の訓練や東日本大震災の時は、災害派遣活動にも従事しました。

保健室の仕事は、学校保健の分野であり、私に

とつて初めての看護のフィールドでしたが、二人の娘がちょうど大学生だったので、保健室に来室する学生を非常に身近に感じることができました。また、歴史と伝統のある学校でありながら、現代の女性が社会で自立して生きて行くために必要なことが教育に盛り込まれていて、素晴らしい学校だと思い、ここで働けることにとっても喜びを感じました。

保健室では、病気やけがの応急処置、健康管理のアドバイス、こころと体の相談などをしています。応急処置はもちろんですが、中でも、私が大切にしていることは、健康相談や保健指導を通して、社会人として自立の準備をしている学生が、自ら考え、適切な健康管理ができるよう、正しい知識と必要な術を身に着けられるような援助をすることです。

明るく充実した大学生活を送っている学生も多いのですが、入学当初、高校までとは違い、毎日違う教室で別の同級生と授業に参加する中で、なかなか友人ができず孤独を感じている学生もいます。その後、実習や就職活動、私生活ではアルバイトなどで忙しさは加速し、将来の漠然とした不安も加わり、健康管理やストレスコントロールが十分できず体調を崩す学生もいます。来室した学生の日常生活と一緒に見直したり、少しの間、保健室で話することで、ほつとするような「この居場所としての保健室」を意識して、接するようにしています。必要時は学校カウンセラーへ繋いだり、クラスアドバイザーにフィードバックしたり、コーディネーターとしての役割が發揮できるよう心掛けています。

女性が長い年月を自立して豊かに生きるための知識や知恵を得る場であること、また、自己尊重や自己効力感を高め、社会で生き抜く力やしなやかな心を育む場所として、健康や安全の側面から、支援できればと考えています。

先日、偶然、二人の卒業生と学校で会う機会がありました。在学中は体調が悪く、将来の不安などもあり、保健室で継続的にフォローアップをしていた学生でしたが、それぞれ就職・進学をして、わずかな期間で大人っぽくなっていたので、驚くと共にとてもうれしく感じました。

将来への夢を追いかけ、困難なことを乗り越えながら社会へ羽ばたいていく学生のエネルギーはすごいなと感じています。微力ではありますが、学生が充実した学校生活を送り、社会人としての準備ができるよう、一階の片隅の保健室から毎日エールを送っています。

最後になりましたが、千草会の皆様のますますのご健勝とご活躍を祈念いたします。これからもご指導いただきますようお願い申し上げます。

会務報告

1 行事報告

九月十五日	役員（会長・副会長）会議、下半期の運営について検討
九月二十八日	TOITA Fes 2020オンラインへの参加について、緊急事態宣言に伴う事務員にメール送信
十月六日	常任幹事会議案の承認
十月八日	学生の学内への登校禁止に伴い、同窓会室を閉室とする
五月六日	第一回常任幹事会を開催せず、常任幹事には書類の郵送にて審議、検討を依頼
五月十五日	第一回常任幹事会を開催せず、常任幹事には書類の郵送にて審議、検討を依頼
六月二十四日	二〇一九年度決算・二〇二〇年度予算案承認
六月下旬	千草会ホームページのリニューアル完了
七月八日	会計監査
七月十七日	事務担当者の傷害総合保険更新手続を完了
七月二十二日	幹事へ書類送付
二〇一九年度経過報告、決算報告、会計監査報告	二〇二〇年度行事計画案、予算案審議、
八月三日	新卒会員名簿の依頼
八月六日	幹事より返信葉書の整理、議案の承認
八月十二日	二〇二〇年度入学生の会費入金
八月十五日	経常費の予算額を三係（企画・庶務・会計）、三委員会（ちぐさ編集・支部・奨学金）に振込
八月二十六日	『ちぐさ』第六十五号編集会議 内容検討 執筆者選定
八月二十五日	『ちぐさ』第六十五号編集会議 内容検討 執筆者選定
八月二十六日	二〇二〇年度奨学生六名（服・食・国）へ奨学金の振込

