

大学生発！人と地球の笑顔のためのフリーマガジン

s u s t e c ☺

TAKE
FREE

Vol.9 Oct. 2009

幸せになりたい！

お金貯めたい！

恋したい！ おいしいもの食べたい！

特集：欲

sustainability + ecology

S U S t e c o

世の中にはあふれる「エコ」。本当にエコなことって何だろう。何をすればいいのか分からぬ……。
そんなあなたに、サステコは提案します。サステナとしてみませんか。

ピンときたら行動

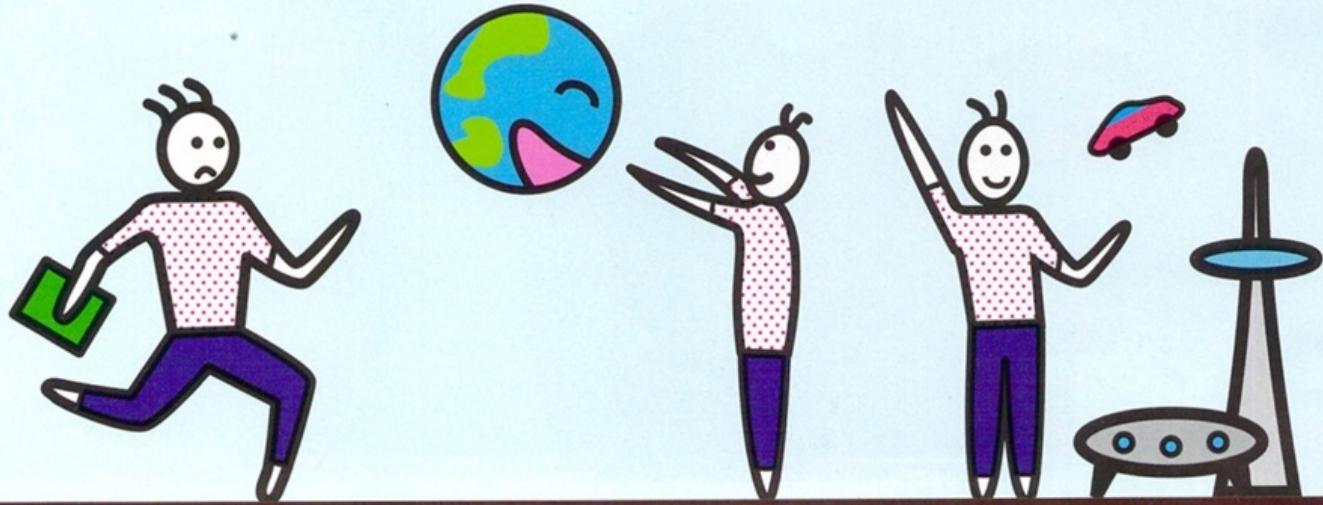
気になった記事があれば、少しでも取り入れてみてください。きっと自分に地球に良い形で返ってくるはずです。

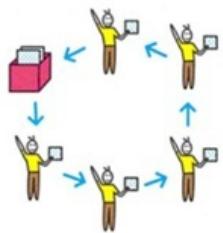
地球もそうだけど、人のために

楽しく生活していたら、環境にも貢献していた。サステコは、地球も笑顔になれる情報を発信します。

未来までハッピー、それが持続

今も未来も笑顔が続いたら素敵じゃない?ずっと先まで笑顔を大切にしていける社会。それがサステコが目指していることです。



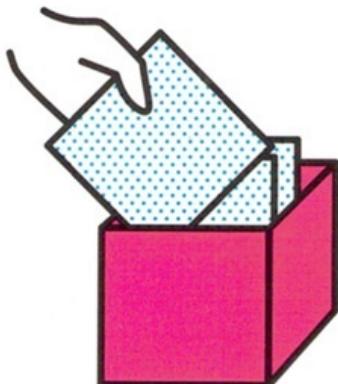
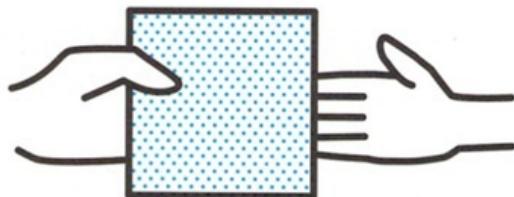


サステコを ワタシテコ

読み終わったサステコは、
設置場所に戻すか友達に渡して下さい。
みんなで読めば、その分資源を節約できる。
そんな、新しいフリーマガジンの読み方の提案です。

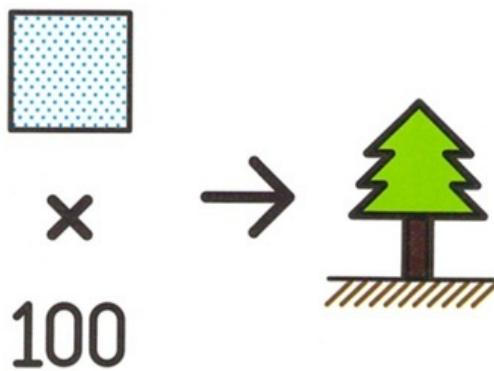
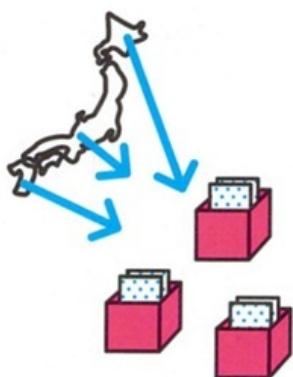
渡す

戻す



1月15日に回収します

協力：NPO 環境リレーションズ研究所 <http://www.presenttree.jp/>



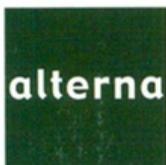
設置場所にあるサステコは、
すべて回収されます。
100部回収するごとに
1本の木を植えます。

CONTENTS

協 力

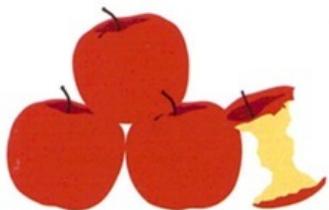


日立環境財団



今号の表紙

今号の表紙は欲望にちなんでリンゴです。禁断の果実リンゴ。キリスト教ではアダムとイブが楽園を追放されることになった、欲望の象徴です。でも、確かに赤々としたリンゴを前にしたらかぶりつきたい！



特集：欲

6 GDPなんかもう古い！これからはGNH

～物欲へのアンチテーゼ～

10 精子たちが困っています

12 2大欲求に挑む男、高橋がなりが語る！

～欲との付き合い方～

16 今年の秋は草を食もう！略して草食だい！

18 ECO KECHI

19 恋の課外授業～サステナブルな恋愛のヒケツ～

20 「ありがとう」じゃ恥ずかしい

22 オルタナ×サステコ

就活、こんな見方もあるんです。

24 Beauty & Handsome

26 氷結パッケージの秘密！／恥ずかしくないよ、さあ「ウンコ！」／臭くないから、寄ってらっしゃいな。／あなたの右ポケットに地球が丸ごと入っちゃいます。

28 あなたと、ゴミ拾い、green bird

僕らは欲があって、 生きている。

「幸せになりたい」「恋したい」「おいしいもの食べたい」「お金を貯めたい」
「いつか温かい家庭を築きたい……」

日々の生活は欲や願望であふれています。あれやりたい、これもやりたい！我慢なんてしたくないっ。そんなアナタにぴったりの今回の特集は“欲”。ポジティブなサステコ流「欲の満たし方」を紹介します！

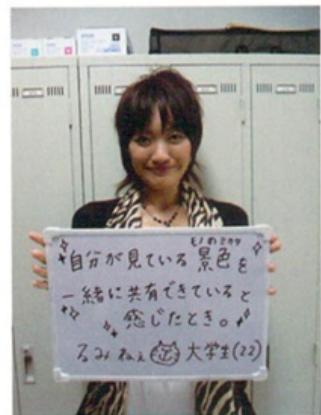


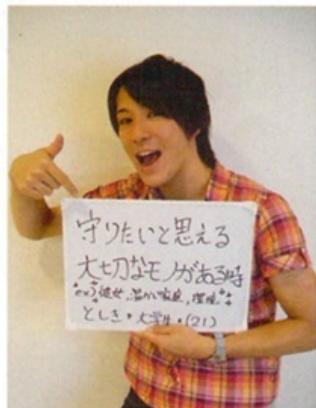
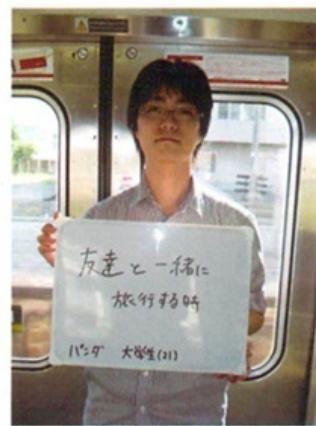
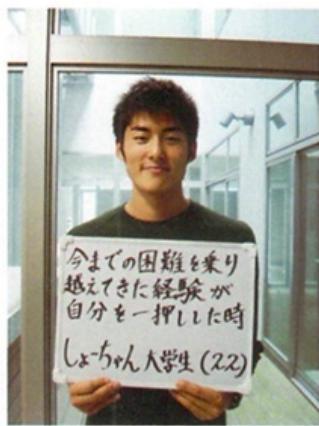
GDP なんでもう古い！これからは **GNH**

