

開成の杜

第126号 ●2024年12月17日 ●郡山女子大学大学院 ●郡山女子大学 ●郡山女子大学短期大学部 ●郡山女子大学附属高等学校 ●郡山女子大学附属幼稚園

●発行所／学校法人郡山開成学園 〒963-8503 郡山市開成3丁目25番2号 ☎024(932)4848(代) <https://www.koriyama-kgc.ac.jp> ●発行人／学園長 関口 修



もみじ会の開場式で青空へ放たれた花の種入りの風船 【撮影 山口郁生】

危機その新しい始まり



理事長・学園長
関口 修

師走となり、今年も残された日々が少なくなつて参りました。振り返ればコロナウイルスばかりではなく、様々なウィルスや異変に苛まれ続けられてきた数年間のようです。

今年の元日には能登半島の大震災があり、更に復興途上での豪雨激甚災害の発生、温暖化も進行するなどの地球環境に恐怖を感じます。同時に東京電力福島原子力発電所事故による行政の風評被害対応の在り方には考えさせられます。

一方、ウクライナに侵攻したロシアの行為やイスラエルのガザ地区での非人道的戦闘ばかりではなく、世界中の其処彼処で戦闘・内乱や自然災害による被害が頻発しています。他方、政治の世界では倫理観のない不適切な政治的取引が錯綜し、選挙による混乱で国民の思考が分断されているのではないのでしょうか。真実に基づくべき選挙がSNSなどにより歪曲されている状況は社会生活に混乱を惹起していると考えます。

この様な社会に生活している私たち市民は、地域社会の暮しにこそ目を向けなければなりません。地域が直面し、課題としている問題点を精査し、解決すべき多様なテーマがあるのではないのでしょうか。

安心安全な社会を構築する役割を担うべき若者が少なくなり、限界集落が多くなりつつある現代日本の状況こそが解決すべき根本的な課題です。

物事の優劣や財貨を希求する価値観の追求は人間生活の根源である協調融和を忘れさせ特色ある地域文化を消滅させています。

東京や仙台などの大都市ばかりに人々が集まり、郡山のような地方都市でも地域内格差が極端であり、中心部のみが肥大化している現況に心が痛みます。

市民の思いは、如何なる僻地でも文化的な生活を願っているのではないのでしょうか。地域が各々に安定した生活を享受できない社会では、精神文化の脆弱化が深刻となり日本の民主主義が滅亡してしまします。

国家の中枢である国会と行政は過疎の解消を早急に実施する政策の実行に責任を持つことです。

地域の活性化は流通が生まれ経済活動が活発化されます。そこには多岐にわたる流行が生まれ、その価値判断により個人は評価され、経験し、学びます。これこそ人間の涵養であり、若者が大学で学ぶ意義なのです。

現代を生きる学生・生徒の皆さんには時代を見つめ、現状を大きく変えるための学びが求められているのです。人間の行為により余多に変化する社会環境に流されず、真実を適確に判断し、活躍する能力を社会が求めています。

各学科、専攻で卒業研究発表 大学4年間の学びの成果を説明

郡山女子大学家政学部卒の卒業研究発表は10月と11月に食物栄養、生活科学両学科で行われた(一部は中間発表)。学生は個人やグループで4年間の学びを反映したテーマについて成果や考察を説明した。また、大学院人間生活学研究科では修士論文中間発表を実施、短期大学部専攻科文化学専攻は2年生が学修レポートをまとめた。

■大学家政学部卒業研究発表

【食物栄養学科】

- ▽カンボジアでの教育用食育ツールの活用と農村部の食環境の把握
安齋佑津希／遠藤幸奈／千代彩乃
- ▽家政学の視点を取り入れた食生活の意識調査票の作成(学生を対象に)
児島美音／伊藤舞唯那／舟橋静
- ▽珈琲・健康に関する研究「ichino ichi coffee」との珈琲に合うスイーツの商品開発
渡部綾乃
- ▽都路町産ナツハゼを活用した商品開発②
薄井由依／山田美優／小鷹明日香／鈴木結子
- ▽葛尾村での取組報告2024①
女子大農場でのエゴマ栽培ならびに商品開発について
笹川心暖／高橋聖葉
- ▽葛尾村での取組報告2024②



