



ちぐさ

CHIGUSA

戸板女子短期大学同窓会千草会

Vol. 68

校訓

知 好 楽

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 楽

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

目次

表紙 染色「たんぽぽ」
表紙(2) 校訓 知好楽

被服科35回 平林 芳子

- | | | | |
|---|------------------|----------------------|-------|
| 2 | ご挨拶「千草会」同窓生の皆様 | 会 長 | 小泉きよみ |
| 3 | 不断なる教育改革 | 学 長 | 白川はるひ |
| 4 | 一期一会の縁を大切に | 服飾芸術科助教 | 平光くり子 |
| 5 | 就職に直結する七つの履修モデル | 食物栄養科准教授 | 井部奈生子 |
| 6 | 「成長する」とは | 国際コミュニケーション学科
准教授 | 高橋 大樹 |
| 7 | 異文化体験から垣間見た学びと成長 | 総合教養センター長 | 中村 公子 |

広がる輪

- | | | | |
|----|----------------|------------------|-------|
| 8 | お便りコーナー | | |
| | 学びを活かして | 服飾芸術科12回 | 有松 静 |
| | 「好きなこと」を活躍する場へ | 服飾芸術科14回 | 稲葉 夏美 |
| | 私の歩み | 食物栄養科3回 | 安留 文香 |
| | 素敵な出会い | 食物栄養科16回 | 風戸 春香 |
| | 子どもたちの居場所として | 英文科34回 | 松本 明子 |
| | 卒業後の進路 | 国際コミュニケーション学科11回 | 梅谷 香織 |
| 11 | 戸板栄養士会だより・支部報告 | | |
| 12 | かんたんレシピ Vol.6 | 食物栄養科5回 | 井上 慶子 |

学園だより

- 13 TOITA Fes 2023
14 学生生活・奨学生

会務報告

- 16 行事報告・会計報告・支部紹介
19 悼む 江澤 郁子先生
宇田 敏彦先生
永眠者
20 戸板女子短期大学への寄付のお願い

表紙(3) 入試・広報部からのお知らせ

表紙



友禅染「たんぽぽ」

「たんぽぽ」は明るく強い印象になるようにデザインを考え、背景には雲をイメージして鱗文様を入れました。鱗文様は、魔除けの意味もあり縁起の良い文様です。鱗文様の白い部分には胡粉(ごふん)という顔料を使いました。生地よりも白く仕上がるので、たんぽぽの綿毛が生成り色の糸目で見えます。このような効果も考えながら染料や顔料を使い分けています。

裏表紙



友禅染「カタバミ」

「カタバミ」は葉の形の面白さと可憐な花の印象を大切にしながらデザインを考え、花びらの透明感を表現するためにぼかしの技法を用いました。

被服科35回

平林 芳子





千草会 会長
小泉 きよみ

千草会同窓生の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

小林操子前会長の後任といたしまして、今期より会長をお引き受けすることになりました被服科二十七回卒の小泉きよみでございます。

後任といたしまして前会長のご尽力に報いる事ができますよう、微力ではありますが同窓会や母校の発展のために誠心誠意頑張る所存でございます。同窓生の皆様、何卒ご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

私が会長をお引き受けいたしましたので、初めての事は奨学生授与式でした。今年度より奨学金授与方法を変更いたしました。模範となり学生生活への取り組みが優良である学生一名を学科より推薦していただき、面接を行う方式といたしました。奨学生授与式は暑い時期でありましたが、七月上旬に学生部の取り計らいにより設定さ



ご挨拶

「千草会」

同窓生の皆様

れました。授業や公務のお忙しいなか、白川学長、中村事務局長、各学科長にご出席をいただきまして、滞りなく行う事ができました。学生一人ひとりの名前を呼び上げ賞状を授与することができた事で、授与者三名の嬉しそうな笑顔を拝見できたことは、とても感慨深いものがありました。

そして本年度は、学校主催で「TOITA Fes 2023」が十一月十一日、十二日と二日間に亘り開催されました。同窓会では参加を決め、八階の教室にて「集いのカフェ」を開催いたしました。母校を訪れていただく方々に、懐かしいお話や交友を育む場としてお茶とお菓子を用意し、常任幹事一同でおもてなしのスペースを作りました。その甲斐もありまして、来校された同窓生の方々には、しばしの休憩と共に懐かしいお話に花が咲いておりました。また初めてお目に掛かる方からも色々な懐かしいお話を伺う事ができ、和やかな「集いの

カフェ」を常任幹事の皆さまのご協力を持ちまして開催することができました。

また本年度「TOITA Fes」開催に對しまして、同窓会「千草会」では支援金を算出しております。この「TOITA Fes」の二日間が、盛大にそして無事に開催されたことを見守らせていただきましたことを会員の皆様にご報告いたします。

そして千草会の支部会についてですが、年々と様々な理由により支部運営が厳しくなる状況にあり、残念ではありますがやむなく休部にされると判断された支部が増えています。支部の皆様には、長い間大変お忙しいなか同窓会へのご協力をいただきましたことに感謝を申し上げます。また支部会については、今後の対策も考えていく所存でございます。

同窓会運営に關しましては、常任幹事の皆様のご協力をいただく事で運営が行えております。今後の幾つかの課題に關しまして、

常任幹事一同にて肅々と進めて行くつもりでおりますが、是非とも会員の皆様からも同窓会を活性化させる方法などのお知恵を拝借できますと幸いに思います。

また毎年、幹事の皆様のお顔合わせの場として幹事会を開催しておりますが、年々と参加者の減少が見られておりますことは残念に思っております。この数年は世の中の状況に鑑み外出を控えられていた方もおられると拝察いたしますが、今後お時間の許す方は是非とも幹事会へのご参加いただけますことをお願い申し上げます。

同窓会からの連絡に關しまして、転居後に住所変更を頂けないことで連絡が不通になってしまいう事が見受けられております。お手数ではございますが、千草会HPよりご一報を入れていただけますと幸いです。いつまでも同窓会との繋がりを維持することができずことは、同窓会として嬉しく思います。千草会は同窓生の皆様との繋がりを大切に考え、これまで以上に同窓会への活動に關心をお持ちいただき、積極的に参加していただけるような同窓会を目指して参りますので、皆様の参画を心より願っております。

(被服科二十七回)



学長

白川 はるひ



不断なる教育改革

ブランドのポップアップ店舗や、留学先での活動報告動画・写真などをご覧になられた方もいらっしゃるかと存じます。

千草会の皆さま、いつも母校へのご理解とご支援をいただいておりますこと、誠にありがたく、心より感謝申し上げます。インフルエンザが猛威をふるっているものの、外国人観光客もコロナ前の水準に戻り、さまざまな旅行や会合、会食も再開されてきておりますが、皆さまの日々の暮らしも以前のように戻られましたでしょうか。

おかげさまで本学も、ほぼ通常通りの教育活動に戻っております。千草会の皆さまにもご支援・ご協力いただきました11月のTOTTA Fesも、多くの方にご来場いただき盛況のうちに終わりました。改めて御礼申し上げます。例年通りに学生たちのエネルギーが活動の様子で学内のあちこちで見られたうえ、これまで以上に力を入れた「学びの成果発表」では、堂々としたプレゼンテーションや懸命な説明、工夫をこらした作品の展示・販売も見られました。ご来場くださった方には、学生たちがECサイトであげたファッション

ブランドのポップアップ店舗や、留学先での活動報告動画・写真などをご覧になられた方もいらっしゃるかと存じます。本学では、産学連携授業や学生広報スタッフ「いたん」も含む学生主体の課外活動など、教職員の指導のもと、授業内外においてさまざまな実践的学びの場を用意し、学生が現実の社会のなかで必要となる知識・思考力、スキルを身に付ける機会を数多く提供することに力を入れ、それを年々拡充してまいりました。今年度もその一環として、多くの授業のなかでPBLプログラムを入れたり、学校主催のインターンシップ機会を昨年度以上に用意したりと、学ぶこと、働くこと、そして世の中の出来事を、より「自分ごと」として思考し行動していく仕組みを増やしております。また、インターンシップもそうですが、多様な場で実体験を積む機会を増やすということでは、産学連携・起業支援センター、海外留学・編入学支援センターという部

署をたちあげ、アントレプレナー教育や留學体制についても試行錯誤しながら整備を進めております。このような実践的な取り組みを重ねてきたことにより、新しい何かに飛び込んで挑戦したい、専門的知識を吸収しながら業界の専門家とも関わるなかで新しい何かを生み出したいと考える活動的な新入生が年々増えており、嬉しく頼もしい限りです。しかし一方で、みなさまも報道その他でご存じの通り、急速な少子化その他の社会状況の変化により女子大学や短期大学の閉鎖や組織改編が続いており、女子短期大学である本学も大変厳しい状況に置かれていることは、正直申し上げて否めません。令和5年度の日本私立学校振興・共済事業団調べでは、入学定員割れをしている私立短期大学の割合は92・0％となっておりまして、本学では今年度も定員を超えての入学生を迎えることができましたが、これらは「現状維持の教育環境」ではなしえ