教えて☆ みんなのシアワセ、感じるとき



撮影：田澤俊希 デザイン：関和音





物欲への アンチテーゼ！？

GDP なんでもう古い！ これからは GNH

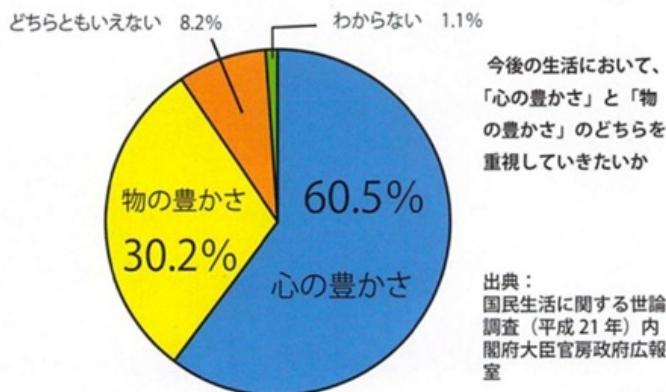
文：田澤俊希
デザイン：関和音

グッバイ、GDP！

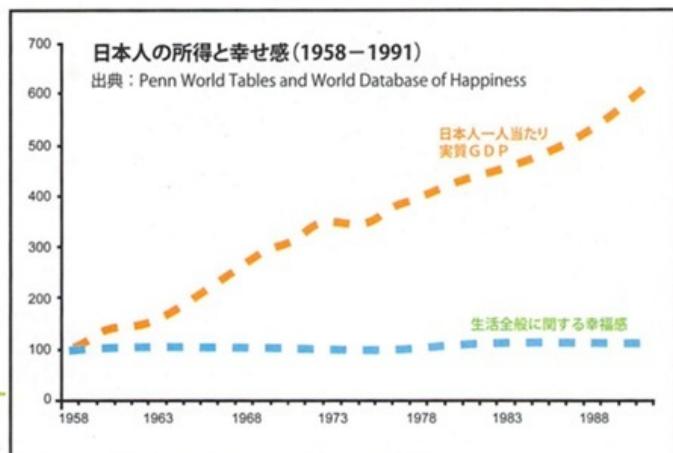
これまで「豊かさ」というと「物の豊かさ」を指してきました。例えば、国の豊かさを測る際は GDP（国内総生産）が使われています。これは、1年間に生産・消費されたモノやサービスの総額を表しており、経済成長力の指標です。GDP が大きいほど、豊かだというけど、本当なのかな！？折れ線グラフをみると、国民1人当たりの GDP は6倍以上増えている一方、幸福感はずーっと横ばい。つまり、物の豊かさと幸せは必ずしも比例していないのです。

そこで、1976年にブータンという国の王様が「GNH が大切である」と発言しました。これは、GDP の「生産物(Product)」ではなく、「幸福(Happiness)」を基準とした「GNH(国民総幸福)」で本当の豊かさを測ろうという新しい試みです。つまり、GNH を用いることで GDP では反映されなかった豊かさを表すことができるのです。円グラフにあるように、心の豊かさを重視していきたいという私たちの想いを正確に反映できるのは、GDP ではなく GNH のではないでしょうか。将来、GDP が死語になる日が近いかも……！？

前ページでは様々な幸せの形を紹介しました。実は1つだけ共通点があります！何か分かりますか？それは「心の豊かさ」という点です。心の豊かさとは、精神的な面で充足感を感じることです。その反対は「物の豊かさ」。これは、物質的・金銭的な面で充足を感じることです。例えば、「バーゲンでたくさん新しい服を買いたいな！」という物欲。つまり、物の豊かさはお金さえあれば、得ることができる。でも、20人の答えに共通する心の豊かさは、決してお金では得ることができない幸せなのです。



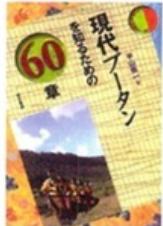
出典：
国民生活に関する世論調査（平成21年）内閣府大臣官房政府広報室





ブータン国王の シアワセ論

ブータンのこと、
もっと知りたい人にオススメ！



「現代ブータンを知るための60章」
明石書店
著：平山修一

GNH を説いたブータンの国王。当時、なんと彼は 21 歳！私たちと同年代なのです。彼は先進国の経験やモデルを研究して「経済発展は南北対立や貧困問題、環境破壊、文化の喪失につながり、必ずしも幸せにつながるとは限らない」という結論から、GNH という概念にたどり着きました。私、脱帽です！！

GNH という概念のもと、ブータンは①経済成長と開発②文化遺産の保護と伝統文化の継承・振興③豊かな自然環境の保全と持続可能な利用④よき統治の 4 つを柱として開発を進めているのです。

GDP= 幸福、じゃなかった！？

GDP ランキング TOP5 (GNH ランキング)

- 1位：アメリカ合衆国 (23 位)
- 2位：日本 (90 位)
- 3位：ドイツ (35 位)
- 4位：中国 (82 位)
- 5位：イギリス (41 位)

GNH ランキング TOP5 (GDP ランキング)

- 1位：デンマーク (28 位)
- 2位：スイス連邦 (20 位)
- 3位：オーストラリア共和国 (26 位)
- 4位：アイスランド共和国 (93 位)
- 5位：バハマ国 (127 位)

GDP ランキングは、IMF の 2006 年度版です。
GNH ランキングは、英・レイチェスター大学のエードリアン・ホワイト氏が 2006 年に発表した『世界幸福地図』に基づき、作成しました。

まず、GDP ランキングをみてみると、私たちが住んでいる日本は世界で 2 番目に GDP が高い国なのです。一方、GNH ランキングでは、90 位と一気にランクダウンしています。ちなみに、2010 年に日本の GDP を越えると予想されている中国の場合、GNH ランキングでは 82 位。他の GDP ランキングベスト 5 の国をみても、GNH ランキングが高いとはいえません。次に、GNH ランキングをみてみると、ベスト 5 の国は GDP ランキング上位に位置していることがわかります。このように、「GDP= 豊かな国」とはいえないことがわかります。ちなみに、GDP が世界で 160 位であるブータンは GNH ランキングでは 8 位に位置しており、アジアで最も幸せな国なのです！

経済性だけを求めるだけではなく、「自分にとっての幸せとは何なのか」を改めて考え、周りに惑わされないよう軸を持って生きることが、本当の豊かさを手に入れる近道なのかもしれません。そう、ブータンの国王のように……。

幸せについて、改めて
考えてみたい人にオススメ！



「幸せって、なんだっけ」
ソフトバンク新書
著：辻信一



取材・文・久保田瞬／デザイン・山本泰之

慌ててページをめくろうとしたアナタ ちょっと待ってー！

そう、精子です。男にとっては毎度おなじみ、おたまじゃくしみたいなアイツ。けなげに尻尾を振って泳ぐ精子たち。いつか子供を産むときに、コイツらが欠かせません。ところで、よく考えてみると、小学校の頃、女の子たちは集められて自分たちの体について話をされてた……。でも、男の子にはそんな秘密の授業はナシ。僕らは精子のことを知っているようで知らない！？

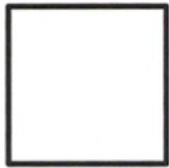
しかも今、精子たちが困ったことになっていると分かってきました。そこで、この記事では精子をドーンととりあげます。女の子もカレシのために読んでね★

○ まずは……知っていますか？ 精子のこと

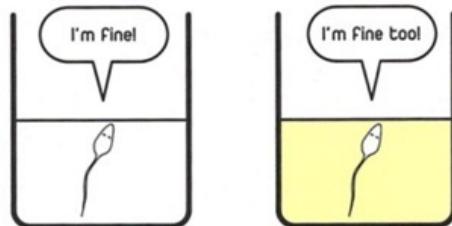
1000

精子ちゃんは1秒間に
300～1000匹生まれます。

WHITE = PROTEIN



白いのはタンパク質の色です。
精子ちゃんの色ではありません。



子作りに精液の色は関係ありません。



精子ちゃんは女性の体内で
2日間生き続けます。



ためずにどんどん出しましょう。
元気な精子ちゃんを大切に。

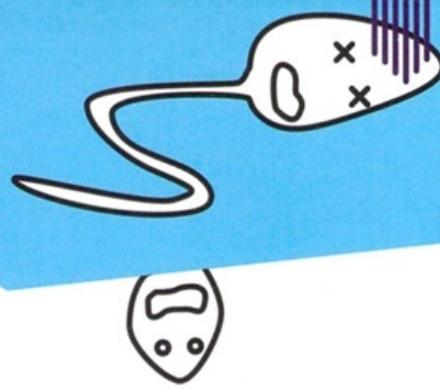
○ そんな精子たちの悩みとは？

「いざ、結婚して子供を産もうと思っても、作れない」そんなことが起きるなんて信じられないかもしれません。実際に若い夫婦で増えています。

従来、子供ができると、女性に原因があるとされていました。しかし、実際には子供ができる場合、男性も女性も半々くらいの割合で不妊だとされています。男性の不妊については診療が遅れていたのだと。子供ができるから女性側の治療を3年続けて、ある日男性側の精液を見たら、無精子だったなんてこともあるそうです。