聴講者から質問を受ける学生

- ▽女子大農場産エゴマを活用した山乃屋との「エゴマ納豆」の開発
海老原彩衣
- ▽葛尾村での取組報告2024③
東北大学栽培産物物を活用した商品開発
丹野友唯／本田美咲紀
- ▽葛尾村での取組報告2024④
「株HANERU」葛尾とのバナメイエビを活用した商品ならびにレシピ開発
小野川史奈
- ▽女子卓球部生徒の食事に関する意識調査
本田ひかり
- ▽女子バスケットボールクラブ所属中学生の食意識調査と鉄摂取状況本多みずき
- ▽裏磐梯・猪苗代地域の特定外来生物ウチタザリガエの分布調査
設楽璃子
- ▽郡山開成学園の環境問題に対する意識と行動に関するアンケート調査
鈴木里穂
- ▽食品に含有するATP量について
石井遥菜
- ▽自然に健康になれる食環境づくりへの取り組み
阿部萌花
- ▽男子高校生アスリートにおける食事の好き嫌いとの関連
石川ともえ
- ▽安齋郁美／塩田いくる／増子愛香
- ▽女子高校生アスリートにおける競技が貧血と月経に及ぼす影響
星宮萌奈／豊子留奈
- ▽消防士への健康増進活動・疾病傾向と生活習慣との関連
星凛／宮田佳奈
- ▽勤労者におけるエイジフレンドリーの取り組みについて
玉木涼子／関根な
- ▽矢吹瑞希／郷まどか
- ▽水溶性食物繊維「ターガム分解質」による女子大生の腸内環境の変化
宇佐美佑生／赤羽桜香
- ▽水溶性食物繊維の摂取による排便及び体調の変化の比較・検討
渡辺菜保／遠藤百恵／三瓶幸恵
- ▽アルコール摂取による血糖の変動「Free styleリブレを用いたグルコース測定」
川上 莉空／清水友妃奈／金田一葉
- ▽女子大生の24時間持続血糖値に対するシンバイオテックスの効果
齋藤晴香／岩沢咲季／野崎聖奈
- ▽サンファイバー(食物繊維含有食品)を用いた摂取量の差による24時間血糖変動の比較
芦名桃花／浅野紗矢
- ▽女子大生における多様な食事についての認知度及び食事提供の試み
酒主真雪／金澤遥菜／豊田ゆい

▽生活活動記録法と加速度計法で求めた身体活動量の比較(個人差の観点を含めた検討)
稲毛日和／佐々木楓花／伊藤寧々

【生活科学科社会福祉専攻】

- ▽スクールソーシャルワーカーの専門性について(教育と福祉の関係に注目して)
遠藤朱香
- ▽きょうだい児や家族による手記等の検討(障害のある子どもへのきょうだい児に関する研究(一))
阿部瑞穂
- ▽きょうだい児研究の動向と今後のあり方(障害のある子どもへのきょうだい児に関する研究(二))
小野なな子
- ▽今を生きるきょうだい児の意識(障害のある子どもへのきょうだい児に関する研究(三))
湯浅朱香
- ▽和服文化における伝統と継承に向けて
秋津もえ



成果を発表する社会福祉専攻の学生

- ▽家庭科教育における食文化の継承
桜本華那
- ▽在宅高齢者と施設高齢者の生きがい感
奥山愛未
- ▽介護職のイメージアップに対する取り組みの検証
荒川千幸
- ▽独居高齢者と地域コミュニティ(矢吹町のいきいきふれあいサロンの現状)
仁井田英
- ▽介護福祉職の死生観が形成されるプロセス
渡邊紫陽花
- ▽認知症予防としての「いきいき百歳体操」の検証
今野世実
- ▽環境感受性の高い学生の強み(質的調査から見えてきた困難への対処法)

泉田沙耶香

- ▽男性高齢者の地域活動の参加に向けて(郡山市の「通いの場」への参加の現状から)
- ▽酒井夏海
- ▽高齢者の社会的孤立の要因について
大河原瑞乃
- ▽精神障害に関する差別意識の現状
山田佳奈
- ▽スクールソーシャルワーカーの現状から
長谷川聖
- ▽小規模多機能型居宅介護事業所におけるレクリエーション事業所職員を対象とするアンケートから
鈴木真弓
- ▽家族介護者支援に関する情報提供の現状(郡山市高齢者あんしんセンター(地域包括支援センター)において)
- ▽薄里里香
- ▽相模原障害者施設殺傷事件から考える優生学(日本に導入された経緯と旧優生保護法に着目して)
高久桃愛
- ▽今後の在宅医療と介護の連携に必要な要因について(郡山市と那須塩原市の連携の実態から考える)
藤田愛乃
- ▽衣服に対する女子大生の意識と実態
山口紗英

■大学家政学部卒業研究中間発表

- 【生活科学科建築デザイン専攻】
- ▽石岡市におけるエリアリノベーションに関する考察
高橋桜
- ▽DX化の実態と今後の建築の在り方についての考察(ニューノーマル時代における空間の変化と価値)
磯野夏実
- ▽断熱性能と省エネルギー化の関係に関する考察(消費者の断熱への理解を深めるために)
鈴木瑞歩

就職部より

社会情勢の変化のスピードが速く、雇用をめぐる環境も大きく変わっている。
就職は売り手市場と言われ、本学の10月末の就職状況は、昨年よりも早期化が顕著で、内定率も良くなっている。その半面、就職内定辞退が増えている傾向が見られる。
11月27日には第5回就職ガイダンスで、就職内定者の就職活動報告会がある。先輩の話を聞いて、毎年このガイダンスが就職活動を始めるきっかけになっている。
先日、大学2年生の就職ガイダンスでAIAシススタント(人工