ません。早く社会に出て他者のために活躍したいと真摯に考え、果敢に挑戦を続けて努力を重ねていく学生たちを成長させて送り出すために、学内や企業、関係各署との綿密な交渉などを含め、不断の教育改革・改革や学生支援を続けている教職員の取り組みはもちろんのこと、関係企業や地域の方々、学生のご家族、そして卒業生の皆さまなどが、これまで以上にご理解やご支援くださってのことと感謝申し上げます。

今後とも、われわれ教職員は建学の精神を忘れず、なお一層の努力と挑戦を重ねていく所存です。卒業生の皆さまにも、在学生へのご支援を引き続き賜りますようにとどぞよろしくお願い申し上げます。そして末筆になりましたが、みなさまのご健康とご多幸を心よりお祈りしております。

※日本私立学校振興・共済事業団 私立学情情報センター 私立学情情報室(2023)『令和5(2023)年度 私立大学・短期大学等入学志願動向』、p.36



服飾芸術科 助教
平光 くり子



一期一会の縁を大切に

服飾芸術科の平光くり子と申します。同窓会千草会の皆様、平素より本学に対しましてご支援を賜り、心より感謝申し上げます。また、この度は同窓会誌『ちぐさ』への執筆の機会をいただき、誠にありがとうございます。

令和五年度は久しぶりに前学期から全面対面の授業となり、新型コロナウイルス流行以前の授業風景が戻ってきたように感じます。

私は大学卒業後、衣装デザイン製作会社で宝塚歌劇団OG公演や劇団等の商業演劇の舞台衣装に十年以上携わってきました。現在担当しております「服飾造形論」や「服飾造形演習」の授業では、その携わった舞台衣装や、現場で実際に起きた事などを話し、まず学生に服飾造形に興味を持ってもらうことによつて、本や教科書からだけではない、より多くのことを感じて「創造」できるようになつて欲しいと思っています。

舞台は、脚本家、演出家、装置家、

衣裳家、照明家、音響家等、個々のクリエイターの技術を最大限に生かし、一つの舞台を創りあげることを目標とし、今までにはない、新しい何か、を創ることを目指していきます。

舞台衣裳の製作は、依頼主であるプロデューサーや演出家からの要望やこだわりを理解し、創造してオリジナルのイメージを具現化します。そのためには、相手が何を伝えたいのか、どのように表現すればお客様に伝わるのか、打ち合わせの内容や舞台の世界観から汲み取らなければいけません。舞台衣裳家にとつて「創造力」は欠かせません。

よく舞台は生物(ナマモノ)という表現をします。それは、毎回客席には異なるお客様が存在し、舞台上で俳優達は二度と同じ演技ができません。そして上演されてしまえば跡形もなくなつてしまうからです。最近ではライブビューイングなど、映像化することも多いですが、空気感までは伝わらないため、舞台

は「一期一会」だと私は考えています。この儚くも感じる舞台が大変魅力的に感じています。

先日、私が担当するゼミで、卒業生がキャリアについての講演をしてくれました。彼女は本学を卒業後、美容部員として就職し、その後、IT系の事務職に転職、そこで出会った上司が独立する際、アパレルのECサイトを立ち上げないか、と声をかけてもらい、今では東京ガールズコレクションに呼んでもらえるブランドのアパレルディレクターとして活躍しています。

講演では、「一期一会」の縁を大事にしていること、その出会いに感謝していることを話し、その縁した一人一人に誠実に向き合い関わることで、人生において何よりも大切だという事を教えてくれました。翌週、授業を受講していたゼミ生が、さつそく彼女のブランドの服を着用し登校してきた事も、まさに一期一会を実感できた出来事でした。私も二十歳の頃は、自分が教員

になるとは夢にも思っていませんでした。正直、今でもふと不思議な気持ちになります。学生時代の経験や社会人になつてからの縁など、これまでの「点」での出来事が、全て今のキャリアとしての「線」につながつたのだと感じています。忙しい毎日の中でも、何気ない経験を大切にすることで、成長していけるのだと思います。

大学時代に学ぶことは、一つも無駄にはなりません。今は関係ないと感じながら学んでいることも、将来どこかでこの一つ一つの点が、必ず線になつていきます。だからこそ戸板女子短期大学の学生には、目の前のことを一生懸命に取り組んで欲しい。私も教員として登壇させていただける縁を大切にしながら、その思いに精一杯応えていきたい所存でございます。



授業「服飾造形」



食物栄養科 准教授
井部 奈生子



就職に直結する 七つの履修モデル

千草会の皆様には、お変わりなく健やかに過ごしのことと拝察申し上げます。平素は、本学の発展のためにご協力、ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

現在、食物栄養科の学びとして力を入れているのが、就職に直結する七つの履修モデルです。今回、この履修モデルについてご紹介いたします。最新のビジネススキルを得て、最先端の専門性を身につけ、実践的な体験へと落とし込んでいく具体的な履修モデルとして、「病院・福祉」、「保育・事業所」、「ビューティ&ウェルネス」、「カフェレストラン」、「フードビジネス・DX（デジタルトランスフォーメーション）」、「総合ビジネス」、「編入学」の七つがあります。学生は七つのモデルの中から学びたいモデルを一つ選択し、一年生の後学期から学びを深めていきます。

「病院・福祉」は専門の知識を用いて、栄養指導・献立作成・治療食の調理を学び、「保育・事業所」は健康と安心を提供する給食の考案・調理を学びます。「カフェレストラン」はコーディネートやマネジ

メントの知識を活かして美味しい料理を考案・提供する人材を育成し、近年、ビジネスや生活においてDXに触れる機会が増えています。DX「フードビジネス・DX」はマーケティングに基づいた、食材およびテイクアウト惣菜（デリカ）や弁当の考案・製造・販売までを学びます。また、「総合ビジネス」は本学での学びを活かして食以外の分野での活躍をめざし、「編入学」は本学で二年間学んだ後、さらに学びを深めることをめざします。

私はこの中の「ビューティ&ウェルネス」モデルを担当しています。「ビューティ&ウェルネス」モデルでは、食べて痩せる伊達式生活で有名な管理栄養士伊達友美先生をゲスト講師としてお迎え



伊達友美先生

し、三十年の食事カウンセリング実績に基づいて考案されたプラス栄養メソッド®を学びます。

授業は、基本から始まり、脳リセット、デトックス、代謝アップ、アフターケアについて等の講義を受け、学びを深めていきます。令和四年度から始まりましたが、初年度の学生数は四十四名でしたが、令和五年度は五十四名に増えました。

私自身は「ビューティ&ウェルネス」モデルの担当が決まったことがきっかけで、健康について見つけなおす機会を得ました。各ライフステージの健康を支える三本柱「食事」「運動」「休養」については、ずっと講義や研究で関わってきましたが、出産後、自分自身のことは後回しにしていた。そこで、ずっと先延ばしにしていた運動不足を解消しようと思い立ち、運動を始めてみることにしました。スポーツトレーナーに筋トレを習ったり、ティラピスに挑戦してみたりと様々な運動に挑戦しましたが、現在の楽しみは卒業生が講師をしているヨガ教室に通うことです。

この時間が私の健康を支える幸せな時間の一部となっています。卒業生との何気ない会話も、ストレス解消になっています。

「ビューティ&ウェルネス」モデルの学生は、栄養・食品の知識を活かし、身体の中から美しくするためのアドバイスや関連商品を販売する人材を目指します。具体的な職業としては、美容アドバイザー（エステティックス・美容サロン）、販売・アドバイザー（化粧品会社・サプリメント企業・ドラッグストア）、栄養アドバイザー（スポーツジム・ダイエットサポート施設）です。今から、卒業したゼミ生にアドバイスを受ける日を心待ちにしています。

短大生は、短期間に多くのことを決定していかねばなりません。だからこそ、我々支える側も役割が大きく、今後もしも細かい対応で寄り添っていければと考えております。

同窓生の皆様、どうぞ今後とも母校にそして後輩たちに、ご支援を賜りたく宜しくお願い申し上げます。



ビューティ&ウェルネス
モデルの学生たち



国際コミュニケーション学科
准教授

高橋 大樹



「成長する」とは

二〇一四年四月に国際コミュニケーション学科に着任してから、早いもので一〇年が過ぎようとしています。着任後の一〇年間は千草会のみなさまには多くの場面で支えていただき、深く感謝申し上げます。また、この度は『ちぐさ』への執筆のまたとない機会を頂戴し、光栄なものと存じます。

これまで本学では英語の授業を中心に担当してまいりました。思い返せばこの一〇年間、想像もつかないスピードで日本における大学という場は変化してきました。それに伴い、それぞれの学問の教授法や学生への対応方法などにおいても著しく変化し、恐れ多くも私自身のその大きな渦の中にいたように思います。個人的なことを振り返れば私が大学に入学したのは一九九八年、そして大学院を単位取得満期退学したのが二〇一〇年ですが、当時はやはり学生という身分のためか、大学に伴う変化にどこか気がつくことなく過ごしていたように思います。着任後に