じゃあ、男性の不妊にはどんな場合があるのだろう、というと精子などに異常がある場合と、女性の膣の中で射精できない射精障害といった2パターンあるんです。

そしてなんと、精子に異常が起きやすい生活習慣というのがあるそうです（あくまでも起きやすい、というだけで、以下の環境にある人の精子が必ず異常になるわけではありません）。



○ 精子を守るために

温めない

下半身の体温が他の場所に比べて高くなってしまうとよくないのだと。睾丸の温度は体温より3~5℃低いです。体温より1℃以上は低くないとマズイです。膝の上にノートPCを乗せたりするのは要注意です。

ストレスに注意

戦争中に検査した精液中の精子と、平和なときの精子では違いが見られるそうです。やはりストレスが多いと精子も異常をきたしやすいのでしょうか。

タバコを吸わない

タバコは自分の健康だけでなく、子作りにまで影響を与えてしまうそうです。他にも色々と問題があるタバコ、自分のためにも将来の子供のためにも控えたほうがいいかも。

つまり……自分の体にとって良くないものは精子にとっても当然よくないんですね。精子は男の分身なんです。いざ子供が欲しくなっても、できなかつたらやっぱりショック。そうならないように、精子たちのことも考えてあげましょう。



○ お医者さんから大学生へのメッセージ

今回の記事を書くにあたり、恵比寿つじクリニックの辻祐治先生に取材をしました。辻先生は国内に数えるほどしかいない「男性不妊」の専門医です。先生によると、最近、精子の異常以外にも若者を中心問題になっていることがあるそうです。そこで、若者に向けたメッセージをいただきました。

ちゃんと手を使ったマスターべーションをしよう！

射精障害の人も増えています。強い刺激に慣れてしまうと、なかなか治りません。うつぶせや電話帳に挟むなどの刺激の強いことはやめましょう。

自分の玉ちゃんを触ってみよう！

40歳前の男性で一番多いガンは「精巣ガン」だそうです。玉を触って、堅いのに痛くないコリコリする石みたいなものがあったら、泌尿器科へ行きましょう。

INTERVIEW

2大欲求に挑む男、高橋がなり氏が語る! ～欲との付き合い方～

取材・構成：久保田瞬 デザイン：山本泰之

AV業界で100億の売上を達成。一転し、今は農業の世界で食に向き合っている人物がいます。国立ファーム有限会社の高橋がなり社長。性欲と食欲に挑んできた高橋氏に、人間の欲についてちょっぴり過激に語ってもらいました！

<AV業界で性欲と向き合い制覇した10年間>

1人のためにAVを作ったら1万人が喜ぶ

「僕は性に興味がなかったから」

AV業界での成功の秘訣についてたずねた返ってきた言葉だ。高橋社長は、1995年にソフト・オン・デマンド社を設立した。本人の言葉を借りると“努力しなくともなんとかなってしまう”AV業界を変えたくて、自分がなかったのだそうだ。彼はさっそく型破りな作品を世に送り出す。

「できるだけエロじゃないAVを作りたいなあと思って、最初は全裸でスポーツするだけの作品から始めました。絡みのないAVですね。それがバカ売れしたんです。欲っていうのは刺激です。同じ刺激を繰り返すとその

刺激を感じなくなりますよね。だから、自分は今までのAVとは違う形式の作品を作つていこうと。そうしたら消費者がついてきたんですよね」

それからはお客様のアンケートに応える形で、作品を作つていった。

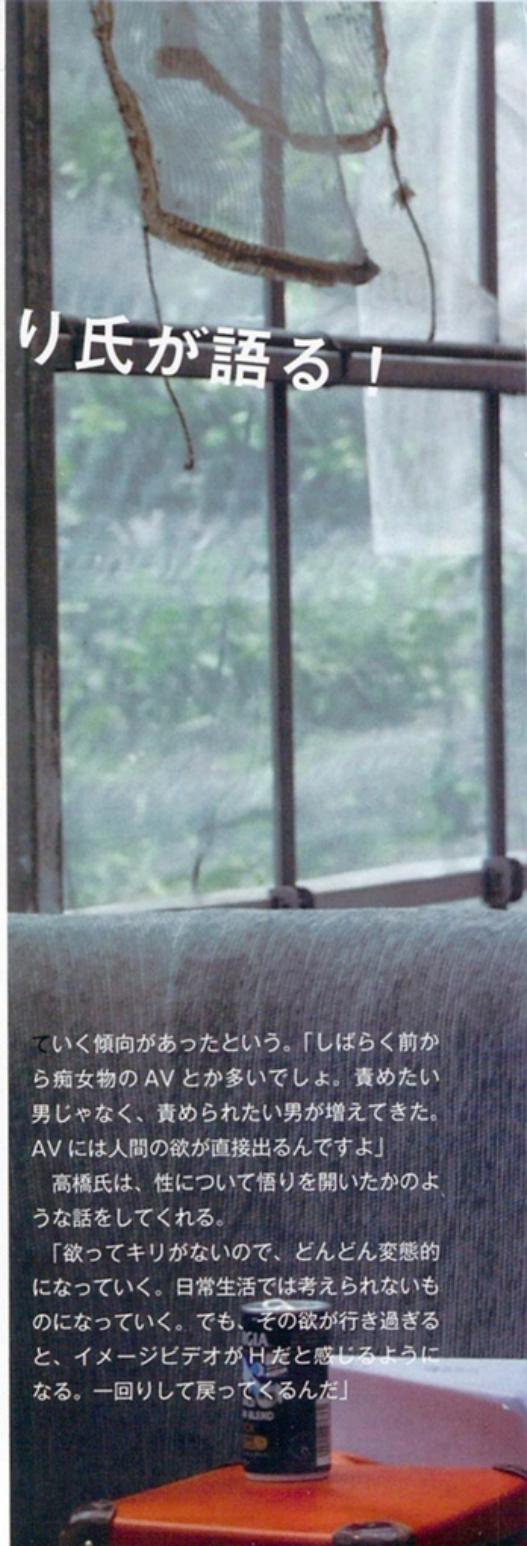
「1人のお客様が葉書に書いてくる企画を、徹底的にその通りに作つてあげるとヒット作が生まれる。すると他のお客様もより細かく書いてくる」

その結果、数多くの企画物のAVが彼の手によって撮られていく。最近、草食という言葉が流行ったが、以前から男性が弱くなっ

ていく傾向があったという。「しばらく前から痴女物のAVとか多いでしょ。責めたい男じゃなく、責められたい男が増えてきた。AVには人間の欲が直接出るんですよ」

高橋氏は、性について悟りを開いたかのような話をしてくれる。

「欲ってキリがないので、どんどん変態的になっていく。日常生活では考えられないものになっていく。でも、その欲が行き過ぎると、イメージビデオがHだと感じるようになる。一回りして戻ってくるんだ」





Profile

1958年生まれ。専門学校卒業後、佐川急便にてドライバーを経験。その後、テレビ制作会社IVSに入社。テリー伊藤に師事し、「天才・たけしの元気が出るテレビ!!」などの番組制作にかかわる。その後、AVメーカー「ソフト・オン・デマンド」を設立。10年間で売上を100億円に伸ばし引退した。日本テレビ系列「¥マネーの虎」に出演。2006年に「国立ファーム」を立ち上げ、代表取締役を務める。



国立ファームの畠。
ここで野菜作りも行っている。

国立ファームの直営レストラン「農家の台所」のサラダバー。新鮮な野菜が並ぶ。

<金持ちになって思ったこと>

金持ちになっても選択肢の幅が広がらない

AV業界で成功した高橋氏は10数億の富を手にした。

「金持ちになって幸せな人ってなかなかいないんじゃないかな。金持ちは金持のフリをしなきゃならない。俺が立川の田舎で暮らし始めたら、なんで六本木に住まないの?って言われるんだよね。どこにでも住めると思ったら、『お金持ちは六本木に住むもんだ』って。それって選択肢の幅は増えてないんだよね。金持ちは小さな家買ってつましく暮らしちゃいけないの?しかも、持ってるお金や資産を減らさないようにするっていうだけでエネルギーが必要なのよ。俺の目標は、夏に窓を開けて眠れる家を作ること。今は強盗が来たら困るから、雨戸もシャッターも閉めて寝てる。でもクーラー入れると体に悪いじゃない。自由に窓開け放して寝る贅沢が、貧乏時代にはあったよなあ。盗られることを恐れない環境、それが財産だった」