中間発表で経過を説明する学生

- ▽多世帯住宅が少子高齢化対策に及ぼす影響について(山形県を事例として)
佐藤優莉奈
- ▽LED照明の利点と問題点に関する研究(LEDが人体に与える影響)
川崎舞
- ▽東北に見られる家庭内事故に関する考察
山ノ内希音
- ▽福島県における空き家リノベーションの現状と課題
中村ゆう
- ▽障害者支援施設における建築的支援の在り方(福島県の障害者支援施設を対象として)
小檜山菜緒
- ▽養蚕書にみる養蚕建築の形式と専用建物の特徴
古内蘭
- ▽材料明細帳を用いた奥山家住宅の再

知能)を用い文書作成を行った。自分の強み、ガクチカ(大学時代に力を入れたこと)である程度の単語を入れたら、AIIが瞬時に文章作成をしてくれる。過去の振り返りから時間をかけて行う自己分析が、こんな簡単にガクチカを作成するのは誰かが驚かされた。だからこそAIIが作成した文章を何度も修正して、自分の考えに近づけるため論理的な理解力、読解力も求められる。AIIにはできない思考力を磨くことを努めてほしい。
生成AIを中心とした技術革新は経済環境を大きく変えつつある。生じた変化に対して迅速に対応できる柔軟な適応能力を養う力が求められる時代

評価と活用事業の実践

- ▽南会津町田島石造医院の建築的保存価値と持続可能な活用提案
菊地亜実
- ▽韓国帰属財産文書にみる日式家屋の動向
石井琴実
- ▽福島県における近現代建造物の特徴と地域性(文化庁主催近現代建造物緊急重点調査事業)
鈴木佑那

【生活科学科社会福祉専攻(教職課程履修)】
▽大学における災害時の障害学生対応(障害種ごとの困り感と支援方法について)
中島ほのか- ▽きょうだいの困り感と学校現場で求められる支援
長谷川佳帆
- ▽子どもの関心を高める伝統音楽の授業内容の検討
柳沼胡春

【人間生活学研究科】

- ▽福島県内の介護保険施設における嚥下調整食提供に関する調査報告
久保木陽子
- ▽学校給食における個々の摂取量に関する研究(簡易版学校給食摂取量評価票の検討)
鏡味柚

【短期大学部専攻科学修レポート】

- ▽近代ヨーロッパの教育事情
一藩校教育に取り入れられた洋学の背景
佐久間礼奈
- ▽宗教文化としての田村伝説に関する一考察(中世から近世へ)
鈴木美衣奈
- ▽近代ヨーロッパ軍制改革
幕末・明治期の日本が学んだ西洋の軍隊
大武春香

新任教職員の紹介



郡山女子大学短期大学部

【期限付採用】

(11月1日付)



杉本 ゆか 講師

筑波大学大学院図書情報学
報メディア研究科博士後期
課程単位取得満期退学(令和4年3月)。前職は近畿
大学ほか非常勤講師
▽所属 郡山女子大学短期大学部地域創成学科

父の教えや想い、襖絵展を語る 教養講座 大山忠作氏の長女・采子さん



大山忠作氏の想いなど語る采子さん

る直前、書き遺した「凛として」という言葉を主題に「父・大山忠作と成田山新勝寺襖絵展を語る」の副題で講演。「勝ち負けや結果に拘らず、好きなことを思い切りやればいい」という父の教え、制作に当たって大胆さと繊細さを併せ持った日本画家としての信念などを語った。

二本松市の大山忠作美術館で開かれた「大山忠作襖絵展」について、筆を執った40数年前の姿に触れながら、人生の転機となつた忘れられない光景や、三春の滝桜と福島市高湯の楓(紅葉)を描いた郷土への愛着などを紹介した。

襖絵展に2万7千人余来場
地域創成学科2年生も協力
襖絵展は10月1日から11月

棟方志功の魅力に触れる

第224回芸術鑑賞講座

第224回芸術鑑賞講座「棟方志功版画展」は10月8日から13日まで建学記念講堂で開かれた。

昭和の時代に独自の技法と理念で版画の芸術性を高め、国内外で幅広く活躍した棟方志功の世界を紹介した。自ら「版画」と名付けて裏側から彩色も施した作品や、肉筆の倭絵、書など45点を展示した。

