

広報 KASHIBA

かしば

3

2014.3.24
No.561

子育ての輪が広がる 地域交流

特集

保育所を応援する
人・ひと・ヒト

3月11日実施の 緊急速報メール訓練配信について

3月11日(火)に実施した緊急速報メールの訓練配信では、多くの皆様にご協力をいただきまして、誠にありがとうございました。

今回の訓練配信では、システムの運用手順に誤りがあったため、auの携帯電話などに配信されないという事象が発生いたしました。

深くお詫び申し上げます。

◆市役所危機管理課 ☎内線123



ひとの動き

—2月末日現在—

人口 78,219人 (前月比+19人)
男 37,551人 (前月比+20人)
女 40,668人 (前月比-1人)
世帯数 29,373世帯 (前月比+36世帯)



香芝検定
certificate examination for KASHIBA

市内の公立保育所に、名称がひらがなの保育所がひとつあります。次のうちの保育所でしょう。

- ① わかば保育所
- ② しずみ保育所
- ③ みつわ保育所
- ④ かまだ保育所

(答えは17ページにあります)

CONTENTS もくじ



教育委員会表彰 3

特集 4

保育所を応援する 人・ひと・ヒト

市政トピックス 8

- ① 4月1日から市の窓口が一部変わります
- ② 平成25年度全国学力・学習状況調査—結果分析より—
- ③ 防災総合訓練を行っています

ふおと☆かしば 12

- Ⅰ ボランティア養成講座
- Ⅱ ファミリー卓球デー
- Ⅲ 香芝市すみれ会 AED講習
- Ⅳ 市民図書館でミニコンサート
- Ⅴ 保育所の小さな芸術家

住まう香芝 vol.14 14

かけがえのないみんなの命

イキイキ！香芝っ子 16

私たちの学校をもっともっとよくしたい！

市民ペンリレー/ パパッと簡単朝ご飯 17

市ホームページでも広報かしばをご覧ください。

URL <http://www.city.kashiba.lg.jp>

「録音ボランティア山びこ」による音訳広報があります。
詳しくは社会福祉協議会ボランティアセンターへ。

☎76-7179

次回発行は、お知らせ版 4月7日(月) 広報かしば 4月21日(月)



平成25年度 教育委員会表彰

2月22日(土)、ふたかみ文化センターで、教育委員会表彰式を執り行いました。

文化・スポーツの各分野で活躍し、特に功績が認められた児童・生徒のみなさん、個人8名と3団体が表彰され、表彰状と記念品が贈られました。

個人の部

● 新崎 明莉

二上幼稚園・年長

第73回全国教育美術展 特選

● 前北 めい

真美ヶ丘東幼稚園・年長

第73回全国教育美術展 特選

● 吉田 空翔

旭ヶ丘小学校・6年

全日本小中学生ロボット選手権
奈良地区予選会小学生部門 優勝

● 丸本 翔太

旭ヶ丘小学校・6年

第33回全日本バレーボール小学生
全国大会 準優勝

● 戸塚 麻来

香芝中学校・3年

第60回日本学生・生徒・児童書道
展覧会 文部科学大臣賞

● 戸田 亜海

香芝中学校・3年

第62回近畿中学校総合体育大会
新体操の部 ロープ 第3位

● 島田 葵

香芝北中学校・1年

第62回近畿中学校総合体育大会
体操競技の部 鉄棒 第3位

● 五島 実咲

香芝北中学校・1年

第36回全国ジュニアオリンピック
夏季水泳大会 11~12歳 バタフライ
50m 第2位 100m 第3位

団体の部

● 下田スポーツ少年団 女子ソフトボール

第27回全日本小学生女子
ソフトボール大会 ベスト8

● 二上スポーツ少年団 女子バレーボール

第31回近畿ブロックスポーツ少年団
バレーボール交流大会 優勝

● 香芝ボーイズ少年硬式野球協会

第4回全国小学生硬式野球交流大会
優勝



がる 地域交流 を応援する ひと・ヒト

近年、子育てについて、不安や孤立感を抱く保護者が少なくないことから、市では、子育てを支えるために、保育所を開放するなどの子育て支援事業を行っています。またその一方で、地域の人が積極的に保育所を支援し、交流を深めるといった活動も見られます。地域の皆さんとの交流で、さらに子育ての輪が広がります。