<農業に出会い、おいしい野菜作りに向き合っている現在>

自然の理に適っている、それは気持ちの良いこと

AV業界を引退した高橋氏は、「国立ファーム」を設立、農業の世界へと段りこんだ。

「土作りに力を入れている農家さんがおいしい野菜を作ってるんだよ」と顔を輝かせながら話す高橋氏。先ほどまでAVの話をしていた人物とは思えない。彼はなぜ農業に転身したのか。理由はAV業界の時と同じ、日本の農業を変えたいからだ。

「人と違う野菜を作つて差別化しようとしても、違うという価値を経済的に評価してもらえない。それが気に入らなかつた。人が作つてもこれほど差が付かないモノって他にないと思うんですよね。絵画だとピカソの絵と、売れない絵描きの絵では、1億倍ぐらい値段に差がつくのに。現実は芸術品みたいにすごい野菜があるんだけどね」

やはり農業という食に関する業界にいると、人の食欲と向き合うことになる。食欲も性欲と同じでキリが無い。

「肉を食べるのって人の欲ですよね。おい

しいものを食べたいっていう欲があるから肉を食べる。世の中には俺より太った人がいっぱいいるよ。欲にキリがなくていい肉とか食べて太った人がいっぱいいる。肉を食べる人がいっぱいいると、牛が増えて飼料も増えてカロリーをどんどん消費していく。だから、肉をいっぱい食べると日本の食料自給率は下がっちゃうんですよ。いざとなったら米と大豆食つてりや自給できますから。それで何がいいって、みんな健康になるんだよね(笑)」

AVであれ農業であれ高橋氏の根底にあるのはものづくりへのこだわりだ。

「搾取主義への抵抗なんです。お金を追つかけるよりも、モノを作ることによってどうやって人を喜ばせるか、それを感じて自分もまた幸せになれる。この価値観を高めるとみんなもっと幸せになれる、ってことを伝えたい。精神的な充足感ですね。お金は、人を満足させたご褒美です。農業で

2006年4月設立。代表取締役：高橋がなり。

「農業改革」を掲げ、ものづくりの主役である生産者の社会的地位の向上を目指している。また、農業の川上から川下までを一貫して手がけている。川上では、女性だけのスタッフで構成された山形県の「国立ファーム ガールズ農場」での生産を、川下ではこだわり野菜のレストラン「農家の台所」を国立、恵比寿、新宿3丁目と多店舗展開。また、独自の流通ルートを切り開き、六本木など、都内の高級スーパーでの農家の台所ブランドのコーナーが常設されている。今後も、さらなる店舗展開など、販路および規模を拡大していく。

お知らせ

来たれ若者！君も経営者を目指してみないか？イン

ターンシップ募集中！

応募（メール）はこちら：hr@kf831.com

●農業体験してみたい女子大生、大募集！

女性だけの山形ガールズファームで3日間農作業が
体験してみませんか？

応募（メール）はこちら：joshidaijp@kf831.com



＜がなり流、欲との付き合い方＞

欲のないやつは害にもならないけど、益にもならない

高橋氏は欲との付き合い方をどのように考えているのだろうか。

「欲のないやつは害にもならないけど、益にもならない。欲が無ければいいっていう発想はやめましょう。本当にそういう人、草食系がほんと増えて来ちゃってる。僕は欲の強い人間っていうのは車でいうところのエンジンだと思ってます。エンジンの排気量がいっぱいあるから前に進める。そして倫理観がブレーキ。ブレーキをかける人間がかけてどんどん進んでいくんだと思っている。そして情報がハンドルなんでしょうね。今の子達は『どうせ走り出したら止めなきゃいけないでしょ、なら走らないほうがいい』って思ってしまう。それは周りの人たちに何の役にも立たない」

欲を持てといいう高橋氏、環境問題についてどう考えているか訊いてみた。

「環境がボロボロになって、ヤバいことをしてたなって反省したら、全員が向きをかえ

るはずですよ。でも、まだ全員が反省していない。「まだいいじゃん」って。それぞれの価値観がバラバラなんだよね。揉めあっていても、言ってるだけで疲れちゃうと思う。要はまとまらないんですよ。AVも同じで、業界が4つぐらいの倫理団体作ってる。1つにすればいいのに好き勝手やっている。AVと環境問題と一緒にするなんて言語道断ですが、結局反省するまでまとまらないのが人間だと思う」

高橋社長は取材の時もタバコを離さず吸っていたのが印象的だった。

「夜に1食、朝から帰るまで何も食べないで1日5箱吸ってるんですよ。でも健康診断はオールA。たぶん好きなことやってるからだろうな。とにかく理由つけて我慢するのが一番健康を害してるんじゃないかな。自分の意志で生きることが最も健康に通じると思う」

最後に大学生に一言いただいた。

「エンジンを大きくしてほしいですよね。大きくなると周りの人間に迷惑をかけるけど、敢えて暴走しておきなよ。社会に出たら、『ほらお前ブレーキ甘いだろ、傷つけちゃったじゃないか』って直してくれるから」

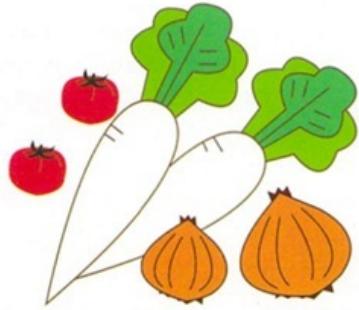
もそれは同じ。農家に野菜を使わせてもらうために交渉に行って、高く買わせてくれって言っても、その人がウチを気に入らなければ平気で断ってくるんですよ。彼らは自分の意志で生きているんです。家族もまとまって、楽しく生きてる。彼らの幸福度って総合点では一番高いと思うんですよ」

農家の人たちが幸せそうな理由は、自然との付き合い方、だと考えている。

「やっぱり農業ばら撒くのは肌感覚で気持ち悪い、どうすれば撒かないで元気な野菜作れるか、というようなことを日々、努力なさっているんですよ。残渣など捨てるべきものをまた集めて堆肥にして、土に入れるとふかふかなっていく。雑草や虫もむやみにとらない。自然を味方に付ける農法やついたら、循環型農業になっちゃったわっていう。自然に理に適っていることは気持ちの良いこと。そして、それが人間性に現れるんじゃないかなあ」



草食系男子！？違います。今回紹介するのは、草を食む男子。略して草食男子だ！あ、ちなみに草食女子ももちろんあります。



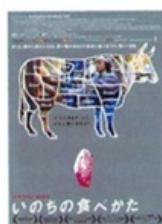
今年の秋は草を食もう！

略して、草食だい！

食べ物について、もう一回考えてみよう！

腹ペコで、肉がジュージューと焼けているところを見ると思わずよだれが出ちゃう！肉っておいしいし、みんな好きですよね。でも、よく考えると、そのお皿の上の肉も元は、生きていた豚さんや牛さんだったんです。豚さんの場合、電気ショックで気絶させられ、解体させられていきます。あまり想像したくない風景ですが、そうやってできた肉を私達は食べているんです。

では、どうやって食に向き合つていけばいいのでしょうか。世の中には、そういう肉食に疑問を持ち、肉食を控える人たちもいます。いわゆるベジタリアンです。彼らの食生活に、何かヒントがあるのかもしれません。



いのちの食べかた (2005年)

監督：ニコラウス・ゲイハルター

牛や豚、野菜や果物が育てられ、加工されて食卓に並ぶまでを、淡々と描いたドキュメンタリー映画。牛の解体工場で働く女性が無表情で昼食を食べるシーンでは不気味ささえ感じます。

ベジタリアンの人聞いてみたあれこれ

そもそもベジタリアンって何だよ！？って思った方、ベジタリアンとは動物性食品避けた食生活を送る人たちのことです。しかし、肉はダメで野菜だけ！という人ばかりではありません。卵や、乳製品、蜂蜜なら、食べる人もいます。また、気軽に野菜を楽しむ「ゆるベジ」も増え、ストイックなイメージは薄れつつあります。でも本当にそんな生活してるの？なんて疑問に思う方もいるでしょう。そこで、上智大学4年生のベジタリアン、下地聰子さんにインタビューをしてきました。

—ベジになったきっかけは？

サークルの先輩に勧められて。東京という慣れない環境で、体調を崩していましたこともあり始めました。

—ベジになって変わったことは？

体重が減りました。大学に入って8kg増えたのですが、ベジ生活で12kgやせました。それから肌と便秘には効果できめんでしたね。これ女の子にとっては重要です（笑）

—家でベジ料理は作りますか？

はい。ベジ生活を始めてから、料理を良くするようになりました。ベジ料理の良いところは、後片付けがラクなところですね。肉の脂のようなギトギトがないので、洗剤いらずです。考えてみると、肉の脂でギトギトの皿は自分の胃の中と同じなんですね。



あな吉さんのゆるベジレシピ

今回のレシピはゆるベジ料理研究家の浅倉ユキさん（通称：あな吉さん）から頂きました。肉を使わなくても簡単でおいしい「ゆるベジ」を提案し、作る人も食べる人もハッピーになれるレシピを書籍やウェブで紹介しています。