学生へのケアなど、大学教員には教育研究だけではない多くのやるべき仕事があることを諸先輩方に教わりました。

私はイギリスやアイルランドの二〇世紀以降に書かれた小説を研究の主軸としていたのですが、学生と接する機会が多いこともあり、文学における「成長」というキーワードに興味関心を引かれるようになりました。ジェイン・オースティンなどイギリス女性作家研究の大家であられた川本静子先生の『イギリス教養小説の系譜「紳士」から「芸術家」へ』ではイギリス小説における成長の定義が明確に定義されています。イギリス文学では幼年時代から青年時代に至る主人公の成長が描かれる小説のことを教養小説（ビルドゥングスroman）といいます。そのような小説は一九世紀頃から頻繁に小説のテーマとして採用されるようになりました。一八四七年のシャロット・ブロンテの『ジェイン・エア』では主人公のジェイ

ンが自身に降りかかる多くの困難を乗り越え、ロチェスター氏と結婚し、ハッピーエンドを迎えますが、そこには一九世紀の教養小説にはある共通する特徴が書き込まれています。それは作品の結末で主人公に自らの出生の秘密が明らかになり、多額の遺産が舞い込んできるというものです。ジェインは偶然叔父の遺産を譲り受けることとなり、ロチェスター氏と階級的に同じ身分となることで結婚が可能となります。

遺産を得て、主人公の本来の出生が明らかになり、成長が完成するというような一九世紀の物語形式は二〇世紀を迎えると大きく変化します。二〇世紀初頭の教養小説の特徴は困難をもたらす社会から主人公が精神的な成長を果たすために、その社会から一人孤独に飛び出していくというものです。このような作品の例としては、ジェイムズ・ジョイス『若き日の芸術家の肖像』（一九一六）が挙げられるでしょう。アイルランド

の首都ダブリンで多くのしがらみに捕らわれた主人公ステイヴン・デダラスが至高の芸術家になるべく大陸へと向かうまでの過程が描かれます。ややわかりにくい言い方をすれば、二〇世紀には成長が個人化したということになります。一九世紀の物語に描かれる成長より二〇世紀のものの方がより個人の成長に焦点を置いたということができるわけです。成長とはあくまでも個人の精神的なものを指すとの認識が現在の多くのフィクションでも優勢なものとなっています。例えば『ハリー・ポッター』シリーズや『プリキュア』シリーズにおける主人公の成長を考えてみてもよくわかるはずです。

当然のことですがフィクションの中で描かれるテーマは時間とともにその時代に即したものに变化していきます。入学してから卒業する際、または卒業後に研究室へ来訪した際に見せるそれぞれの成長は目覚ましいものがあります。が、「成長」の定義がどのように変化をしていくのかを学生たち一人ひとりの成長を見守りつつ、今後とも考えていこうと思っています。



総合教養センター
センター長

中村 公子



異文化体験から 垣間見た学びと成長

二〇二三年、長らく続いたコロナ禍が明け、戸板女子短期大学でも新たな一步を踏み出す年となりました。その一つとして春期および夏期休暇期間中に、三つの学科それぞれの学生たちが韓国、アメリカ、カナダを訪れ、異なる文化に触れながら多彩な経験を積む機会に恵まれました。服飾芸術科の学生は産学連携授業の一環で展開した衣料品ブランドのECサイトで販売するための洋服の買い付けに、食物栄養科の学生は食と文化の探究に、国際コミュニケーション学科の学生はホームステイをしながら現地カレッジの語学研修に挑戦しました。それぞれが使命と目標を持って参加し、異文化の中で自らの成長を求めたのです。そのすべてに帯同する機会を得た私にとってもまた、学生たちの秘めた力と可能性を再認識できる実りの多い旅となりました。

くべき柔軟性を発揮し、新しい環境に対する開かれた姿勢と自己成長への積極的な意欲を見せました。中でも、ほぼ全員が比較的短い期間のうちに現地の環境に馴染み、現地の人々とコミュニケーションができるようになったことは非常に印象的でした。異なる言葉や文化に戸惑うこともありながらも、学生たちは臆することなく未知の世界に飛び込み、自分たちなりの方法でコミュニケーションをとる工夫を見せました。つまり、異文化への順応プロセスにおいて、学生たちは自ら考え、試し、自らの力で新しい視点を獲得することができたのです。

こうした学生たちが自発的に課題を見つけ、その解決に向けて取り組む姿勢は、自立への一步として大きな意味を持つだけでなく、教育者が学生に期待する力でもあります。少子化の進む現代においては、家庭のみならず学校教育の場においてもわれわれ大人が手取り足取りサポートをしすぎる傾向

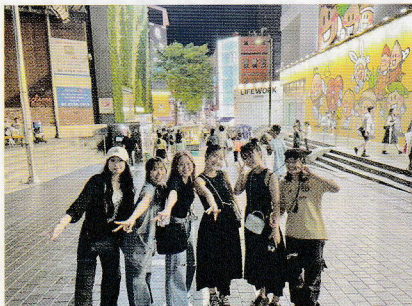
がありますが、そんなことをしなくても、彼らには大人が思っている以上に自立しようとする力が備わっているということを今回の経験を通して改めて実感することができました。わたしたち大人の役割は、環境を整え、必要な時にはサポートを提供する用意があることを伝えるだけで十分なのかもしれません。それだけでも学生たちはきつと十分に安心感を得て、自ら成長の土台を整えて歩みだすことができるでしょう。

今回の異文化体験の旅は、私にとって学生たちの成長と可能性を目の当たりにすることのできた、まさに教育者冥利に尽きるものでした。こうした経験を通じて培った洞察力や柔軟性、そして自立する力は、教室で学ぶ知識に加え、人間力を向上させ、そしてより広い視野で未来に向かって歩む一助となることでしょう。戸板での学びを終えた後の学生たちの未来と、そんな若者の育っている日本の未来に明るい希望を感じさせてくれます。

たこの旅と学生たちに深く感謝します。



「カナダ」



「韓国」



「アメリカ」

学びを活かして

服飾芸術科十二回

有松 静

服飾芸術科に入学したのは、約十年前四十歳代半ばでした。当時、我が子と同年代の学生と一緒に学んだ事はとても新鮮でした。

服飾を学びたいと入学したものの、卒業後働こうとは考えていませんでした。在学中その考えは変わり、学んだ事を活かして働きたいと思い、卒業後はウエディングドレスのお直しの店に約三年間勤め、採寸、直し、フィッティング、お渡しまでの接客もひと通りしました。退職後はジャケットやコート等の洋裁教室やパターン教室に通い、再び学びながら戸板の先生の紹介で、数年間舞台衣装製作をしました。思い出してみると、私は学ぼうと思いついた時はいつもその時の仕事や生活で必要と実感してから自分の能力に合った達成できそうな学びを求めて、行動していました。

高校卒業後、体を動かし人の役に立ちたいと警視庁警察官になりました。警察官になって二年が経ち、法律の学びの必要性を感じ夜間大学の法学部法律学科へ入学し、昼間は警察官、夜は大学生の生活を四年間過ごしました。その後は結婚、二度の出産、夫の在外公館勤務に家族で同行し、マレーシア生活を三年、帰国し復職して二年勤め、二十三年間の警察官としての勤務を終了しました。洋裁好きの母の影響もあり、自己流で洋裁を始めたもののうまくはいかず、洋裁だけでなく幅広い知識を学びたくなり戸板へ入学しました。現在洋裁は、時間をみつつけて服の直しや知人から依頼されたものを縫ったりしています。

中学生時代水泳部だったので、警察官退職後は競泳を再開し大会へ出場するようになりました。競泳を通じて友人から区の水泳協会の研修に誘っていたので、幼児、小学生への水泳指導をしていた時期もありました。三年前からは、区立中学校の水泳部外部指導員をしています。指導する中でコーチング等を学びたいと思います。二年前に大学で

中学校部活動指導者サーティファイケートプログラムを半年間受講し、中学校水泳部の指導に活かしています。また、元警察官という事で犯罪防止アドバイザーとして、特殊詐欺被害防止活動もしています。

一年半前には、八十歳代後半の父が脳出血で半年間入院している間に、要介護五になってしまいました。高齢の母との生活を作つてあげたいと思い、父の入院中に介護職員初任者研修を受講し、一年前の退院時から一週間のうち四泊を横浜の実家で両親の生活のサポートをしています。私が東京にいる三泊の間、父は特別養護老人ホームのショートステイで三泊しています。ケアマネージャーと相談して、実家での介護生活中、専門職の方々がいらしてくださり、学ぶ事が多く勉強になつています。父の退院の同時期から介護技術の向上等のため、週一回ですが、訪問介護の仕事も始めました。

東京では水泳部指導員、警察の犯罪防止活動、訪問介護の仕事、どの仕事も上司や同僚の方々に恵まれ、どれも天職かもしれないと思うこともあり、楽しく充実しています。

東京での生活と実家での介護生活の二重生活のこの一年は、あつという間に過ぎていっています。二倍の人生を同時に味わっているお得な気持ちにもなっています。

その時必要と思つて、できそうな事に挑戦して学びを修得し活かして行動すると、幸運な事にたくさんめぐり逢うものだと実感しています。

「好きなこと」を活躍する場へ

服飾芸術科十四回

稲葉 夏美

好きなことや趣味はなんですか？と聞かれた時、皆さんは何と答えるでしょうか。少し前の私だと考え込んでしまつていたような気がします。好きなことというのは小さな頃何の遊びをよくしていたのかで既に決まっているようです。

