

関西学院大学
KWANSEI GAKUIN UNIVERSITY～5年目を迎えたウェブマガジン「月と窓」～
100本到達を記念した特設サイトを公開

～卒業生（井戸川射子、田口壮、永島優美、松永K三蔵）によるおすすめ記事紹介も～

報道各位

関西学院広報部

学校法人関西学院（兵庫県西宮市、理事長：荻野昌弘）は、今年で5年目を迎え、社会の原動力となる30～40代のビジネスパーソンに向けたウェブマガジン「月と窓」の研究インタビューが100本目となったことを記念し、特設サイト「100 Views from the Window【この窓から見える100の景色】」を公開しました。特設サイトでは、5年間で公開した100の研究インタビューが一覧で表示されると共に、本学卒業生の井戸川射子さん、田口壮さん、永島優美さん、松永K三蔵さんの4名が、おすすめの記事を紹介しています。

特設サイト「100 Views from the Window【この窓から見える100の景色】」について

公開日：2026年5月1日（金）

URL：<https://tsuki-mado.jp/100anniversary/>

概要：

関西学院の研究者の「知」を広く社会に還元することを目的に、2022年の4月から運用を開始した「月と窓」において、研究に焦点を当てたインタビューが、100本目を迎えました。それを記念して、5年間で公開した100の研究インタビューが一覧で表示される特設サイト「100 Views from the Window【この窓から見える100の景色】」を公開しました。

また、これまで公開した100の研究インタビューの中から、本学卒業生である井戸川射子さん、田口壮さん、永島優美さん、松永K三蔵さんの4名がそれぞれの興味や視点で選んだ「おすすめ記事3選」を紹介するコンテンツもあります。

月と窓 tsuki to mado 豊かな未来に、光をあてる。 「月と窓」について テーマ タグ 記事を探す 連載 コラム

100 Views from the Window

【この窓から見える100の景色】

関西学院「月と窓」の100記事目の公開を記念し、100記事を振り返る特設ページをお届けします。
多様な記事の中から卒業生ナビゲーターが選定した記事をご紹介します。
新しい視点や世界を広げる記事との出会いをお楽しみください。

Navigator

Navigator 01 井戸川射子 作家 詩人、小説家として活躍する井戸川さんが選んだのは、「世界の不思議に、興味が解きたい」という思いにリンクした記事。詩的な表現に満ちたメッセージとともに紹介します。	Navigator 02 田口壮 プロ野球選手 田口さんは自身の原点であるスポーツの記事と、あえて逆巻を漂ってきた米国の分野から記事をセレクト。選手・不撓争の両面から、新たな知の楽しみをわも解いていただきます。	Navigator 03 永島優美 フリーキャスター フリーキャスターとして、また起業家として新たな一歩を踏み出した永島さんが挙げたのは、自身の現職に寄り添ってくれた記事でした。前向きな言葉が読者を彩ります。	Navigator 04 松永K三蔵 作家 純文学を「この世界をありのままに書くもの」と捉える松永さんは、研究者が提示する鋭い問いに刺激を受け、文学的好奇心を掻き立てられたというラジカの記事を選びました。
2026/05/01	2026/05/01	2026/05/01	2026/05/01

100本目の研究インタビューについて

研究者) 人間福祉学部 社会福祉学科 池埜聡 教授

「己を知ることによって百戦でも負けない。メタ認知を鍛え、あるがままを受けとめる、マインドフルネスの可能性」



「彼を知り己を知れば百戦あやうからず」ということわざがあります。これは相手だけでなく自分自身の状況も客観的に把握することで、負けることはない、という意味です。2022年4月からさまざまなテーマに関する記事をお届けしてきた「月と窓」ですが、実は今回は100本目の記事。そこで100にちなんで「百戦(何度)戦っても敗れない体質」をテーマに、マインドフルネスの研究者であり、関西学院大学体育会アメリカンフットボール部の部長を務める池埜聡先生に、その実現に向けたヒントを伺いました。

書籍の寄贈・プレゼントについて

ウェブマガジン「月と窓」は、2週間に1度のペースでサイトに研究インタビューを掲載しています。より多くの方に関西学院の「知」を知ってもらうために毎年書籍化し、これまでに4冊(vol.1~4)を刊行してきました。この度、100本目のインタビューが公開されたことを記念し、兵庫県下の37市町に224冊を寄贈しました。あわせて、全国の自治体や教育機関など蔵書を行っている団体を対象とした寄贈キャンペーンを実施することになりました。

また、抽選で100名に書籍版「月と窓」(vol.1~4)をプレゼントするキャンペーンも実施します。

メディアへの寄贈について

メディア各社への寄贈や、各メディア内での読者プレゼントとしての無料配布も可能ですので、ご相談いただけますと幸いです。

「月と窓」について

本メディアは、関西学院の研究者の「知」を広く社会に還元することを目的に2022年の4月から運営を行っております。好奇心の数だけ、興味の数だけ、人はここに窓を持っています。知らない世界につながる窓から望めば、新たな知識や発見、価値観など、よりよい未来をつくるためのヒントを見つけることができるでしょう。

私たち関西学院は、忙しく日々を過ごす大人たちに、さまざまな世界につながる窓と、窓の外を照らす学術の光を届けたい。そしてそこから、真に豊かな人生を築くための糧を得て欲しい。そんな思いから、豊かな未来のための「知」を発信しています。

今後の特集記事について

「月と窓」では研究インタビューとは別に、年に2回、特定のテーマに関して複数の研究者に話を聞く特集記事(昨年度:「万博を学問で読み解く」「デフリンピックが私たちに語ること」)を掲載しています。今年度のテーマは、①2016年時限立法とし施行された「女性活躍推進法」が10年間延長になったことを受け「ジェンダー平等の現在地(仮)」(夏ごろ公開予定) ②防災庁が年内に発足予定であることに合わせ、「これからの災害対策(仮)」(年度内公開予定)です。ぜひご覧ください。

本件に関するお問い合わせ先: 学校法人関西学院 広報部 担当: 中谷、犬伏(いぬぶし)
兵庫県西宮市上ヶ原一番町1-155 〒662-8501 TEL. 0798-54-6873 Fax. 050-3535-4985