師と仰いだ柳宗悦らの民藝運動に携わったり、仏教の信仰心から生まれたたりした作品をはじめ、母親への思慕から女性のふくよかさを表したという作品が並んだ。

第78回もみじ会の共催で、学生や高校生に限らず、一般開放したため多くの美術愛好者や棟方志功のファンが鑑賞に訪れた。



棟方志功の世界を紹介した版画展



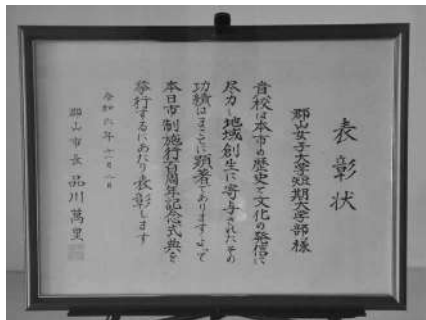
多くの来場者を集めた襖絵展

短期大学部の尽力を表彰 郡山市制百周年にちなみ

郡山女子大学短期大学部は、郡山市から市制施行百周年にちなみ表彰を受けた。

日本遺産「一本の水路」にちなんだ取り組みで文化庁の日本遺産サポーター大学第1号に登録されたことや、地域文化と教育の向上に寄与してきた功績を称えられた。

11月2日に行われた市制施行百周年記念式典の席上、表彰状を贈られた写真。



赤い羽根共同募金を 郡山市社福協へ寄付



善意の募金を贈る学生・生徒代表

郡山開成学園は赤い羽根共同募金に賛同し、学生や生徒、教職員らから寄せられた124432円を郡山市社会福祉協議会へ寄付した。

学内で行われた贈呈式では、大学と短大友会の三村日湖、緑川凌香両厚生部長、高校生徒会の根本向日葵会計が郡山市社福協の柳沼英行常勤副会長へ浄財を手渡した。学園の皆さんの善意は、地域の福祉向上と生活に困った人々の支援などに役立てられる。

能登半島豪雨の被災地へ義援金

郡山開成学園は能登半島豪雨災害への義援金として280716円を福島県内の新聞社2社を通じて被災地へ贈った。

10月から11月にかけて大学・短大両学友会、高校生徒会を中心に協力を呼び掛けた。学生、生徒、教職員をはじめ幼稚園の保護者らも善意を寄せた。

浄財は、大学学友会の中野愛彩前厚生部長、短大友会の緑川凌香厚生部長、高校生徒会の長井ひなた会計が福島民報、福島民友両新聞社へ届けた。



被災地への義援金を届けた学生・生徒代表

附属高のプロジェクト「マッピング」をうすいで上映
附属高の2年生が郡山市制施行百周年にちなみ制作したプロジェクト「マッピング」が11月3日夕、うすい百貨店の壁面で上映された。

文部科学省の高等学校DX加速化推進事業(DXハイスクール)の採択を受け、母校と郡山市の過去から次の百年をテーマにした作品に取り組んだ。



店舗に映し出されたプロジェクト「マッピング」

「郡山市民の歌」や「うすい百貨店の歌」に合わせた今と昔の風景、附属高の音楽科生のピアノ演奏と美術科生がデザイン・編集した学校生活の映像、郡山市フロンティア大使のゲリンボーイズが作った記念曲「ゼロ年目からのバイナダー」に乗せて未来へのメッセージを表現した。



ピアノ演奏をする富岡さん

当日は富岡桃花さん(音楽科)が作品の紹介とピアノの生演奏を行い、買い物客らが足を止めて見入った。

大学・短期大学部両学会が主催した初のフォトコンテスト「focus...私の学び舎」はこのほど審査が行われ、一等賞に長谷川楓華さん(食物栄養学科2年)の「青空の下」の風船」が選ばれた。

コンテストは学生が撮影したキャンパス内の印象的な風景、インスタ映えする風景、エモいと感じた風景を募集した。37点の応募があり、事前に学友会が催した写真講座で講師を務めた山口郁生氏(元地域創成学科非常勤講師)らが審査した。

長谷川さんの作品は、もみじ



表彰される一等賞の長谷川さん(左)

会で風船が放たれる瞬間をとらえた唯一無二の作品と評価された。11月20日に開かれた学友会総会の席上、表彰式が行われ、そのほかの入賞者と共に称えた。

「一等賞は長谷川さん
学友会フォトコンテスト」



一等賞



「青空の下」の風船

食物栄養学科 長谷川 楓華



佳作

「学校のうずまきと太陽」
生活科学科 齋藤 咲良



二等賞

「学園の秋の始まり」
幼児教育学科 荒木 優花



佳作

「春一番」
幼児教育学科 榊原 菜穂



佳作

「努力の証」
幼児教育学科 鈴木 里奈



第78回
もみじ会

キャンパスに笑顔と躍動

第78回もみじ会は10月12日(土)13日(日)に開催されました。抜けるような青空に恵まれた開場式では花の種入りの風船が空高く放たれました。今年のテーマは「ACTIVE CAMPUS 24」。学生・生徒・園児の学びや活動成果の披露をはじめ、学友会企画の俳優・神尾楓珠さんのトークショー、同窓生と教職員のカフェやバザーなど学園一体となった催しが繰り広げられ、多くの来場者でにぎわいました。



練習を重ねたダンスを披露

幼稚園の運動会は10月26日に高校グラウンドで開かれました。園児たちは家族の応援を背に、玉入れやリレーなどで元気いっぱい競い合いました。合同のダンスでも練習した成果を披露しました。