『トマトそば』（2人前）



材 料

そば 2人前

トマト中1～2個（よく冷やしたもの角切りに）

醤油大さじ1と1/2

青じそ少々（せん切りに）

わさび少々

作 り 方

1. ボウルにトマトを入れ、醤油と混ぜる。

2. そばをゆでてざるにあげ、水でよくもみ洗いしてから水気を切り、1を上からかける。青じそとわさびをかけて、出来上がり！

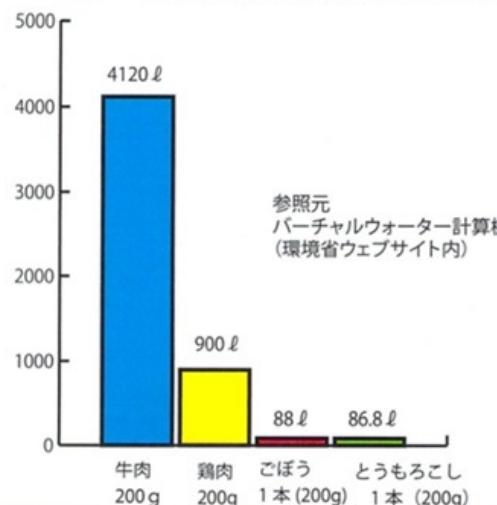
気ままに、 ベジタリアン？

少し前から、肉食の環境負荷を考え、ベジタリアンの人たちを中心に「休肉日」をもうけようという動きがあります。最近では、元ビートルズのポール・マッカートニーさんが、週一日は肉を食べない日を設けようというキャンペーンを行っています。

無理をしない、けれども、時には体と環境を気遣う。それが休肉日です。週に一日は肉を食べない。そんな生活はいかがでしょうか！



肉って実はけっこう地球に厳しいんです……。
輸入している食料を日本で生産したら、どれくらいの水が必要になるかをグラフにしてみました。

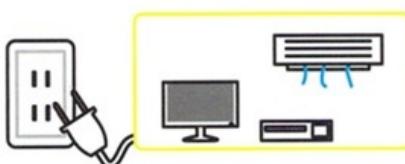


ECO KECHI

文：杉野慧 デザイン：山本泰之

海に花火にBBQ。あ～楽しかった♪夏休みに出会ったあの子を、今度デートに誘うぞ……と思ったら遊びすぎてお金がない！今すぐ節約しなきゃ！でも我慢はしたくな／＼な。そういうれば、節約って環境にもいいんじゃないかな？しかも、巷じゃエコな人だとウケがいいとか。

自分のお財布にやさしいと思ったら、実は地球にもやさしくなっていた。そんな生活はどうでしょう？



¥4000

使い終わったらコンセントを抜こう

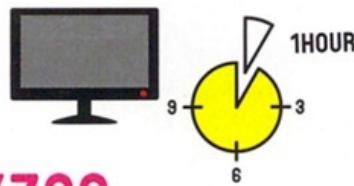
パソコン・プリンター・テレビ・DVDプレイヤー・携帯電話の充電器・エアコン・電子レンジ・ドライヤー……。意外と使っていない彼ら。出かける時にコンセントを全部抜くのは大変だから、使うときだけコンセントを挿す習慣を。



¥860

沸騰させるとときは蓋をしめよう

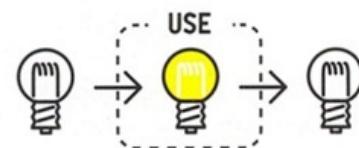
蓋を探すのが面倒とか言わないで。きちんと蓋をしてから火をつけよう。料理の時も蓋をして加熱効果アップ！彼女にモテなしのカレーをつくる時は、必ず蓋をしてスピーディーな提供を。心もお腹も満足♪これで彼女の心も冷めにくくなるはず。



¥700

テレビを1時間やめてみよう

ついついつけちゃうテレビ。なんとなく見ていたら1時間経っていたってこと、よくあるんじゃない？その1時間、テレビをやめてデートの計画を立ててみよう。完璧なデートで彼女のハートをくすぐるぜ！



¥750

電気をこまめに消そう

彼女からメールが来ないかな～と気にしているあなた。メールと同じくらい、電気も気にしよう。使っていない部屋の電気は常にオフ。電気を頻繁に消したら、メールもたくさんくるかも！？



¥5600

シャワーの流しちばなしをやめよう

「清潔さ」は欠かせないけど、デート中に彼女の話を流したらもうおしまい。シャワーだって同じ。流しちばなしのままシャンプーなんて、もっての他！1分1秒の重みは大きいぞ。

¥2300

トイレの「小」は「小」で流そう

「小」なのに「大」で流しちゃうあなた。何を恐れているの？「小」で十分流れます。「大」は「小」の倍の水を使うんだって。

1YEAR ¥16710

以上7つを全て実行すると・・・1年で16710円！これだけあれば、自転車を買うこともできるし、フリマで40着服買えるし、うまい棒も1591本、大人買いでくる。ちょっと意識するだけで、すぐできるエコケチ生活。まだあります。続けらればかりのお値段。今から始めてみませんか？

※東京都の1人暮らしと仮定して計算しています。



¥2500

飲み物を薄めて飲もう

そろそろダイエットしなきゃやばいんじゃないかな？彼女は細身がタイプかもしれないし。よし、カルピスやボカリを薄めて飲んでみよう。カルピスは5倍希釈のところを8倍に、ボカリは18で溶かすところを22にすると良い感じ。感想は……「薄っ！」でもごくごくイケる★。飲み過ぎ注意。

問①どんなときに、相手に冷める？

女の子の回答

1位：相手の欠点が目に付いた時

2位：興味のなさそうな言動をされる。または自分が興味が無くなつたと気付いた時

3位：男らしくない時

4位：思いやりの無い行動

5位：上から目線の言動

それぞれ相手が求めているものを理解して、お互いを支えあえるといいですよね

男の子の回答

1位：相手の欠点が目に付いた時

2位：興味のなさそうな言動をされる。または自分が興味が無くなつたと気付いた時

3位：思いやりの無い行動

4位：信頼できなくなつた時

5位：価値観の違い

問②Hの間隔つてどれくらいが良い？



問③自分の夢と恋愛、どっちが大事？

女の子の回答

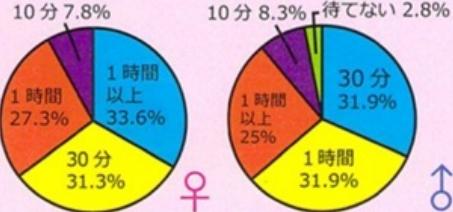


男の子の回答



恋も夢も大切にね♡

問④デートでどれだけ待てる？



男の子は女の子に比べて待たれるのが苦手みたい。
女の子たち、遅刻には気をつけましょうね。

問⑤一夜限りの関係ってあり？

♂ はい：58.3% いいえ：41.7%

♀ はい：31.3% いいえ：68.8%

びっくりなことに意外に女の子の約3割も賛成派がいるんですよ。

問⑦恋人の容姿は重要？

♂ はい：80.6% いいえ：19.4%

♀ はい：64.8% いいえ：35.2%

女の子は綺麗でいる努力は怠らない方がいいんですね……ハア……。

問⑥デートの支払いは？

♂ 割り勘：70.8% 男性：29.2%

♀ 割り勘：69.5% 男性：30.5%

大学生は割り勘で問題なし、かな。

大学生のリアルな恋愛のアンケートの結果です。
意外な結果で、びっくりしたものもあったので
はないでしょうか。この記事が、ふたりのココロを繋ぐ甘い架け橋になればと思っています。