私は幼少期お絵描きするのが好きでした。母と一緒に絵を描いて、その当時母より上手に描けなくて悔しくて泣いていたのを今でも覚えています。それだけ幼いながらも一生懸命上手に描こうとしていた現れかもしれません。少し大きくなって「文字を書くこと」が好きになりました。書道との出逢いです。

社会人となり好きだったことも忘れ仕事に没頭する日々。転職をきっかけにまた幼少期に好きだったものを思い出すかのように三年ほど前から「絵を描くこと」と「文字を書くこと」両方が好きで毎日のようにペンを握り絵を描くようになりました。

誰かのもとへ届いてほしいと、思うようになりハンドメイドをされる知り合いの方からの言葉にも後押しされ地域のマルシェに手書きイラストの紙モノやシィングラスアートを出品して販売するようになりました。尊敬する方からの言葉というの事は始める迷いや不安をすつとなくして行動する勇気を与えてくれるものです。

作品を販売する中、お客様との対面の出逢いは私にとってとても貴重で幸せな時間です。初めて出会う方のワクワクしている表情や一期一会の出逢い、またInstagramを見て作品を実際に見にきてくださる方もいてとても嬉しいです。自分が作り出したものが誰かのもとへ届いてくれることの素晴らしさ、私という存在を認められていくような心地よさ、そして日々の忙しさから逃れて好きな事を見つけたら幸せです。



日々、仕事や家事をしながら「好きなこと」をすることで息抜きをし、心に癒しを与えうまく自分のご機嫌をとりながら生活できている今の私が好きです。作品をみてポジティブになり、ほっこり眺めてくれる人を少しずつ増やしていけたらと思っています。背伸びせず「マイファン」作りをこつこつと続けていくのが目標です。

私の歩み

食物栄養科 三回

安留 文香

私が戸板女子短期大学を卒業し、早十九年が経ちました。八王子駅から自転車に乗り通学していた日々が懐かしく思い出されます。



戸板の食物栄養科では、様々な県から集まった個性豊かな仲間達、そしていつも熱心で親切にご指導くださる先生方との出会いがあり、充実した学生生活を送り栄養士の資格を取得することができました。

卒業してから私は、戸板時代の友人と共に地元県内の精神科病院に就職し、社会人としての道のりを歩み出しました。同じ学生時代を過ごした友人が側にいてくれることはとても心強く、切磋琢磨しながら病院食のこと、患者様との接し方等を学びながら働くことができました。

その後知人からの誘いを受け、市の給食センターに学校栄養職員として働くことになりました。共同調理場と各小中学校を行き来し、給食管理を学びながら栄養士としてのスキルアップを図れたと感じています。また、自身の所属していた小学校が時代の流れで閉校することが決まり、その小学校の最終年度の職員として関わらせていただいたことは私の胸に今でも思い出深く残っています。この頃、戸板時代の恩師である山口不些子先生からご連絡をいただき、小学校に東京都栄養士会の先生方をお招きして研修会を開催するこ

ともできました。私は、学校栄養職員として子ども達や先生方、調理員さんと交流し仕事をしたことで、養護教諭になりたいという新たな夢を持ち始めました。

小学校の閉校後、新たな再出発として、通信大学へ編入し養護教諭の勉強を始めました。同時期に温泉病院にアルバイトとして働きながら、介護や医療の分野についても学びました。その時に給食センターで働いていた時代の先輩の先生との偶然の再会があり、「養護教諭として働くのであれば、看護の経験もあった方がよい」という助言をいただきました。それから、二年制看護の専門学校へ入学、卒業時に先生方からの薦めもあり四年制への編入を決め、看護師免許を取得しました。

夢に向かって看護師としての経験を積むために総合病院へ就職。療養病棟で患者様と向き合う中で一人ひとりのニーズに合わせて心を込めて向き合うことの大事さを切に感じ、現在は、医療的ケアの必要な方への重度訪問介護を行いながら、養護教諭の勉強を並行して行う毎日を過ごしています。

このように私の人生には、様々な転機がありました。そのどれもが今まで出会った方々に大きく影響、感銘を受けて働いているということに改めて感じ、感謝の気持ちでいっぱいです。この先も人との出会いやこれまでの経験を大切にし、一歩一歩前進していきたいと思っています。

素敵な出会い

食物栄養科 十六回

風戸 春香

はじめに、在学中にお世話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あげます。また、このような機会をいただき感謝申し上げます。

私は二〇一七年に食物栄養科を卒業しました。卒業後、給食委託会社就職し、大学病院の栄養士として一年半働きました。一年半と思っ

た方もいると思いますが、この時間が私にとつて沢山の経験と成長をさせてくれました。

病院での業務は主に嚥下困難な患者のミキサー食、離乳食、おやつを担当していました。食数が六〇〇食以上ある上に食種も二十近くあり、日々業務に追われ、自分の時間や学ぶ時間が取れずにいました。

病院に勤めたのも、管理栄養士の資格取得をしたい、その為には現場を知るべきだと思い就職活動中からずっと病院一筋で考えていました。現実は厳しく、学ぶどころか自分が何をやっているのか、誰の為に調理をして、作ったものはどのように食べられているのだろうか、そもそも食べているのだろうか。など様々な疑問が出てきました。その時、ふと自分が小学生の時を思い出しました。毎日給食が楽しみで仕方ない、お昼の時間になると笑顔で食べている姿を見にきてくれて、「今日のご飯どう？美味い？」と氣にかけてくれる栄養士の先生。私ももつと楽しくご飯を作り、食べてくれる人の笑顔をみたい、もつと近くで「美味しいよ。」の言葉が聞きたいとそう思いました。この時の体験が私にとつての一つ目の素敵な出会いです。

その後戸板女子短期大学の先生や知り合いの栄養士の先生に相談し、「いろいろな現場を知るのはいいい事だよ」という言葉に背中を押され、転職を決意しました。そして早くも素敵な出会いがありました。それが今の職場です。

直営の保育園で、母校の先輩が在籍されているとのことでした。病院しか考えていなかった私は全く違う世界を知りたい、小さい頃の給食の思い出、この環境でたくさん学びたいと思い、即決しました。これが二つ目の出会いです。

保育園での業務は毎日がキラキラして見えるくらい楽しいです。作ったご飯を嬉しそうに食べてくれる子どもたちの姿が目に入る環境です。また、保護者や保育士との関わりも持つことができ私自身もつと知識をつけたいと思える環境です。毎日同じ業務がなく、その日の子どもの

状態に合わせ少し工夫します。毎日刺激と学びの連続です。そんな環境で働けることに感謝し、この出会いを大事にし、これからもおいしく楽しい給食を作っていきたいです。

等々力保育園



子どもたちの居場所として

英文科三十四回

松本 明子

千草会会員の皆様、お変わりなくご健勝に過ごしの事と推察申しあげます。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。

戸板女子短期大学、当時の英文科を卒業して相当な年月が経っており、振り返るとその月日に自分でもびっくりする程なので、ここでは敢えて触れないでおこうと思います。

私は今、ECCジュニアという子ども英会話教室を運営、兼講師をしており、九十三年が経とうとしています。フランチャイジーとしての個人事業主ですので、定年はありません。「生涯現役でありたい。」という希望も叶い今も尚、仕事をしております。

きっかけは自分の子どもでした。皆さんもそうだと思いますが、子どもの幼少期は全てにおいて、子ども中心の生活で、徐々に小二くらいから手がかからなくなり、仕事をするチャンスは「今だ。」という気持ちが出てきました。息子が幼稚園の年中から通っていた、イギリス人講師の英会話スクールがスピーキングとリスニング中心であったという事もあり、学年が上がるにつれ

て、ライティング、リーディングも必要になるだろう。ならば、私が教えてしまおう。という安易な考えもありました。

それより大事だと思った事は、息子が学校からの帰宅時には「お帰りなさい。」と顔を見ながらコミュニケーションを取る事ができる時間を大切にしたいかっただけという思いも強かったです。また、そういう時代でもありました。

この仕事は単に教育という事だけではなく、放課後の子どもたちを預かる学童と似ています。そういう点で、学校が抱えている問題と同じになる事も多く、親のネグレクト、不登校、発達障害など、ここ十年で増えている事象です。英語の講師でありながら、保健室の先生のようなでもあり、子ども達に寄り添い続けています。そして、今後も終わらない課題だと思っています



卒業後の進路

国際コミュニケーション学科十一回

梅谷 香織

私は国際コミュニケーション学科に二〇一二年度に入学しました。社会人入学をしましたので、当時の同級生よりも社会経験を持った中で、の学生生活を過ごしました。久しぶりの学生生活はとても楽しく送れました。私の場合に限ってですが、十代の学生の頃よりも先生方のお話が理解しやすく納得でき、あつという間の二年間でした。卒業後も英語力を落とさないようにするための方法を先生にアドバイスをいただき、毎日何かしらの英語を耳に入れて話す、という