2 新幹事紹介

二〇二〇年三月卒業の新幹事	横地 横地 未咲 18回	高橋 理彩 高橋 理彩
『ちぐさ』編集会議 校正	*両澤 杏夢 *岡本理紗子	郷野梨々香 郷野梨々香
次期幹事依頼状発送	今井 菜穂 西田 実由	西田 実由
『ちぐさ』第六十五号発行	大松 莉子 梅野 亜美	梅野 亜美
『ちぐさ』編集会議 稿料、謝礼の整理と発送	小見山 千歩 小森亜示早	小森亜示早
第三回常任幹事会	岡本 真季 *	*
二〇二〇年度経過報告、二〇二一年度行事計画案について	17回	(*印は学内幹事)

各係・各委員会会議

休業手当、その他について検討を依頼

常任幹事会 第二回常任幹事会を開催せず、常任幹事には書類の郵送にて審議、検討を依頼

二〇二〇年度第一回目奨学金授与式

企画会議 TOITA Fes 2020作品（押し花を使用した定規・ボールペン・ストラップ）の製作

TOITA Fes 2020お知らせ文発送

TOITA Fes 2020オンラインに参加

押し花作品プレゼント

学位記ホルダーの発注

『ちぐさ』原稿締切

『ちぐさ』編集会議 原稿整理

新卒会員名簿の依頼

『ちぐさ』原稿を入稿

新卒会員名簿の依頼

緊急事態宣言再発出

『ちぐさ』編集会議 校正

次期幹事依頼状発送

『ちぐさ』第六十五号発行

『ちぐさ』編集会議 稿料、謝礼の整理と発送

第三回常任幹事会

二〇二〇年度経過報告、二〇二一年度行事計画案について

その他

会計係は千草会の一〇二〇年度納入会費および寄付金の整理、二〇二〇年度決算、二〇二一年度予算案書類の作成

二〇二〇年度は、新型コロナウイルス感染拡大により、行事計画も予定通り遂行することができず、必要最低限度の議案の検討や行事を行うことしかできませんで

した。

二〇二一年度の行事計画案は、改めてホームページにてお知らせいたします。

二〇二〇年四月より新幹事になられた方を紹介いたします。新幹事の任期は、次回役員改選時（二〇二一年三月）までです。

食物栄養科 *上澤 麗 16回

横地 横地 未咲 18回
*両澤 杏夢 郷野梨々香
*岡本理紗子 西田 実由
今井 菜穂 梅野 亜美
大松 莉子
小見山 千歩 小森亜示早
岡本 真季 *

3 会計報告

二〇二〇年（令和二年）の幹事会（書面審議）において、二〇一九年度決算、二〇二〇年度予算案が承認されましたので、ご報告いたします。

■奨学生について

二〇一九年度の奨学生は、二科四名でした。

各三十万円を四名に、合計百一十万円を支出いたしました。

■会員会費について

二〇一九年度の会費納入者は、学生会費四百八十六名・年会費七名・終身会費一名でした。

■雑収入について

二〇一九年度ご寄付を二名の方より頂戴いたしました。

下平 都 様（英文科十五回）

吉川 尚志先生

■学生費について

学生費は、「TOITA Fees」の支援金と、卒業生への記念品（学位記ホルダー）代として支出いたしました。

■会費納入について

会費納入方法が昭和五十三年三月に切り替わっています。

昭和五十二年三月以前に卒業された方は、年会費（千円）あるいは終身会費（一万円）のいずれかの納入方法を選択することができます。この納入制度切り替え時以後、未納の方には、会報誌『ちぐさ』をはじめ同窓会からのご連絡が途切れています。

なお、昭和五十三年三月以降の卒業生は終身会費で納入されております。

4 同窓会事務室からのお願い

昨年三月『ちぐさ』六十四号を皆様のお手元にお届けしてから、住所不明者として三百九通が戻ってきました。大変残念に思っております。毎号『ちぐさ』の誌面でもお願いをしておりますが、住所変更や改姓の折には、出身科・卒業回数または卒業年・クラスなどを書いて、同窓会事務室まではがき・FAX・メールでご連絡ください。お電話でのご連絡は、間違いの原因にもなりますのでお控えください。