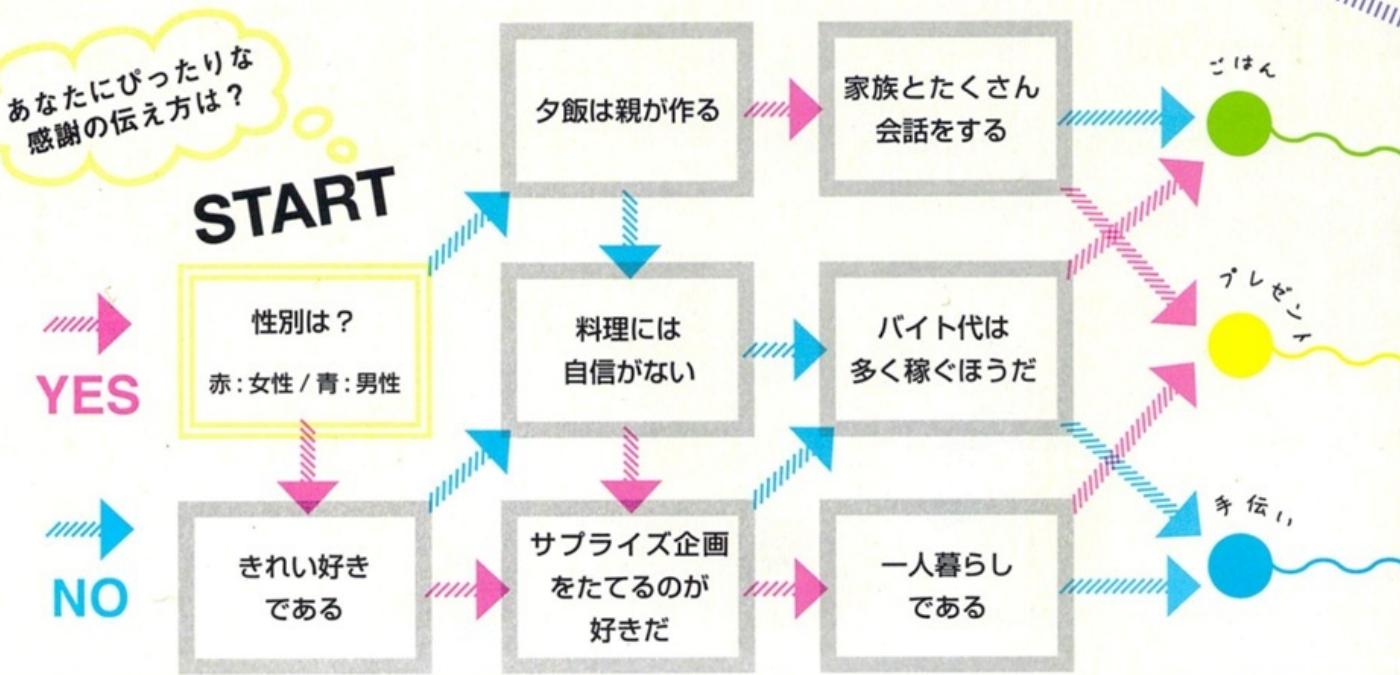
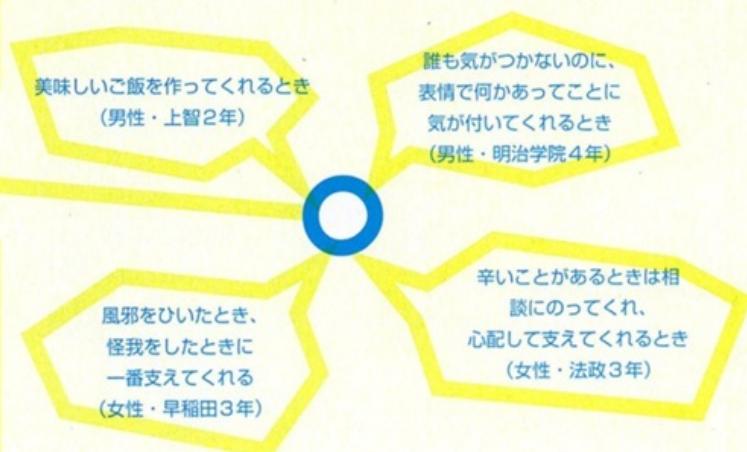
「ありがとう」じゃ恥ずかしい

「楽しい一日だったなあ」「今日はついてない日だったなあ……」。生きていると毎日様々な出来事があるものです。その背景で一番身近に支えてくれているのは『親』ではないでしょうか?大切なそのことを忘れがちですが、サステコ世代の大学生はどう思っているのかアンケートをとってみました。

文: 中井裕未、石黒奈々 デザイン: 山本泰之

大学生に聞きました!
「親に改めて感謝の気持ちを抱くときは?」

ふむふむ。どの回答も日常生活において両親が多く的一面でサポートしてくれているのがわかりますね。その気持ちがココロの中にあるのに「そんなの恥ずかしくて伝えられない!」と思っているアナタ……その想いに気がついた時こそ親に伝えてみませんか?伝え方は言葉だけじゃありません。今回は3つほど感謝の伝え方を紹介しちゃいます♪まずはフローチャートに従って自分のタイプを知りましょう!



私

母

やってみました

Thank you!



今回は、3つのタイプから「手伝い」をサステコ編集部で実践してみました。どんなことをしてみたのか、両親の反応がどうだったのか。ぜひ参考にしてみてくださいね。

今日は両親への感謝の気持ちとして「手伝い」をしてみました。手伝いといつても色々あります。「喜んでくれるのがいいなあ……」そこで思いついたのが料理。大学生になってからはバイトや飲み会の予定がたくさん。夕飯は親任せになることが多い。だからこそ今回は、夕飯作りにチャレンジしました！

まずは「定番のものを作ろう！」と思い、ハンバーグを作ることに決定。しかし、日頃あまり料理をしないせいか苦戦……。

結局、見かねた母のアドバイスを受けながら一緒に作ることに。「私が一人で作ったほうが早そうねえ」と笑いながら

言われてしまいました。でも、そんな会話を弾ませながらの「お手伝いタイム」は楽しいひとときに。完成したハンバーグは家族も喜んでくれ、美味しいいただきました。「時間がある時はお願ひするわね」と母も嬉しそうに言ってくれました♪

大学生にもなると親への「ありがとう」のキモチも強くなりますが、今さら恥ずかしくてなかなか言えません。でもそのことに気がついた時こそ、ココロの隅にある感謝の思いを「伝える」という行動にしてみたらどうでしょうか。きっとご両親は喜んでくれること間違いなしです！

「ごはん」で感謝を伝えるタイプがぴったりのあなた。そんなあなたにオススメなのが、家族と外食の帰りぎわに、さりげなくお会計をさせてもらうこと。「今日はいつものお礼だよ」と一言そえたなら、普段は言葉に出来ない感謝の気持ちも十分に伝わりますよ。

感謝の気持ちと一緒に「プレゼント」を贈るのが似合うタイプのあなた。直接渡すのは恥ずかしい……そんな時は郵送してみましょう！！実家暮らしの人はもちろん、一人暮らしのあなたもこれなら想いを届けられますよ。小さなカードを添えたら、さらに想いが伝わるはずですよ。

気配り上手なタイプのあなたは「手伝い」で感謝の気持ちを伝えみてくださいね。日ごろは気づいていて出来ないことでも、そっと両親の隣に行って話をしながら手伝ったり、「今日はやっておいたよ」と先回りするのも、きっと喜んでくれるはずですよ。



文：山本彩 デザイン：関和音

就活、こんな見方もあるんです。

はあ、就活かあ……。どこの企業がいいのかなー。とりあえずお給料がいいところ？

福利厚生が整っているところ？いい企業って一体どんな会社？

今回、お話を聞いたのはビジネス雑誌「オルタナ」の副編集長、木村麻紀さん。

環境への取り組みや社会貢献の内容が、会社選びの新たなモノサシになりつつあるのだという。

就活真っ只中の人も、これからの人も、新しい視点で会社選びしてみませんか？

オルタナ最新号

特集「バックキャスト 経営」
を考える！



※大学生人気業種ランキング参照のもと作成

そもそも「環境」つて、いまだの業界で意識しているものなの？

金融

徐々に環境配慮の動きが出てきた。
環境配慮型の社会にするには、銀行
がどこに投資をするかが重要。

情報機器 (電機メーカー・精密など)

世界的に高い環境技術を誇る。サー
ビスを工夫し、将来的には大量生産・
大量消費から脱却することを期待。

情報通信（携帯電話など）

自宅勤務など環境配慮のワークスタ
イルを後押ししており、今後が楽し
み。ただ、電磁波対応には課題も。

食品

何と言っても食の安全が一番重要。
環境への配慮や社会貢献への取り組
みは、ここ最近の流れ。

レジャー（旅行）

エコツーリズムの登場で、環境配慮
型のツアーの企画など、環境問題に
直接触れる仕事ができるようになっ
た。

総合商社

あくまでも海外事業がメインなので
海外のCSR（企業の社会的責任）に
は積極的。国内的に見ると低いと言
える。

広告

環境への意識は残念ながら低い。し
かし、最近では環境をテーマとした
広告も増えてきている。

出版

環境への意識はまだまだ。今後は、
デジタルブックなど紙以外の媒体開
発にも積極的に乗り出してもらいた
い。

化粧品

大量生産が主流だが、外資中心に環
境や健康を重視する流れも。開発時
の動物実験への対応が求められる。

コンサル

企業を環境配慮型に変える手助けを
するなど、環境ビジネスに直接関わ
れるチャンスのある業界といえる。

自動車

電気自動車など、エコカーへの取り組
みが加速する。カーシェアリング
など環境配慮のサービスにも注目。

重厚長大 (鉄鋼、化学など)

マイナスイメージがあるが、技術を
中心に環境配慮の歴史は長い。特に、
製鉄は世界でもトップクラス。

ガス

ガスを使って電力やお湯を供給する
家庭用燃料電池事業に進出するなど、
急速に環境への取り組みを進める。

電力

原発への依存が大きいが、少しづつ
自然エネルギーへシフトし始めてい
る。まだまだこれからの業界だ。

不動産

衣食に続き「住」も環境配慮型へ。
今まで環境についてあまり触れてこ
なかつた業界なので、今後に注目。

21世紀版!
これぞ新たな業界分析図



オルタナ副編集長木村さんからのメッセージ

仕事をする上で、環境への配慮や社会貢献が重要であることはもちろんです。しかしそれだけではなく働き手への配慮にも目を向けてみましょう。雇用、待遇の部分で制度が整っているとはいっても、最近の経済状況では制度だけには頼れなくなってきたというのも事実です。制度がある会社はいくらでもあります。しかし、ただ制度があるというだけではダメです。社員を訪問してみると、ぜひ生の声を聞いてみて下さい。

就職活動で一番こだわって欲しいのは、会社の規模ではなく、自分が何をやりたいのかということ。その際、環境が少しでも良くなるようにと考えてみたり、社会を少しでも良い状態にして次の代にバトンタッチしよう、という視点を持って仕事ができたら素敵だなと思います。

就活の時期は、何よりも自分を大切にすべきです。妥協せずに良い意味で「わがまま」になって下さい。

就職活動を広い視野で捉えること
こそが、素敵な社会人への第一歩
となるはずです!! あなたは何を求
めますか?