ことを忘れないように日々の生活を送っています。

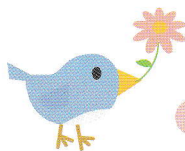
卒業後は出版社の営業部で働いていました。出版社は中小企業が多く、その当時は将来が見えない業界だったため紆余曲折の末、現在は医療関係の仕事に就いています。都内の専門病院の研究所で臨床研究の研究者として働いています。主な業務内容は、癌の治療につながる研究を行うために必要な書類の準備や進捗管理です。

戸板に入る前は出版や広告などマスコミ関係の仕事だったため、全く異質の業界で働くことになりました。仕事内容の進め方や考え方など、これまで私が当たり前と思っていた方法が通じず改めなければなりません。未だに慣れない業務が多く、手探りながら前に進もうとしています。

子育てをしながらの学生生活や仕事でしたが、子供が大きくなり余裕ができたので、仕事や趣味など自分のための時間を作ろうと思います。私の青春時代は男女雇用機会均等法が施行された後でしたが、性別や年齢による制限や差別などまだまだたくさんありました。私の先輩方から比べたらそれでも少なくなっていた時代だと思いますが、現在さらにはさらに制限や差別が少なくなりました。制限や差別が多い時代から少なくなつた時代を見てきて、何かに捕らわれることなく自分の人生を生きた、と言えるようにしたいと考えています。戸板での学び直しは、私の新たな人生を作る上での一つの通過点だったと思います。



趣味のジョギング中に撮った皇居外苑の桜



戸板栄養士会だより



いつもお世話になっております。戸板栄養士会は、令和五年度より役員改正を行い、新たな一歩を踏み出しました。オンラインによる活動が中心ではありませんが、今後も会員の皆様とのコミュニケーションを図っていききたいと思っています。会員の皆様には、今後ともご協力のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。令和四年度末から令和五年度の活動をご報告いたします。

【令和四年度総会】

・令和五年三月二十六日（日）

令和四年度戸板栄養士会総会をオンラインにて開催しました。同時に懇談会「戸板百二十周年 栄養士の歩み」を開催し、戸板の歴史と栄養士養成の歩みについて、また戸板とともに七十年、さらに戸板栄養士会会長を永きにわたりお務めくださった鈴木静子会長との思い出を語り合い、大変有意義な時間となりました。

【オンラインセミナー】

・令和五年九月三日（日）

「災害時に栄養士は何かができるか」というテーマで、オンラインセミナーを開催しました。講師には、斉藤由紀子様（JDA-DATリーダー、東京都栄養士会副会長）をお招きし、ご講演いただきました。その後災害時に有効なバックアップキングの方法をデモンストレーションしていただきました。参加者の皆様から大変好評で、災害の増えつつある昨今、栄養士としての役割の重要性について改めて認識することができました。詳細は、本学ホームページの「食物かわらばん」に掲載しています。（#戸板栄養士会）で検索してみてください。

【TOTAEES 2023 参加】

・令和五年十一月十一日（土）・十二日（日）

オンラインセミナーの動画上映「災害時に栄養士は何かができるか」と、ポスター、パネル展示（集団給食施設における「食物アレルギー対応」、食育活動の一例「日本の食文化」）で、幹事が参加しました。

【幹事会】

・偶数月の第一火曜日（一八時三十分～二十時）を定例会議とし、幹事二十二名で運営しています。今年度は六回すべてオンラインによる開催となりました。

【令和五年度総会】

・令和六年二月十一日（日）

令和五年度総会&講演会は、会員の皆様のご意見を受けて、例年より約一ヶ月早く実施いたしました。今年度の講演会は「食育と時間栄養学」をテーマに、国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所の山崎聖実様にご講演いただきました。

戸板栄養士会の行事等は、会員の皆様に郵送又はメールにて、ご連絡しております。届いていない会員の方がいらっしゃいましたら、左記、戸板栄養士会事務局までお問い合わせください。

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。

【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。

▶ 連絡先

〒一〇五・〇〇一・四
東京都港区芝二丁目二十一番十七
戸板女子短期大学 戸板栄養士会
TEL 〇三・三三四・五二・四一六二
Eメール eiyoshi@toiita.ac.jp
ホームページ
<https://www.toiita.ac.jp/toitapicks/author/toitaeyoushikai/>

戸板栄養士会事務局 西山 良子

QRコードから
ホームページへ
アクセス



● 北海道支部 ●

北海道より

被服科十四回 鞠子 慧子

会員の皆様お元気でしょうか。北海道は、寒さが例年になく早く訪れました。氣候変動のせいでしょうか。

私達北海道千草会は四年ぶりに小規模ながらも茶話会を開催することができました。今さらながらコロナの影響の大きさを実感しております。

開催にあたり、本会に貢献されました生活科二十一回尾山久恵様（塚田様）の計報に接し、一分間の黙祷を捧げました。その後、参加者の皆様から近況報告が紹介され、楽しく和気あいあいに過ぎしました。

最後に、この会を継続して行くことを確認して終了しました。

日時 令和五年十月二十三日（月）
場所 三越札幌カフェレストラン
時間 午前十一時～午後二時
参加者 十一名



炊飯器で♪お手軽おやつ

かんたんレシピ Vol.6

管理栄養士
食物栄養科 5 回 井上 慶子

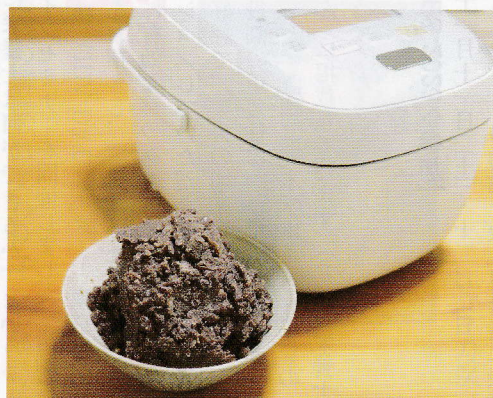
炊飯器で出来ちゃう“あんこ”

材 料 (あんこ800g分)

- ・小豆、水 300g、900ml
- ・黒砂糖、三温糖 各50g
- ・塩 小さじ1/3 (2g)

作り方

- ① 鍋に小豆とたっぷりの水(分量外)を入れ火にかける。3分ほど茹でザルにあげる。(小豆の渋切り)
- ② ①の小豆と水を炊飯器の釜に入れ、通常の炊飯モードで炊く。1回目の炊飯が終わったら砂糖と塩を加え混ぜ、再び炊飯をする。炊き上がったら全体を混ぜる。



炊飯器で出来ちゃう“蒸かし芋”

材 料

- ・さつまいも、水 2本、適量

作り方

- ① さつまいもは皮をよく洗い、長い場合は炊飯器の釜に入る長さに切る。
- ② さつまいもを炊飯器の釜に入れ、いもの半分くらいの高さまで水を加える。通常の炊飯モードで1回炊く。



手作りあんこと芋入りあんみつ♪

～手作りあんこと蒸かし芋の優しい甘さが嬉しい～

材 料 (2人分)

- ・手作りあんこ 100g
- ・炊飯器で作った蒸かし芋 約1/4本(60g)
- ・フルーツみつ豆缶 1缶
- ・白玉粉、水 15g、適量

作り方

【白玉団子を作る】

- ① ボウルに白玉粉を入れる。水を少量ずつ加え、耳たぶ位の柔らかさになるまでこねる。4等分に分けて丸める。
- ② ①を沸騰した湯に入れ茹でる。浮いてきたら冷水にとり冷やす。

【盛りつけ】

器に手作りあんこ、蒸かし芋、フルーツみつ豆缶、白玉団子を盛りつける。缶詰のシロップをかける。



炊飯器あんこ&蒸かし芋で作ろう!

【栄養成分】

エネルギー201cal、たんぱく質5.1g、脂質0.5g、炭水化物44g、食物繊維4.1g

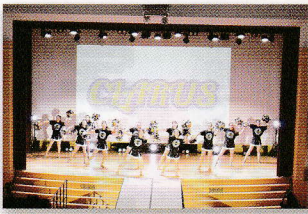
ポイント!