なお、同窓会事務室の開室時間・担当者は左記の通りです。

事務室開室時間・担当者

月曜日～金曜日

午前十時～午後四時三十分

事務担当者 古関美和（被服科41回）

二〇二〇年度の同窓会千草会奨学生は、コロナ禍のなか制約を受けながらも選考委員会は書類審査を行い、服飾芸術科一名、食物栄養科二名、国際コミュニケーション学科三名の計六名を選定しました。奨学生授与式は、学生の登校日に合わせ十月八日（木）と十五日（木）の二回に分けて、学長小林千春先生や三学科長、短大事務局長にご出席をいただき行いました。

この奨学生は、二年生を対象に学業の継続に奨学生金を必要とする学生の中から、勉学の意欲に燃え、かつ人物良好な方に支給するものです。同窓会千草会は母校の発展と人物育成のために、この支援を続けています。

奨学生のお名前は、個人情報保護法により記載を差し控えさせていただきます。

ちぐさ編集委員会からのお願い

『ちぐさ』に対する皆様のご意見やご要望をお聞かせください。

学校のこんなことが知りたい、こんな記事を望んでいる、また「人物紹介」欄、「お便りコーナー」欄についても、このような方がいらっしゃるなどの紹介や情報を是非お寄せください。

編集委員会では今まで知りうる限りの方々に執筆をお願いしてきましたが、多くの同窓生がいらっしゃるにも関わらず、情報が少なく苦慮しております。できるだけ多くの皆様を掲載し、紹介させていただきたいと考えております。自薦、他薦を問いませんので、よろしくお願ひいたします。

ご連絡は手紙、FAX、メールなどで、同窓会事務室宛（上記記載）にお願いいたします。なお、ご自身の出身科・卒業年・連絡先も併せてお知らせください。

多くのご意見や情報をお待ちしております。

悼む

中川恭子先生

昭和四十三年度から平成七年度までの二十七年間の長きに亘り、非常勤講師として八王子校舎の被服科の調理実習（家庭科教職）や、生活科の調理実習（西洋料理、基礎及び応用）、応用調理等を担当くださいました。

心よりご冥福をお祈り申しあげます。

ちぐさ編集委員一同

永眠者



● 令和2年に亡くなられた方

田口 静代	(潮田)	高等師範科33回
大井 せつ	(柴田)	高等師範科34回
長田満す子	(遠藤)	被服科6回
関場美津子	(関場)	被服科11回
鶴山 嫩子	(門馬)	生活科5回
木暮 久子	(古平)	高等師範科29回
八田 俊子	(小滝)	高等師範科28回
松本ミヨ子	(近藤)	高等師範科32回
佐保 秀子	(米倉)	高等師範科32回
村樺 光子	(米沢)	新設家政科8回
大石富美枝	(水野)	洋裁専攻科3回
徳重 浩世	(橋村)	英文科16回
佐藤 恵子	(梅村)	英文科38回
出水 照子	(織井)	生活科11回
鈴木恵美子	(鈴木)	生活科12回
川島 葵		食物栄養科18回
佐藤 優子		国際コミュニケーション学科3回

● 令和3年1月末までにご連絡をいただいた方
市川 元子 (小島)
中村 陸 高等師範科16回
小原 幸子 (山田) 高等師範科28回

心よりご冥福をお祈り申しあげます。

編集後記

正会員になられた皆様、ご卒業おめでとうございます。新型コロナウイルス感染症の影響で大切な2年次の日々を思うように過ごすことができず、悔しい思いをなさつたと存じます。しかし、長い人生を振り返ったとき、きっと違つたものが見えてくると信じます。

皆様のご活躍とご健康を祈念いたします。

学長先生の寄稿文を読ませていただき、いつこうに収まらないコロナ感染のなか不安を感じている学生たちに適切な対応をされている様子に、教職員の皆様の愛情と熱意を強く感じました。

お便りコーナーで八王子校舎が取り壊されたことを知りました。自然に閉まれた淡いピンクの校舎で希望に満ちて学んでいた青春時代が懐かしく思い出されました。

● 二〇二〇年を表す漢字は「密」となりました。授業やTOITA Fesがオンラインとなり人ととの接し方は変わつても、取り組み方や意気込みは変わらず、より密接になつていると感じました。