Recommend!

オルタナ別冊

「グリーン天職バイブル」

1,000円 メディアパレ

ぼくの、わたしの天職ってなん
だろう? あたらしい「職選び」
のモノサシを手に入れる事で、
やりたい仕事への近道に!



Beauty & Handsome

取材・文：百々菜津美

デザイン：寺尾友里

撮影：山本泰之

生島 ひかり

一橋大学 社会学部 4年

所属：一橋大学エコサークル環兵衛

得意料理：ミネストローネ。冷蔵庫の大掃除にピッタリ☆ 環境に興味を持ったきっかけ：小学生の頃、NHK のドキュメンタリーか何か。「このままで、他の誰でもない自分が死ぬ！」と思ったこと。普段している活動：学内で「足元からのエコ」やっています。私自身は、3年間フィルムを作らせて何回も使える容器を使った「エコ弁」プロジェクトに関わっています。実はエコだったこと：休日はとことんOFF。ひたすら寝る！（笑）他の大學生にメッセージ：遠い国の人や動植物がかわいそうと思う人は、その想いを力にすればいいと思うし、別に何も感じないって人は、「自分のために」！ムリしない範囲で、できる範囲でやるのが大事。



井上 裕太郎

千葉商科大学 政策情報学部 2年
所属：環境 ISO 学生会議

お気に入りの本：葉田甲太『僕たちは世界を変えることができない』異性のタイプ：ほんわか 得意料理：チャーハン 心がけていること：なるべく笑顔でいる 普段している活動は？：主に小中学生を対象とした環境教育をしてます。ペットボトルに土とポトス（※）と水を入れて密封したミニ地球を作り、地球の循環について学びます！ 注目している環境問題：土壤汚染など。フィリピンやカンボジアのゴミ山に行ってみたくて。いまアツイ活動：ヒッチハイク日本一周。8月下旬から旅にでました！ 身近に感じる環境問題：ヒートアイランド現象。東京・大阪があつつい。※ポトス…サトイモ科のツル性植物。緑色の葉に白いまだらがある観葉植物。



サステナビューティ&ハンサムをさがせ！



藤池 瞳

東海大学 人間環境学科 3年
所属：環境キャラバン隊

お気に入りのファッショングランド：BEAMS BOY / ANOTHER EDITION
お気に入りの本：和田竜『のぼうの城』、フェチ：胸の血管、バスケのユ
ニフォーム。 心がけていること：人を喜ばせたい 環境に興味を持った
きっかけ：スキーバイキングを八丈島でしてみて……！ 普段して
いる活動：天ぷら油で走るバスに乗って、小・中・高対象のエコ教室を西
日本を旅して開催。 実はエコだったこと：大学の授業で配られたプリント
はテスト用紙でもメモ代わりに使う。どんなに点数悪くてもメモして
裏を使う。他の学生にメッセージ：エコをすればお金も貯まりますよ♥
でも、エコだけに浸らないよーに、世の中の流行にも敏感に反応しようー！



荻野 允己

東京都市大学 環境情報学部 2年
所属：ISO 学生委員会

お気に入りの本：森博嗣『THE PERFECT INSIDER』 好きな異性のタイプ：ミスチル好きのA型 いまの目標：英語マスター 環境に興味を持った
きっかけ：実家ど田舎ですから～。自然が豊かがあたり前でした。お気
に入りのカフェ：実家のお茶 普段している活動：大学内で学生の環境意
識を向上させるため、ペットボトルのキャップ回収や環境教育などの啓発
活動を行っています。「ヨコハマはG30」で youtube で検索して下さい！
注目している環境問題：電気自動車とスマートグリッド。自分の興味のあ
る分野で、かつ色々なことが解決しそうだから……。 実はエコ・サス
テナブルだったこと：折り畳み傘（ビニール傘ってすぐなくすし……）



ウンコ！ そう口に出すのが恥ずかしくなったのはいつからでしょうか。小さい頃は、それを叫ぶだけでみんな笑顔になっていたのに、いつしか話題にも出なくなってしまった……。嫌な顔をするオトナがいるかもしれません。けど、そんなのおかしい。誰もが出すのに“キタナイ”なんて決め付けないで。実は奥が深いんです。今回は、そんな奥の深いウンコについて綴ってある「ウンココロ」を紹介します。

さまざまな視点からウンコを読み解くこの本。ウンコにまつわる数字から始

まり、ウンコがどんな存在なのか、どうあるべきなのか等々、今まで知らなかつたあれこれが、思わずクスッとしてしまう挿絵と共につまっています。中でも、カラダを工場に見立てた UNCO FACTORY は必見。ウンコのつくられる方が丸分かりです。体調や心の状態によって変化するウンコは、言わばカラダの信号。見つめるだけで、自分の状態を把握することができちゃうんです。

そんな、笑いもぎっしりの「ウンココロ」。これを読んで、じっくりウンコと向き合ってみてはいかがでしょうか。

UNCOCORO

for NATURAL UNCO LIFE

しあわせウンコ

生活のスマ

レ

SUNPEI YOSHII

喜藤文平

KOICHIRO FUJITA

藤田祐一郎

通になるなら、
便通がいい。

「喫熱大陸」[2002]「世界一受けたい授業」[2003]
著者出没でかなり団路の、絶版『ウンコの本』。
http://uncocoro.com

ウン
コ
コ
ロ

著者：寄藤文平、藤田祐一郎

出版社：実業之日本社

定価：1,365 円（税込み）

Book

文：百々菜津美

知ってこ

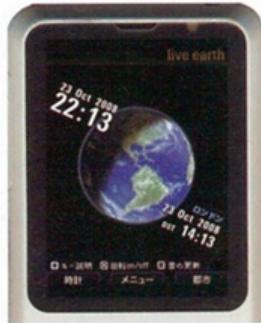
あなたの右ポケットに 地球が丸ごと入っちゃいます。

Mobile

文：成田典久

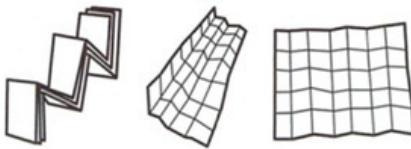
前号でインタビューを行った Think the earth プロジェクトが手がけるモバイルサイト、『Think the Earth』がついに Softbank でも利用可能になります。au では 30 万人以上がダウンロードし、大好評だった携帯アプリ『live earth』は健在！ 携帯電話の中にすっぽりと地球が入っちゃうんです。あなたの想うままに地球をぐるぐる回したり、雲の流れを眺めたり、手の中で地球のいまを体感しちゃいましょう。その他にも環境問題をはじめ、宇宙、生物、文化など、さまざまなジャンルから地球について学

べるコンテンツが満載です。「環境問題には興味があるんだけど、どこに行けば情報が手に入るのかわからない」という人に旬な情報をズバッとお届けしゃいます！ docomo 版についても年内にサービス開始予定です。コンテンツ料の一部は Think the Earth プロジェクトを通じて、自然災害の支援などに使われます。まずは下記の QR コードから、地球を体感しちゃってください。この秋、あなたの携帯を地球色に染めましょう♪



QR コードを読み込めない方は、こちらから。
<http://liveearth.thinktheearth.net/>

お酒は20歳になつてから



宇宙実験
「観測スペース・フライヤー」
イラスト
水野哲也



宅飲みに打ち上げ、缶チューハイは大活躍！そこでよく見るこの缶、そのデコボコの秘密知っていますか？これ、単なるデザインではないんです。NASAで宇宙構造物を研究していた三浦公亮（東京大学名誉教授）氏の発明「ミウラ折り」。

その応用です。缶を上下から潰した時にできる凹凸を、いっそ初めからつけておく。この発想で逆に「潰れにくい」構造になっています。確かに潰した跡みたい。ミウラ折りは図のようにワンアクションでたためます。宇宙では従来よりも少ないエネルギーで大きなパネルが開けるようになったとか。ミウラ折りの地図やパンフレットは丈夫で長持ち。だから、資源の削減につながるかもと期待されています。意外なところにひそむエコな発明。缶を見かけたら友達にも教えてあげよう！