[大学] 仲間の声援を背にゴール

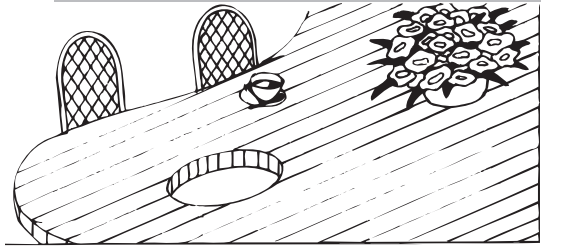


[高校] 力を合わせ綱を引く生徒

もみじ会の環として高校(9月26日)、大学短大(10月9日)でそれぞれ大運動会が開かれました。高校ではクラス対抗の綱引きや長縄とびなどを繰り広げ、リレーには先生チームも出場して熱走しました。大学・短大は前日の雨の影響のため屋内での競技となりましたが、リレーやドッジボールなどに仲間の声援を受けて力の限りを尽くしました。

ティールーム

コミュニケーション・フォーラム



女性が主役のお祭り

郡山女子大学生活科学科 講師 佐藤 久美

大学院2年生の時、学会参加のため、スペイン南西部の海沿いにある、カディスという街を訪れました。滞在中、一緒に行ったスペイン人の教授が、どこからか隣町のお祭りの話を聞いてきて「学会の空き時間に行きましよう」と提案してくださり、お祭り会場へ向かいました。

そこで目にしたのは、色とりどりのフラメンコドレス!!そこにいた女性たちの多くが、フラメンコドレスに身を包み、着飾っていました。お祭り会場は完全に女性たちが主役。年頃の男の子のグループが、同級生と思われる女の子のグループを見て話しかけるタイミングを伺っている様子は微笑ましく、どこことなく日本の夏祭りや浴衣に似ていると思いました。でもやはりどこか違うの



お祭り会場の着飾った女性たち

です。

会場を歩きながら、この健康的で活気に満ち溢れた雰囲気はどこから来るのだろうかと考えて、気がつきました。その街のあらゆる年代の女性、小さな女の子から、車椅子に乗った、おばあさままでがドレスアップすることを楽しみ、自信たっぷりに歩いているのです。その圧倒的パワー!年齢は関係なく、むしろ先輩女性の方が堂々としていました。そして女性たちをエスコートする男性もまた、どこか誇らしげでした。

フラメンコドレス、着飾る女性たち、そのパワーすべてが、その街の伝統として引き継がれていることを感じた素晴らしい時間でした。

出会う



短期大学部健康栄養学科2年 児玉 七海

短大での2年間で家庭寮で過ごすことにしたのは、両親の勧めはもろろんですが、見学した際の雰囲気良さが決め手でした。入寮したての頃は、知り合いがいらない見知らぬ土地での集団生活になかなか慣れることが出来ずホームシックになってしまいました。

不安で心が折れそうだった時、同じ県出身の子が話しかけてくれました。それから互いの部屋で一緒に課題をしたりテレビを見たり、休日には遊びに出かけたりと同じ時間を過ごすことが多くなりました。その友人のおかげで寮に帰る楽しみができました。郡山での学生生活が楽しくなりました。時間を忘れて他愛もない話をしたり、時には悩みを打ち明けたり、同じような目

標を持ち切磋琢磨し合えるこんなにも素敵な友人に出会うことが出来たのは幸せなことだと感じています。家庭寮での生活で私は、大切な友人を見つけたことが出来ました。いつも支えてくれる友人にとっても感謝しています。

親切な生活指導員の先生方、温かい調理員の方々、信頼できる友人に囲まれた中で寮生活は大変と感ずることもありましたが、私にとつては楽しく快適な2年間でした。実家とはまた違った生活様式の中で生活するうちに両親のありがたみを感じることが多くなりました。人としてもひとまわり成長したような気がします。卒業までの3か月の中で、さらに多くの思い出を作りたと思っています。(イラスト:短期大学部健康栄養学科 2年 森口 芽依)

もみじ会を振り返って

部長 松崎 由奈

今年度、私たちは8名という少人数だったため、日頃の成果を発揮できる場、全員の集大成の場として考えたのが、もみじ会でした。

クラス5名、パーカッション1名、ガード2名という編成で、演奏に隙間ができないように楽譜を調整し、一人が複数のパートを担いながら演奏しました。パーカッションは今年度新たにドラムセットを取り入れ、ガードはソロの曲を振り付けし、自分たちのできる最大限の力を発揮できるように試行錯誤しました。

演奏の中では、全員がパーカッションでのアンサンブルや、書道部のデビューにBGMを担当してコラボレーションできたことは、とても記念になりました。全員で書道部の支えとなるべく、グラウンドエスケープを一から編成を考え、曲作りをしました。その中で

はガードもパーカッションに参加し、8名で演奏が成り立つのか不安でしたが、今年度の目標でもある「挑戦する」という思いが強くなり、最後までやり遂げることができました。マーチングが誰かの支えになるという貴重な経験ができ、大きな自信にもつながりました。