あんこはラップに小分けにして保存袋に入れ冷凍保存が可能です。今回ご紹介したあんみつだけでなく、お湯とお砂糖を足して軽く煮れば手軽におしるこやおぜんざいに♪たんぱく質や食物繊維も補うことができる食べ応えのあるおやつです。

※炊飯器を炊飯以外で使用する場合は、お釜に具材を入れ過ぎない、使用後は内蓋もよく洗うなどお気をつけください。

TOITA Fes 2023

実行委員長
食物栄養科二年 天明 桃子



私がTOITA Fes 2023実行委員長に決めたのは、二〇二二年十二月です。前年度の実行委員長の先輩から推薦されました。突然のことで「なぜ私なのか」と不安な気持ちでいっぱいでしたが、残り少ない学生生活で「最高の思い出を作りたい」「挑戦してみたい」という思いがあり実行委員長を引き受けました。今まで沢山の人の先頭に立ち引張っていくという経験がなかったため、最初はどうまとめていけば良いか分かりませんでした。しかし、副実行委員長の三人や役職リーダーの皆と力を合わせて、TOITA Fes 2023を最高の学園祭にできるように精一杯頑張ろうと決意しました。

今年は「MOMENT」というテーマのもとにTOITA Fesを運営しました。限られた短大生活の中で今しかないこの瞬間を大切にしたい。「Fesが終わった後も楽しかった瞬間や感動した瞬間など色々な瞬間を思い返して、また戻りたいと思うようなFesにしたい」という思いが込められています。そして昨年に引き続き、ハイブリッド型という形で開催をしました。さらに今年は、新型コロナウイルスの感染が緩和されてきたことにより、十一月十一日(土)・十二日(日)の両日とも一般の方のご来場も可能となり多くのお客様に越えただけでできました。

また、マスク着用の制限も無くなり、ステージ上や学内でパフォーマンスをする学生たちの笑顔や表情も見ることができ、とても嬉しく思いました。

今年は、百十一名がTOITA Fes実行委員として運営に携わり、ステージ企画、フロア企画に力を入れ活動しました。また、企画だけでなくステージの照明、音響、YouTube配信用のカメラやスイッチャーの操作、出演者の誘導も全て実行委員で行いました。さらに今回のFesでは、アカデミックな側面として各学科の学生や先生方にご協力いただき、授業の成果を発表する場としても準備をしました。その中でも産学連携のPOP UP SHOPやエアラインカフェ、スンドゥブチゲの企画販売などはFesを大いに盛りあげてくださいました。今年のFesは今まで以上に学校全体を巻き込んで、多くの企業様にもご協力いただき短大史上最大で最高のFesを開催することができました。

このようなFesを開催することができたのは、教職員皆様や卒業生の皆様のサポートがあつてこそだと心より感謝しております。今後とも戸板の学生一人ひとりが輝ける場活躍できる場として、学内最大のイベント「TOITA Fes」に協力いただきけましたら幸いです。

最後になりましたが、今年度も同窓会千草会様、戸板父母の会様から多大なご支援及びご援助を賜りましたこと、深く御礼申しあげます。

TOITA Fes 2023に参加しよう

今年度、久しぶりに千草会はTOITA Fes 2023に参加いたしました。どのような形で参加するか試行錯誤のうえ、「集いのカフェ」を開催することとし、お茶とお菓子を用意して、お客様をお迎えいたしました。多くの同窓生やご家族にご来場いただき、懐かしく楽しい時間を過ごすことができました。

ちぐさ会編集委員会



学生生活

戸板での二年間

服飾芸術科二年 藤代 菜乃

私が戸板女子短期大学を選んだ理由は、成長したい、自分を変えたいと思ったからです。また、ファッション業界で自分の居場所を見つきたいと思いました。

中学時代の私は自分に自信がなく、常に周りからの視線が気になり、外出することが嫌でした。そんな自分の外見を変えたいと思い、身なりに気を使う様になり気がついたことがあります。それは、人の外見で一番多くの範囲を占めているのは服だということです。服が持つ力や効果を知り、アパレル業界に興味を持ち始めました。また、メイクやヘアケアにも力を入れるようになり、美容業界も視野に入れるようになりました。そんな中で、戸板のファッションを幅広く学べる、という点に魅力を感じました。

初めてオープンキャンパスに参加した際に、「自分を変えることができた」とキラキラ輝く先輩方をみて、自分もこうなりたいと強く思いました。

入学後は、ビューティモデルを専攻し、メイクを中心としたファッションを多く学びました。

初めは接客に興味があり、販売員を目指していましたが、アパレルショップと化粧品専門店でのアルバ

イトを経験して、人の悩みに寄り添ったものを一から自らの手で作り出したいと考えるようになり、企画職を目指すようになりました。自信の無かった私に勇気を与え、前向きな気持ちにしてくれた服や化粧品で、自分と同じ悩みを持った人を笑顔にし、寄り添いたいと考えるようになりました。

学生生活では、学生広報スタッフ「チームといたん」として活動をしてきました。この活動で、コミュニケーション能力や臨機応変な対応力を身につけることができました。自分を変えたいと思い挑戦した「チームといたん」は、時には大変な事もありましたが、それ以上の経験と喜びを感じることができました。

また、「学生美容家」としてもオープンキャンパスに参加しました。美容部員のように、来校した高校生にメイクをしました。普段はあまりメイクをしていない高校生にも、授業で学んだ知識や技術を教えるというのは新鮮でした。この経験から、お客様に寄り添うことがいかに大切かを実感しました。



就職活動はなかなかうまくいかず、悩むことも多くありましたが、先生活方やキャリアセンタの方々にサポートしていただき、アパレルの企画デザイナーとして内定をいただくことができました。約二年間の学生生活の中で、様々な経験をし、自分を成長させることができました。ここで得た経験を、今後の人生に活かしていきたいです。

私を変えた二年間

食物栄養科二年 水野 来海

私は高校時代目指すものがなく、進学するのか就職するのか悩んでいました。そんなときなんとなくの気持ちで参加したオープンキャンパスで私の目指す場所が決まったのです。戸板女子短期大学に入学することでした。「学生が主体」となっている活動し「挑戦できる環境」、そして何よりお世話になった「チームといたん」の先輩に憧れの気持ちを抱き、「熱意」のあるこの学校に入学することを決意しました。その後、食の面で誰かを支えたいと思うようになり、二〇二二年四月に戸板女子短期大学食物栄養科に入学しました。

入学してからもう一年半が経ちましたが、栄養士を目指していた私は戸板でたくさん経験させてもらったことで夢が変わり、広告代理店に内定をいただきました。

私はこの一年半で自分を大きく変える二つの経験をしました。一つ目は憧れだった「チームとい

たん」の一員になったことです。私にできるだろうかという不安もありながら、「高校生を支えたい」「戸板の魅力を精一杯伝えたい」という思いで挑戦しました。自分なりに高生のためになることを考え、プレゼンテーションの学科紹介、インスタグラムでの情報発信など日頃から高校生とコミュニケーションを取ることを大切にしていました。また、食物栄養科の学科リーダーとして仲間と密に連携を取ること、高校生に寄り添うだけでなく、受験生獲得のため数字を追うことも意識しました。初めはわからないことだらけで失敗も多く心が折れそうな日がありましたが、オープンキャンパスを通して出会った高校生や保護者の方からいただいた温かい言葉に救われ、戸板に受験を決めたときには本当にやりがいを感じました。

二つ目はプレゼンテーションです。プレゼンテーション実践という授業を履修し基礎を学びながら「FOITAFフォーラム」にも挑戦したことで、自分自身の強みを見つけて、資料を作成する作業は想像よりも遥かに難しくやめたいと思うこともありました。しかし終えたあとにこれまでに味わったことのない達成感でいっぱいになり、プレゼンテーションが楽しいと感じるようになりました。その後、私の中で最も大きな経験となる入学式でのプレゼンターを務め大勢の方の前でお話をする楽しさを知ることができました。



たった二年間という学生生活の中で数えきれないほどの経験を積むことができた戸板女子短期大学。私はこの二年間で大きく成長し本当にやりたいことを見つけることができました。尊敬する大好きな先生方、職員の方々、そして仲間に出会えたことが私にとって一番の宝物です。戸板を卒業後も熱い気持ちを持って日々励んでいきます。



自己変革力

国際コミュニケーション学科二年

田邊 由芽

新型コロナウイルスの影響によって分散登校から始まった短期大学生活。私は始業式の日、白川はるひ学長先生から「女性活躍がますます期待される社会のなかで、時代に即した学びを提供し、実学を通しての人間形成を大切にしながら、明るくたくましく生き抜く人間力・知力をもった社会の構成員たる女性を二年間で社会に輩出していくこと」というお話を聞き、「二年間という短い時間で自分は何を得たいのか考え行動に移すことを決意した。」

私は「自分に自信を持ち、コミュニケーション能力を伸ばす」ことを目標にした。人前で話すことが苦手だった私は高校三年生の春、オープンキャンパスでキラキラしていて自信に満ち溢れている戸板の学生を見て、自分もこうなりたいという理想像が見つかった。そのため、私は二つのことを実行した。

一つ目は「チームといたん」に入り高校生が入りたいと思える接遇をし魅力伝えること。国際コミュニケーション学科の科の科で一番また来たいと思えるリピート率を出すことを目標に日々活動していた。私たちは一位になるという目標を達成するべくチームで二つのことに取り組んだ。

1、「報・連・相」を定期的に行うこと。
2、一人一人の意見を尊重しながら議論を進め、チーム全体の目標を明確にし、それに向けた役割分担を決

め、当日の行動計画を作成する。
以上の二つのことに取り組んだ結果、リピート率一位を取ることができた。この時、私の理想像であるといえに近づけたのではないかと思えた。