● 毎年、編集会議は十二月初旬にスタートします。コロナの第三波で重い気持ちになりがちでしたが、「はやぶさ」二号が宇宙における六年の旅を経て、小惑星「かぐや」から玉手箱（カブセル）を持ち帰つたとの明るいニュースに癒やされました。

● 「ちぐさ」六十三号の人物紹介欄に掲載させていただいた兵庫麻子様より、袴の縫製を主とした縫製所「帷一TOBARI」の開業を知らせるハガキが届きました。戸板での勉強を生かしつつ、さらなる飛躍を目指す姿に心より応援をしたいと思いました。

● 昨年二月よりコロナ禍で、頭の中の時計がまるで一時停止をしているような錯覚をつい最近までしていました。今回の『ちぐさ』編集によつて、やつと時計が動き出したような気がします。

● 突然のコロナ感染で世界中が混乱した一年でした。今までの自由に過ごせた日々が如何に大切なものであつたか改めて感じ、いつ何が起つるかわからないという思い、日々の過ごし方を考えた年になりました。

一日も早い収束を願つております。

● 「ちぐさ」編集では集まることや、オンラインでの編集会議ができず、メールや電話でのやり取りが主となり、細かな部分の調整に苦労しましたが、なんとか形に仕上げる事ができました。できる限りのことを心がけましたが、行き届かないところがありましたが、ご容赦ください。

また頁数も四頁減での発行となりました。

卒業生や企業との「つながり」が戸板の新たな学びに

同窓会千草会の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。
教職員一同、「魅力ある戸板女子短期大学」づくりに取り組んでいます。

〔2020年の活動報告〕

学生ボランティア団体「TOITAアンバサダー」

ボランティア活動やイベントなどへの参加を通して、地域の方々との交流、学生同士のコミュニケーションの場として社会性を育んでいます。地域の活性化や若い世代の参加促進に取り組み、社会に貢献しています。今年度は新型コロナウイルスで活動が難しい中、感染防止対策のもとで取り組みました。



音楽イベント「音楽のさんぽ道」



「みなとコオフク塾」

服飾芸術科

オンライン結婚式開催 「TOITA ウエディング・セレモニー」

業界のスペシャリストの講師と一緒にオンラインによる模擬挙式、模擬披露宴を開催しました。夢と希望が溢れるウエディングの世界をいつもとは違った新しい形で体験することができました。



食物栄養科

Jリーグ「横浜FC」とコラボレーション スタジアムグルメの商品開発

Jリーグサッカーチーム「横浜FC」とスタジアムグルメの商品開発に取り組みました。意気込み・見栄え・スタジアムでの適正等によりメニューが選出され、商品化に向けた貴重な機会になりました。



国際コミュニケーション学科

株式会社ジャルパックと連携 「3T's with JAL ~Touch, Try, Taste」

(株)ジャルパックと連携し、全国のJAL就航路線の地域へ多くの若年層を取り込むための旅行を女子大生目線で企画しました。
地域の魅力を生かした旅行プランを考える貴重な機会になりました。



同窓生子女入試のご案内

二親等以内に卒業生がいる方に向けた入試を実施しております。入学金の半額免除（125,000円）の奨学制度もございます。詳細は本学ホームページよりご参照ください。

ご卒業生の皆様、在学生応援のために企業連携やOG訪問にご協力ください

企業連携やOG訪問にご協力頂ける方はお気軽に下記までご連絡ください。

●お問い合わせ・お申し込み

短大事務局

TEL 03-3452-4161 (代表)

入試・広報部

TEL 03-3451-8383 (直通) 内村・中島

E-mail ao@toita.ac.jp

『ちぐさ』第65号

編 集 ちぐさ編集委員会

発 行 日 2021(令和3)年3月10日

発 行 者 東京都港区芝2-21-17

戸板女子短期大学同窓会
千草会

TEL 03-3452-4169 (直)
FAX

ホームページ

<http://www.toita.ac.jp/>

制 作 エックスデザイン株式会社

CHIGUSA