本番を迎えるまでに、挫折しそうになったり、先生や部員とぶつかり合ったりしたこともありましたが、その時に私たちが諦めずに話し合いを重ねられたのは、最後の演奏演技を成功させたという思いが強くあったからです。大勢の方にいただいた拍手や声援は、私たちの一生の思い出になりました。私たちに託された大成功といえるもみじ会ができたのは、校長先生をはじめ、支えてくださった全ての方のおかげだと感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。(もみじ会クラブにも写真掲載)



ソロで踊るガードの2名

私の本棚

「ヤクーバとライオン」

作・絵: ティエリー・デュー
訳: 柳田邦男 出版社: 講談社

郡山女子大学短期大学部幼児教育学科 講師 深谷 悠里絵

主人公のヤクーバはアフリカの奥地に住む少年です。この村では、ある年齢になると独りでライオンを見つけ、槍で殺さなければならず、そうしなければ

定期的な運動には、2型糖尿病などの代謝性疾患の予防や改善の効果が期待されます。2型糖尿病、高血圧症、脂質異常症の共通の原因である「骨格筋のインスリン抵抗性」が運動で改善されることが影響しています。インスリンは、骨格筋などへの血糖の取り込みを促し、脂質代謝や血圧の調節にも関与しており、インスリン抵抗性が改善されれば、これらの代謝性疾患の予防や改善につながります。

生活診断室 シリーズ 74

AMPKと運動

郡山女子大学食物栄養学科 准教授 諏訪 雅貴

断されても運動を行えばAMPKにより骨格筋に血糖が取り込まれ血糖値が下がります。2型糖尿病の第一選択薬であるメトホルミン(商品名:メトグルコなど)も、その効果の一部にAMPKの活性化作用があります。

AMPKの活性化の効果が期待できる運動として、中高強度の持続的運動(やや息がはずむ運動)や、階段登りなど、強度、階段登りなど、レジスタンス運動(筋トレ、スロースクワット、ダンベル運動など)があります。実は、インスリン抵抗性の改善にも同様の運動が求められ、ウォーキングなど強度の低い運動では効果は限定的です。健康づくりのために、ややきつい強度の運動も取り入れてみましょう!

一人前の若者として認められませんか。

いよいよその年齢になったヤクーバは、照りつける太陽のもと荒野を歩き続け、ようやくライオンに出逢います。しかし、そのライオンは深い傷を負っていて立つことも出来ません。もはや殺すことはヤクーバにとつては簡単です。そのライオンを殺して英雄になるのか、それともみんなからばかにされ軽蔑されても、命を守る選択をするのか、ヤクーバは苦しみ悩みます。「本当の勇気とは何か」。ライ

オンの目がヤクーバに問いかけます。いろいろな困難に直面したとき自分は何の道を選ぶのか、子どもだったなら、いじめられている子を見つけたらどうするか。とても考えさせられる内容です。「ヤクーバとライオン」は2冊にわたって「勇気」と「信頼」について書かれ、迫力のある大判な絵本にモノクロな絵で視覚的にも訴えかけます。読み聞かせにもお勧め出来る本だと思しますのでぜひ読んでみてください。

高校バレーボール部

春高へ9年連続出場

附属高校バレーボール部は第77回全日本バレーボール高校選手権大会(春高バレー)の福島県代表決定戦を制し、9年連続26回目の出場を決めた。

11月19、20の両日、福島市で行われた代表決定戦で、附属は準々決勝の磐城第一、準決勝の原町を2-0のストレートで下し決勝へ進出。決勝では3年連続の対戦となった聖光学院に第1セットを奪われたものの、守りの修正から徐々に持ち前の攻撃力を発揮し、続く3セットを連取して勝利した。

附属は現チームで最後となる晴れ舞台に向けてレベルアップを図り、1月5日開幕の全国大会の初戦で都市大塩尻(長野)と戦う。



9連覇を達成し春高バレー出場を決めた部員

福島教授の道元研究『思想』で特集を掲載



本学の福島寅太郎(何燕生)教授が自身の研究を基に企画・編集に関わった岩波書店の月刊誌『思想』9月号 特集「道元」の思想」が発表された。写真。

禅宗・曹洞宗の開祖、道元は仏教の求道者だけでなく、哲学者として世界中に知られている。1921年創刊の『思想』の特集で日本の仏教思想家を扱うのは初めて。哲学や仏教に限らず、エコロジー、人類学、比較文化論など多様な観点から国内外の研究者の論文、寄稿を掲載した。

冒頭の思想の言葉で、仏教学者で僧侶の木村清孝氏は、AIの誕生が象徴する新文明の世に生きる人類にとって、時代

附属高校令和6年度(秋季)各種大会・コンクール成績

【新体操部】

◆第78回国民スポーツ大会(SAGA 2024)

▼団体総合 第18位

▼福島県高等学校新人体育大会

▼女子団体 第1位 東北大会出場

▼個人総合

第1位 渡邊紗奈(2年)、第2位 松岡るな(2年)、第3位 佐藤咲来(1年) 以上東北大会出場

▼種目別

第1位 渡邊紗奈、第2位 松岡るな、第3位 佐藤咲来

▼同リボン

第1位 渡邊紗奈、第2位 松岡るな、第3位 村田浩彩(2年)