二つ目は「TOITAフォーラム」に参加し自分の強みを見つけること。自分の経験を企業の方にプレゼンテーションをすることがで、自分の知らなかった一面を見つけることができる。私は自分の強みが何か見つけることができず、就職活動でどう話せばいいのか悩んでいた。しかし「TOITAフォーラム」に参加した際に、自分にしかできない事があるということに気づいた。実際に企業の方と名刺交換の模擬体験があり、更に具体的なアドバイスもしていた。また、「TOITAフォーラム」では入賞することもでき、この強みがたくさんの方の企業の方に響いたと思うと参加して良かった、これからの就職活動において自信を持って話せると思うととても嬉しかった。



戸板女子短期大学に入學し貴重な経験ができ、自分の将来に繋げることができた。前の自分より今の自分の方がいいかなと自信を持つことができた。二年間は短いと思うが自ら行動するだけで二年間以上の知識が身につく。戸板で学んだことを新しい環境でも取り組んでいきたい。

同窓会千草会奨学生

二〇二三年度の同窓会千草会奨学生は、各学科からの推薦を基に、選考委員会において書類審査、面接を行い、服飾芸術科一名、食物栄養科一名、国際コミュニケーション学科一名の計三名を決定しました。奨学金授与式は七月十三日(木)に、学長白川はるひ先生、服飾芸術科科长井上近子先生、食物栄養科科长川嶋比野先生、国際コミュニケーション学科科科长松井恵美子先生、短大事務局長中村素行様にご臨席をいただき行いました。

この奨学金は、二年生を対象に学業の継続に奨学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ています。

会務報告

1 行事報告

二〇二三年（令和五年）

四月一日 入学式に来賓として会長が出席

四月十八日 『ちぐさ』第六十七号二年生に配布依頼

五月十四日 第一回常任幹事会

二〇二二年度決算報告、二〇二三年度行事計画案、二〇二三年度予算案、幹事会開催について、新幹事・新常任幹事改選、その他

五月十九日 奨学生の推薦書締切

五月二十三日 奨学生面談

〓三十日

六月六日 奨学生選考委員会

六月九日 会計監査

六月二十五日 幹事会 於 友愛会館ホール

二〇二二年度経過報告、決算報告、会計監査報告、二〇二三年度行事計画案、予算案、その他

七月五日 事務担当者の傷害総合保険更新手続

七月十三日 二〇二三年度奨学金授与式

七月二十日 幹事会欠席幹事へ書類送付

七月二十七日 『ちぐさ』第六十八号編集会議 内容検討

八月九日 ウイルスバスター更新 2台分（3年間有効）

八月二十七日 二〇二三年度奨学生に奨学金の振込

八月三十一日 二〇二三年度入学生の会費入金

八月三十一日 第二回常任幹事会 TOITA Fes 2023

参加について、その他

『ちぐさ』編集会議 内容検討、執筆者選定

九月五日 経常費の予算額を三係（庶務・会計・企画）・三委員会（ちぐさ編集・奨学金・支部）に振込

九月二十八日 『ちぐさ』編集会議 執筆依頼、発送

十一月九日 TOITA Fes 2023支援金を学生会宛に振込

十一月十一日 TOITA Fes 2023参加

〓十二日

十月二十二日 学位記ホルダーの発注

十一月三十日 『ちぐさ』原稿締切

十二月一・八・十五・十九・二十二日 『ちぐさ』編集会議 原稿整理

十二月二十二日 新卒会員名簿の依頼

『ちぐさ』原稿を入稿

二〇二四年（令和六年）

一月〓二月下旬 『ちぐさ』編集会議 校正

三月十日 『ちぐさ』第六十八号発行

三月十四日 『ちぐさ』編集会議 稿料、謝礼の整理と発送

三月十六日 卒業式に来賓として会長が出席

三月下旬 第三回常任幹事会

二〇二三年度経過報告、二〇二四年度行事計画案、その他

各係・各委員会会議

二〇二三年度決算、二〇二四年度行事計画案（企画係）、予算案作成

会計係は千草会の二〇二三年度納入会費および寄付金の整理、二〇二三年度決算、二〇二四年度予算案書類の作成

2 二〇二三・二〇二四年度の役員紹介

二〇二五年三月までの幹事百九十九名（留任百八十九名、新任十名）が幹事会で承認されました。また常任幹事、会計監査が決まりました。

会長 小泉きよみ（被27回）

副会長 本田 好子（生18回） 河田 知子（国11回）

常任幹事

被服科 田丸 育代（23回） 渡部 夏美（28回）

生活科 古関 美和（41回） 有川美代子（42回）

英文科 永山クニ子（18回） 佐藤 良子（19回）

顧問 西山 良子（36回） 井部奈生子（46回）

足立智恵子（33回） 日向 美帆（47回）

鈴木 静子（生4回）

多田智恵子（被33回） 駒崎 一子（生30回）

会計監査

■新幹事紹介

二〇二三年四月より新幹事になられた方を紹介いたします。任期は二年です。

服飾芸術科 伊藤 美咲（20回）

食物栄養科 香田 舞（19回） 新井 日南（21回）

二〇二三年三月卒業の新幹事

服飾芸術科 桑島 佑奈（21回）

食物栄養科 酒井陽美稀（22回） 池 空波（22回）

小谷 乃愛（22回）

国際コミュニケーション学科

涌井菜々瀬（20回）

荒駒 瑞穂（20回）

3 会計報告

二〇二三年（令和五年）の幹事会において、二〇二三年度決算、二〇二三年度予算案が承認されましたので、ご報告いたします。

■奨学金について

二〇二三年度の奨学生は、三科六名でした。

各三十万円を六名に、合計百八十万円を支出いたしました。尚、支給方法は、後期授業料の支援として、一括支給としました。

■学生会費について

二〇二三年度の会費納入者は、学生会費四百六十七名・年会費一名でした。

■雑収入について

二〇二三年度ご寄付を左記の方々より頂戴いたしました。

生活科二十回有志

白川はるひ学長

また、休会支部（静岡・栃木・福島）より、ご寄付いただきました。

■学生費について

学生費は、「TOITA Fes」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。

昭和五十三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（二万円）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。

会費の納入をお願いいたしますとともに、ご友人にもお伝えいただければ幸いです。また年会費の方は、既定の振替用紙でご送金ください。

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』六十七号を皆様のお手元にお届けしてから、住所不明者として三百五十四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、同窓会事務室までがき・FAX・メールなどでご連絡ください。なお、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

九時四十五分～十六時三十分

（十二時～十二時四十五分まで休憩時間）

事務担当者 古関 美和（被服科41回）

・水曜日

九時四十五分～十五時三十分

（十二時～十二時四十五分まで休憩時間）

事務担当者 有川 美代子（被服科42回）

住所・電話・FAX番号

戸板女子短期大学同窓会千草会

〒105-0014 東京都港区芝二丁目二十一-17

電話・FAX 〇三・三四五一・四一六九（直通）

メールアドレス chigusa@st.toita.ac.jp

戸板女子短期大学のホームページから同窓会千草会のホームページへリンクしております。年間行事予定や行事報告などの最新ニュースを載せておりますので、是非ご覧ください。

ホームページ

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

QRコードから
ホームページへ
アクセス



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
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
宮崎県支部	江藤 博子（佐藤）	生活科 18回
北部九州支部	休 会	—
福島県支部	休 会	—
栃木県支部	休 会	—

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。

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、こんな記事を見てほしい、また「広がる輪」欄につきましても、このような方がいらつしやるなどのご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つしやるにも関わらず、情報が少なく苦慮しております。おひとりでも多くの皆様の掲載し、ご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。

江澤郁子先生を偲んで

残暑が厳しい初秋のころ、元学長江澤郁子先生が六月十四日に八十九歳で亡くなられたとの知らせが届きました。在職期間は平成十六年四月（二〇〇四）～平成二十二年三月（二〇一〇年）でした。入学生の減少が続く難しい時期に学長に就任され、改革案として検討していた四大化を目指してご尽力されました。ご苦労の多い六年間だったと推察されます。一方、ご父母との繋がりを大切に考え新たに「父母の会」を立ち上げ、今日まで続いております。学生達には学長講演（特別授業）としてご自身のお考えを直接ご講義なさいました。その頃、服飾芸術科の科長だった私は様々な会議で一緒に、何事にも努力を惜しまず積極的に取り組む姿勢に、多くを学ぶことができました。

千草会にもお心を寄せてくださり、千草会奨学金授与式の必要性に言及し行われるようになりました。会報誌「ちぐさ」では四十九、五十、五十四号に寄稿していただき、専門の栄養学や戸板への教育に対する強い思いなどをお書きくださいました。

先生は「ちぐさ」五十四号に「骨つばく生きたい」と書かれております。きっとご自身が望まれた「骨つばい」気骨ある人生を過ごされたことと信じております。

心よりご冥福をお祈り申し上げます。

被服科十八回 小林 操子

宇田敏彦先生

宇田敏彦先生は、二〇一三年二月二十六日に逝去されました。

先生は、昭和五十三年 一般教育科、専任助教授として「江戸の文学」を担当され、井原西鶴の「好色五人女」を題材としておられました。後年、科目名を変更され「文学」（西鶴の小説）としてご担当くださいました。さらに、学内におかれましては、昭和五十五年より学生委員長をはじめ、八王子校舎教務課長を経て、昭和六十一年教授になられ、研究年報編集委員長、戸板女子短期大学生涯教育センター長などの要職を歴任され、平成十三年三月まで重責を全うされました。