Technology

氷結パッケージの秘密！

文：吉田亜沙美

公式ミウラ折りサイト：<http://miuraori.biz/>

知ってこ

Goods

臭くないから、寄ってらっしゃいな

文：吉田亜沙美



東急ハンズや書店、全国の動物園などで販売されています。詳しくは ミチコーポレーション HP <http://www.michi-corp.com/>

毎日ぞうから出る大量のうんち。なんとそれを紙にしちゃいました！ぞうのうんちを再利用した『ぞうさんペーパー』を紹介します。これはぞうの「うんち」から植物の繊維を取り出して作った再生紙です。うんちがかわいいレターセットやメモに変身しちゃうなんて驚きです。化学薬品は一切使用せず、うんちや古紙といった廃棄物を使って手作りされています。捨てても土に戻る地球にやさしい商品です。本来ゴミになるものから、再び使えるものを作る。まさに究極のリサイクルです。しかもこのグッズ、かわい

くて地球にやさしいだけじゃないんです。原産国スリランカでは、森林伐採でたくさんのぞうが棲みかや親を失いました。トラブル続きだった人とぞう。そのぞう達を保護するために孤児院が建てられたのです。『ぞうさんペーパー』は、この孤児院のぞうのウンチで作られていて、人とぞうが共生していく架け橋となっています。ぞうが暮らすスリランカの環境にもやさしいんですね。『ぞうさんペーパー』を手にとって、自分の国だけでなく、地球環境の全体ぞうを考えてみてはいかがでしょう？

あなたと、ゴミ拾い、 green bird

文：小野田真治 デザイン：寺尾友里 写真：新野泰弘

母「あら、バイトは午後からでしょ？出かけるの？」

俺「ちょっと都内の方に。昼には戻るから」

母「遊びに行くにしても、手ぶらで？」

俺「遊びじゃなくて『green bird』ね。じゃ行ってくるわ」

“街の掃除”プロジェクト green bird。

その表参道チームで、オシャレに楽しくゴミ拾いしてきたよ。

start!



9:30

担当の人から今日のコースやゴミの拾い方などの説明を受け、いざ作業開始！参加者の年齢や職種は様々！



フレッシュな笑顔が街並に映える。

燃えないゴミ担当の人から燃えるゴミ
担当の僕に。始めて会う者同士でもこ
うして会話が弾む♪お姉さんは美容師。
俺「就活カットにしてください（笑）」



集めたゴミを分別。大量のゴミも
皆でやればあつという間。



最後に参加者全員で記念撮影。

一仕事終え、皆爽やかな笑顔。

11:30

妹「お兄ちゃん、今日ゴミ拾いしてきたんだって？」

俺「ん、表参道でね。学生もいるし、美容師さんや社会人の方も来てた」

妹「おもしろそう。けど人見知りだからなあ……」

俺「黙々と拾ってるのもアリだよ。友達誘って行ってきなよ」

green bird で出会った人達は懇親さくで笑顔が素敵な人ばかり。

大学生なら互いの学生生活の話で盛り上がる。

社会人の方からは、企業の話も聞けて勉強になった。

green bird で出会って付き合った人がいるって裏話も（笑）

参加してみよう！

green bird は日本各地、世界にも支部がある清掃団体。

(<http://www.greenbird.jp/index.php>)

皆も自分が住んでいる地域のチームを調べて参加してみよう。

きっと素敵な出会いが待っているはず。

手ぶらでOK！

ゴミ拾いのための道具は

全て貸し出しされるので、

気軽に手ぶらで参加できる！



札幌	吉祥寺	松山
仙台	歌舞伎町	福岡
越後湯沢	駒沢	熊本
千葉	相模原	長崎
大宮	鎌倉	宮崎
渋谷	南信州	鹿児島
外苑	静岡	沖縄
表参道	名古屋	学生チーム
赤坂	大阪アメ村	パリ
下北沢	京都	スリランカ





大学生の社会科見学
なんか気になる

「社会科見学」普段の授業と違って楽しかったもの。

「お菓子はどうやってできるのかな?」「電気ってナニでできるの?」

社会科見学は知的好奇心を満たしてくれる。さらにお菓子を食べられたり、静電気の力を体験できる等々。社会科見学ならではの醍醐味があります。エコプロはそんな社会科見学にピッタリ。無料で楽しく環境を学べ、レアなエコグッズも貰えます。就活に役立つ内容もあるかも。そんなエコプロのお誘いはいかがでしょう?もちろんサステコも参加。ブースに来ると何か良いことあるかも。

日本最大級の環境展示会 **エコプロダクツ2009**

開催日時：12月10(木),11(金),12日(土)

10～18時(最終日は17時まで)

会場：東京ビックサイト東展示場1～6ホール

アクセス：りんかい線「国際展示場」駅下車 徒歩約7分

ゆりかもめ「国際展示場正門」駅下車 徒歩約3分

編集後記

Vol.9

発行：サステコ編集部

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町1-4

ウキガイビル7階環境リレーションズ研究所内

☎ 03-5283-8143

就職活動もひと段落。さあて、やりたいことおもいつきりやるぞ！なーんて思ついたら、気付けば周りはパソコンに向かつて真剣な表情。……卒業研究？なにそれ食べれるの？（百々）

今号は、作業の流れなど作り方をいろいろ変えてみました。反省点もいくつか出てきました。けど、成長してるっていう実感はあります。読者の方にも成長したサステコを感じてもらえたなら嬉しいです。（山本泰）

みんなの幸せの形を聞く度「そういえば、こんな幸せもあるな」と共感。そして、最初見つけることができなかつた、眞の幸せの形を見つけることができた！幸せって深い…。（田澤）

サステコ初の32pいかがでしたか？サステコは記事の企画含めデザインも、毎号ゼロの状態から作ります。なかなか大変な編集作業でした。次はどんな試みをしようかな…（久保田）

§ 大学1、2年生を募集中！

企画出し、取材や編集、美大の人はデザインなどやってみませんか？色々な経験ができますよ。

ちよつとでも興味がわいたアナタ。環境に興味のない人でも、「やりたい」人なら大歓迎です。まずは見学からでもOK。10月12日にオリエンションをします。WEBサイトから申込でできますよ。

§ WEBもあります。

<http://susteco.org/>

WEBで記事を配信しています。スタッフが日常を綴るコーナーもあるよ。

次号発行予定
1月中旬



いただきまます！／サステコ夏合宿（8月6、7日）

Publisher 久保田健司 / Producer&Editor in Chief 久保田瞬（慶應義塾大）/ Vice Editor in Chief 百々菜津美（東京都市大）/ General Manager 関和音（デジタルハリウッド大）/ Sales Department 佐野純平（東京大）/ Art Director 山本泰之（武蔵野美術大）/ Writer 石黒奈々（東京農業大）小野田真治（東京都市大）上村和也（東京都市大）佐々木健太郎（上智大）杉野慧（東京家政大）田澤俊希（東邦大）中井裕未（明治学院大）成田典久（立教大）山本彩（東京女子大）用水真有（法政大）吉田亜沙美（東京成徳大）/ Editor 遠藤紗和見（文化女子大）森田舞（立教大）/ Designer 寺尾友里（武蔵野美術大）/ Photographer 新野泰弘（パンタンデザイン研究所）/ Special Thanks 末吉剛士 杉本千鶴 川島吾一 渡辺バコ 石原学 設置協力者のみなさん

QRコードか、URLからアクセス！

<http://enq-maker.com/9i-BFAa>



今号のサステコについての3択クイズがあります。

なんとこのクイズに答えると、正解数×3円分の水がサステコ編集部より、アフガニスタンに寄付されます。50円で、アフガニスタンで1人が1日生きるために必要な水を供給できます。

協力：NPOピースウィンズジャパン

PRESENT
PRESENT

FOR AFGHANISTAN

FOR YOU

さらに回答してくれた人には抽選で素敵なプレゼント！

デジカメポーチ

(提供：株ケンコー 03-5982-1069) 4名様

書籍「えこよみ」「一秒の世界2」

(提供：Think the Earth プロジェクト) 各1名様

アフガニスタンにも、自分にも素敵な贈り物はいかがですか

北海道・東北地方 北見工業大学 中部地方 金沢大学、金沢美術工芸大学、信州大学、新潟大学 関東地方 麻布大学、お茶の水女子大学、成蹊大学、中央大学、高崎経済大学、首都大学東京、上智大学丸善、筑波大学、デジタルハリウッド大学、東京家政大学、東京学芸大学、東京経済大学、東京造形大学、東京都市大学、東京農業大学、東邦大学、獨協大学、フェリス女学院大学、法政大学、武蔵野大学、武藏大学、武蔵野美術大学、明治学院大学、横浜国立大学 近畿地方 大阪府立大、京都女子大学・短期大学部、立命館大学 中国・四国地方 愛媛大学、聖カタリナ大学、鳥取環境大学、広島修道大学（人間環境学部）、山口大学 九州・沖縄地方 沖縄国際大学、鹿児島大学、長崎大学