◆東北高等学校選抜大会

▼団体 第1位

▼個人総合

第3位 渡邊紗奈、第4位 松岡るな

▼同フープ

第3位 渡邊紗奈、第4位 松岡るな

▼同リボン

第3位 渡邊紗奈、第4位 松岡るな

【バレーボール部】

◆第78回国民スポーツ大会(SAGA 2024)

▼一回戦

福島県本校 2-1 高知県

▼二回戦

福島県本校 1-2 山口県

◆福島県高等学校新人体育大会

▼女子総合 6位

▼トラック 6位

▼5000M競歩

第1位 鈴木莉緒(2年)、第3位 渡部琉楠(2年) 以上東北大会出場

▼100M

第4位 時田桜子(2年) 以上東北大会出場

▼200M

第7位 時田桜子

▼400M

第4位 平原真緒(2年) 以上東北大会出場

▼砲丸投げ

第4位 吉田美虹(1年) 以上東北大会出場

会出場

▼1500M

第8位 石井みなみ(2年)

▼3000M

第8位 石井みなみ

◆東北高等学校新人陸上競技選手権大会

▼5000M競歩

第1位 鈴木莉緒(2年)、第3位 渡部琉楠(2年)

▼400M

第3位 平原真緒(2年)

◆福島県高校駅伝2024

第10位

【テニス部】

◆福島県高等学校新人体育大会

▼団体 出場

▼シングルス出場

小針遙香(2年)、鏑木莉夢(1年)

【剣道部】

◆福島県高等学校新人体育大会

▼女子団体 ベスト8

第1位 中井田咲里(2年)

ベスト8 吉津知巴(2年)、野口姫依(2年)

【ハンドボール部】

◆福島県高等学校新人体育大会

第1位

◆令和6年度福島県卓球選手権大会

▼ジュニア女子シングルス

ベスト8 野々宮好芭(2年)、柳沼夏帆(1年)

ベスト16 酒井汐里(2年)、神谷美月(1年)、山田結奈(1年)

◆福島県高等学校新人体育大会

▼学校対抗 第2位 東北大会出場

▼ダブルス

第2位 酒井汐里・柳沼夏帆

第3位 神谷美月・山田結奈

ベスト8 野々宮好芭・秋元愛美(1年)

▼シングルス

ベスト8 酒井汐里、神谷美月

ベスト16 野々宮好芭、山田結奈、柳沼夏帆

【合唱部】

◆第78回福島県合唱コンクール

銀賞 東北大会出場

◆第76回全日本合唱コンクール東北支部大会

銅賞

【書道部】

◆第4回全国高等学校書道パフォーマンス大会

第2位

◆第4回国際音楽コンクール東京本選

第4位 石川芽衣(2年)

と地域、歴史性と風土性などの時空を超える道元の普遍的思惟に耳を傾けることを薦めている。

福島教授は、序文に当たる「特集にあたって」をはじめ論文「禅と人類学の地平―岩田慶治の道元論を読み直す―」を執筆、討論「自己・他者・世界―道元思想を読み直す―」の司会も務めている。

農村住宅の近代化を探る 長田准教授が研究を本に



生活科 学科建築 デザイン 専攻の長 田城治准

教授らの共同研究をまとめた『大地と生きる住まい―開墾地にみる農村住宅の近代化』(小沢朝江/長田城治/野村渉 創元社)が12月11日、刊行された。写真。以下、書籍の内容

明治期の開墾・開拓は、殖産興業と土族授産の意味が強く、住宅の建設は一部を除いて移住者に委ねられ、入植者は過酷な住環境に置かれていた。しかし、米騒動を契機に政府は食糧増産のため耕地拡大策に着手。入植者が開墾事業に専念し、事業を速やかに進めるうえで住環境の充実が不可欠とし、住宅や共同施設に対する改善支援を展開した。本書で扱う大正期から昭和前期の開墾地では、住宅改善を施した最新の農村住宅と、公会堂や食堂、作業場など共同施設を備えた「理想村」の実現が目標に掲げられ、その実態は「農村の社宅」ともいふべき存在だった。

本書は長年の実地調査に加え、農林省刊行物や各地に残る開墾関係の公文書、図面資料を渉猟し、明治から大正期の

米騒動を経て昭和に至る農民生活の実像を、具体的な生活の場となった建物を通して連続的に捉え直すもので、矢吹原開墾地(福島県)など全国の開墾地を収録している。

石井さんの「屋台風鶏団子」ミートデリカコン最優秀賞



最優秀賞に選ばれた石井さん

国産食肉を使った料理のアイデアを競う「2024ミートデリカコンテスト」福島県大会で大学食物栄養学科1年、石井沙菜(せな)さんが考えた「屋台風鶏団子」が最優秀賞に選ばれた。