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

ちぐさ編集委員一同

永眠者

佐古 静子	（津久井）	中等教員養成科 47回
金木 ます	（中山）	中等教員養成科 48回
菰田 キクエ	（川田）	中等教員養成科 51回
村瀬 泰子	（中山）	高等師範科 22回
松原 京	（松原）	高等師範科 23回
本田 雪子	（渡辺）	高等師範科 27回
須永 綾子	（有田）	高等師範科 28回
木名瀬 哲子	（倉沢）	高等師範科 28回
澤野 よし子	（塙）	高等師範科 29回
川畑 カツ	（金子）	高等師範科 29回
小泉 信子	（白馬）	新設家政科 15回
佐藤佳津代	（丸山）	英文科 15回
八木沼美江	（丸山）	英文科 47回
杉原キクエ	（岩崎）	被服科 3回
丸山キヌ子	（中村）	被服科 5回
丸野 善子	（塚田）	被服科 12回
関谷由美子	（牧口）	被服科 20回
日向野陽子	（漆原）	被服科 20回
渡辺 洋子	（中村）	被服科 40回
佐藤 竹子	（牧口）	生活科 5回
日暮 千恵子	（塚田）	生活科 19回
尾山 久恵	（漆原）	生活科 21回
戸村 智恵子	（中山）	生活科 31回
浦野 智美	（有田）	生活科 34回
梶田由紀子	（倉沢）	生活科 36回
吉澤 澄子	（金子）	食物栄養科 4回
加藤 礼子	（丸山）	食物栄養科 8回

心よりご冥福をお祈り申し上げます。

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。皆様をお迎えし、大変心強く嬉しく存じます。皆様のご活躍とご健康を祈念いたします。

一月一日に発生しました石川県能登地方を震源とする地震により犠牲となられた方々に心よりお悔み申しあげるとともに、被災された方々に心よりお見舞い申しあげます。被災地域の皆様の安全確保、そして一日も早い復旧・復興を衷心より念じ申し上げます。

今号の表紙は、昨年に引き続き被服科同窓生の平林芳子様よりご協力をいただきました。可憐な花の「たんぽぽ」と「カタバミ」を友禅染にて完成されています。お忙しい中「ちぐさ」のためお時間をいただき、編集委員一同心より感謝申し上げます。

最近のスポーツ界の中でも、野球の大谷翔平選手のことが大きく取り上げられ、その影響もあり他のスポーツ界も盛り上がりを見せております。日本のスポーツ、相撲の世界も大きく様変わりをしてきているように思えます。

元学長江澤郁子先生、宇田敏彦先生が鬼籍に入られました。誠に残念です。しかしながら在籍中のお二人のひとかたならぬ戸板女子短期大学へのご尽力を賜りましたこと、深く感謝申し上げます。先生方のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

ちぐさ編集委員

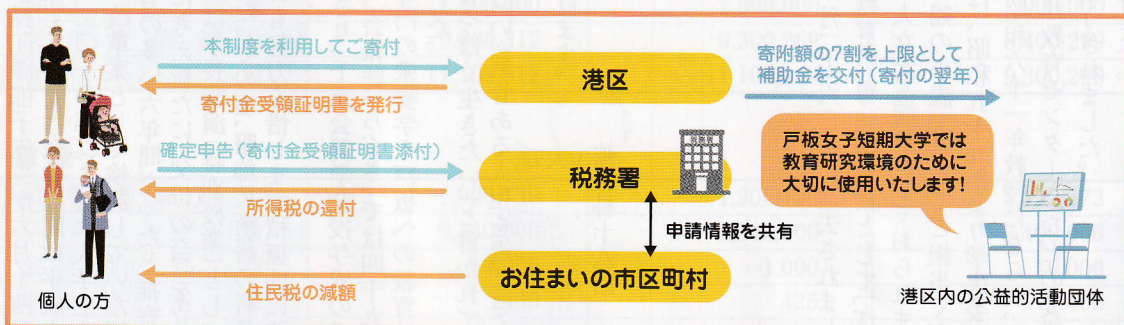
戸板女子短期大学への寄付のお願い

本学の教育・研究の更なる発展、学習環境の充実及び学生生活支援の拡充のために、皆様からの温かいご支援・ご協力をお願い申し上げます。

港区版ふるさと納税制度(団体応援寄付金)を活用して寄付する場合

港区版ふるさと納税制度は、寄付を通じて活力あふれる地域共生社会の基盤づくりを推進するため、「納税者が自ら寄付先を選択し、地域を応援する」というふるさと納税制度本来の趣旨を踏まえ、返礼品によらず、寄付者自身が寄付の使い道をお選びになり、区の出組を応援していただく制度です。

個人の方が対象です。自治体に寄付をすることで所得税や住民税の控除を受けられます。応援したい団体をお選びいただきますと、寄付受付期間(1月～12月)の翌年、寄付額の7割を上限として、お選びいただいた団体へ港区より補助金が交付されます。



ご寄付のお手続き

パソコンやスマートフォンからいつでも簡単に、インターネット経由でお申し込みができます。

- ①下記のURLまたはQRコード「東京共同電子申請・届出サービス」からお申し込みください。
<https://www.city.minato.tokyo.jp/kikaku/hurusatonouzei/katuyou10.html#intanet>

東京共同電子申請・届出サービス



東京共同電子申請・届出サービス

- ②「応援したい団体(団体名称)」欄に【戸板学園】とご入力ください。
- ③お申し込み完了後、港区より納付書が郵送されます。指定の金融機関の窓口で納付してください。

戸板女子短期大学への直接寄付をする場合

QRコードからご回答いただくか、代表電話にご連絡ください。

募集目的: 戸板女子短期大学における教育研究環境充実のため
募集対象: 卒業生、在学生父母、受入目的に賛同する個人・企業・団体
寄付金額: 1口10,000 円以上



戸板女子短期大学
直接寄付に関する
問い合わせQRコード

過年度寄付の使い道について

■撮影機材(録画ルーム1, 2)

就活でのエントリーに、自己紹介動画など、新型コロナ禍、新たな取組が必要になっています。動画撮影室などの機材を購入させていただきました。

■TOITA Fes YouTubeライブ

配信機材

TOITA Fes(学園祭)では、新型コロナ禍ではあったものの、学生達は自ら盛り上げ、YouTube収録・配信をするための機材を購入させていただきました。



問合せ先: 戸板女子短期大学教務部: 03-3452-4161

10年連続 定員数クリア!

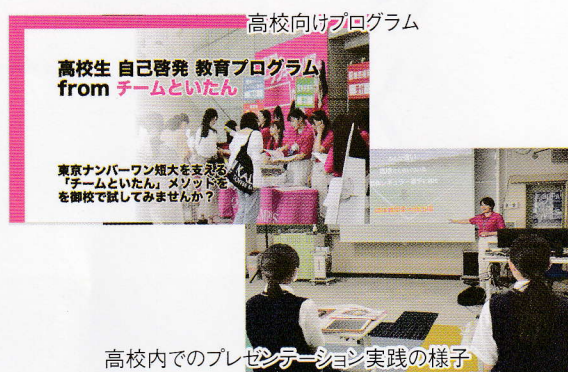
東京で「最も志願者の集まる短期大学」に成長しています!

同窓会千草会の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。
おかげさまで、戸板女子短期大学は「魅力ある短期大学」として各方面から注目されています。

学生広報スタッフ「チームといたん」の活躍

戸板女子短期大学を代表する学生広報スタッフ「チームといたん」は高校生・保護者・高校教員・企業など多方面に向けて「大学の魅力」を伝えてくれています。

今年は高等学校からの要望を受け、プレゼンテーションやコミュニケーションスキルの向上を目指したワークショッププログラムを高校生向けに行う活動にも取り組んでいます。



高校内でのプレゼンテーション実践の様子

【年間表彰式を行いました】

「チームといたん」現2年生は10月に戸板ホールで行われた「といたんアワード 年間表彰式」で約一年半の活動に区切りをつけました。

この日、ホールの観覧席には後輩の1年生だけでなく高校の先生方や内定先企業も訪れ、笑いあり・涙ありの感動的なセレモニーを見届けていただきました。



戸板ホールには約100名の見学者が訪れました

【学生就職支援チーム「きやりたん」始動】

今年、戸板女子短期大学では新たな学生チームがキャリアセンターから誕生しました。その名も「きやりたん」。

主に在学生と企業を繋ぐ役割として、戸板の魅力を発信・紹介していきます。‘就職に強い’戸板の顔となるよう全力で挑みます。



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) 澁谷・堀江
E-mail ao@toita.ac.jp



『ちぐさ』第68号

編 集 ちぐさ編集委員会
発 行 日 2024 (令和6) 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/FAX
03-3452-4169 (直)

E-mail
chigusa@st.toita.ac.jp

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