「屋台風鶏団子」は鶏ひき肉を団子にして、たこ焼き風に

最優秀賞の石井さんは来年1月11日に東京都内で開かれる全国大会に出場する。

附属高の味戸さん最優秀賞 県きのこ料理コンクール

第9回福島県きのこ料理コンクールで附属高校食物科1年、味戸梨緒さんが応募した「福島のしいたけソースのえのきステーキ」が最優秀賞に選ばれた。

県森林・林業・緑化協会と

そのほか大学食物栄養学科の千葉若菜さん(1年)が優秀賞、河野歩乃佳さん(3年)が特別賞、府中優衣さんと飛知和希美さん(ともに1年)が奨励賞に選ばれた。



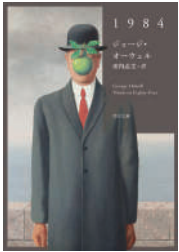
最優秀賞を受賞した味戸さん



新しい本が
届きました。
第27回

郡山女子大学 大学図書館

令和6(2024)年7月23日、8月5日に
ジュンク堂書店郡山店で開催した、学
生協働選書企画「選書ツアー2024」
にて、参加した学生さんが選んだ本の一
部をご紹介します。



『1984』
ジョージ・
オーウェル著/
田内志文訳,
KADOKAWA
請求記号
933.7II O



『永遠の
デザインとことば』
ディック・
ブルーナ著,
KADOKAWA
請求記号
726.601II Bu



『急がば
転ぶ日々』
土屋賢二著,
文藝春秋
請求記号
914.6II Tu



『ルビンの
壺が割れた』
宿野かほる著,
新潮社
請求記号
913.6II Y13

附属高校修学旅行

私たち附属高校2学年は11月26日から30日まで、広島
関西方面に修学旅行に行っていました。広島では厳島
神社や原爆ドーム、資料館、京都、奈良では歴史的建造物
や文化財に触れ、とても勉強になりました。また、大阪では日
本三大水族館の1つである海遊館を見学、最終日にはUSJ
の1日を満喫しました。5日間貴重な経験をする事ができ
て、とても良い思い出になりました。



初日に宮島を見学した一行



▲広島で平和学習の
講話を聴く



◀清水寺の夜景に
上がる歓声



京都を巡り学業成就も願う



はかま姿で古都を散策



最終日はUSJで思い出づくり

12月21日に幼児向けイベント
幼児教育学科は12月21日午
前9時30分から建学記念講堂
でキッズフェスティバルを開催す
る。卒業研究発表会を兼ね、遊
びやダンス、ミュージカルなどを
繰り広げる。入場無料。



子どもたちと触れ合った学生ら

「ニコニコ」でも館まつりで
幼教の学生が歌やダンス
短期大学部幼児教育学科の
1・2年生は11月10日に郡山
市で開かれた「ニコニコ」でも館
まつりに参加した。
郡山市と福島民友新聞社な
ど共催の「みまろ」キャンペーンの
一環。子どもや保護者と触れ
合いながら、ごみの減量やリサ
イクルなどを呼び掛けている。
約40人の学生が参加。子ど
もたちとダンスを踊ったり、紙
芝居やパネルシアターを上演、
ミュージカル「白雪姫」も披露し
た。最後は子どもと一緒にキャ
ペンソング「GO!GO!GO!環
太郎」などを歌った。

秋から冬へと移ろう中、木々が葉
を落とし、静寂に包まれた景色が
学園内に見られる今日この頃で
す。その中の落ち葉が風に舞うそ
の行く末は予測できませんが、そ
の様子は、VUCAの時代と呼ば
れる現代の不確実性に満ちた社会
に通じるものがあるように感じま
す。未来を完全に見通すことが困
難な状況下では、過去の枠組みに
執着するのではなく、不安定さを
受け入れ、変化の波に乗る柔軟性
が新たな可能性を切り拓く鍵と
なるでしょう。また、木々が葉を
落とす姿は一見すると終わりを

木もれ陽

思わせます。しかしその実、木々は
次の季節を見据えた準備を着々
と進め、落ち葉はやがて土へと還
り、新たな生命を育む循環の一端
を担っており、無常に見える世界の
中にも生命が連綿と続いているこ
とを教えてください。私たちもま
た、変化の中で生きる存在です。木
枯らしに吹かれる寒さの中で一見
休息している様に見える自然が、
確かなリズムで次の春を準備して
いるように、私たちも日々の中で少
しずつ未来に向けた足場を築いて
いると信じて日々を過ごしたいもの
です。
(康)



高校美術科3年 遠藤 姫菜
「庭」
F50号

《第75回県南美術展
青少年奨励・福島民報社賞



高校美術科3年 佐藤 百恵
「ひなた」
F50号

第75回県南美術展
青少年奨励・福島民報社賞

紙上美術展105

郡山女子大学附属高校美術科3年生、絵画専攻者の作品です。授業のみなら
ず、朝や放課後の時間を活用して熱心に制作を行っています。美術科では3年間
の集大成として卒業作品展を実施しており、その展示に向けて制作した最初の
作品です。各種公募展覧会の出品を積極的に行っており、輝かしい成果をあげ
ています。