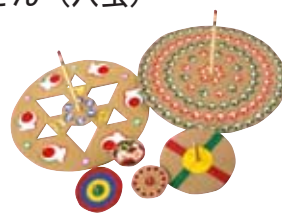
今回の特集では、こうした保育所を応援してくれる人たちや地域との交流を紹介します。

Person 1

身近な自然も、楽しい
遊びにつながるんや



高山秋郎さん（穴虫）



子どもたちが外で遊んでいると「あつ！おっちゃん来た！」と子どもたちが、どんどん集まってきます。手作りのおもちゃを持って、いつとも限らず、ふらりと現れ、子どもたちと遊んでくれる高山秋郎さん。ここ数年、市内数カ所の幼稚園・保育所を訪れます。

「材料があつて道具があれば、誰でもできるけどな、おっちゃんは、何もないところから作るんや。」と、段ボールでフリスビーを作ったり、ナイフ一本で木や竹を削って、コマなどのおもちゃを作ります。そして、草笛や、竹で作った水鉄砲、どんぐりやサツマイモで作ったコマなど、身近にある四季折々の自然物を使って遊びを教えてくださいます。道端にある草も、高山さんの手にかかると「ボン！」と音が鳴るおもちゃになり、子どもたちも「すごい。おっちゃんさせて」と大喜び。

「歩いている時でも、そこに生えている草で草笛を作ったりとか、いくらでもできるけど、今は、そんなことする人もいてへんしな。」と、モノが有り余る現代にあつて、身近にあるものを活用して、子どもたちと遊びます。子どもたちは、そうした遊びの中から、驚きや発見などたくさんさんの刺激を受けつつ、素朴な遊びの楽しさを体いっばいに感じます。

高山さんは「保育所に来て遊んでると元気になる。とにかく子どもたちから元気をもらってるんや。しんどくても、いつの間にか、それがなくなってる。」と、にこやかに話していました。



子育ての輪が広

保育所 人・

特集

ややもすれば、家族以外の人とのふれあいの機会がなくなりつつある最近の子どもたち。地域の人たちとの交流を通して、新しい発見や出会いが生まれ、その中で、思いやりや優しさを育み、コミュニケーション力を養っていきます。

そして、子どもたちの笑顔や素直な気持ち、応援してくれる人たちにも、元気とパワーを与えてくれています。



絵本を携え、にこやかにやって来る得田君代さん・育宏さん親子。

保育所へのおはなし会は、障がいのある育宏さんが、高等養護学校を卒業した年の9月からスタートしました。そしてはや18年。育宏さんは、小学校3年生の時、脳腫瘍の手術を行い、その後も手術を繰り返してきました。我が子に、ずっと絵本の読み聞かせをしてきた君代さんによって、絵本が好きになった育宏さん。君代さんが、友人に誘われたのがきっかけで、親子で読み聞かせに出向くようになりました。

得田さん親子は、「読み聞かせの兄ちゃんがいたことを、一人でもいいから、思い出してくれたらいい。近所を歩いていると、『おはなしのお兄ちゃんや!』と声をかけてくれる。その声を聞くと、パワーが出る」と、話します。

Person 2

絵本と子どもたちから
教えられることもいっぱい!



得田君代さん・育宏さん親子
(真美ヶ丘)

「育宏に障がいがあるのを見て、『それどうしたん?』と尋ねた子がいたんです。その後、保育所の先生から、その子はちゃんちゃったけど、それから優しくなったと聞いて、うれしく感じました。そんなこともあったりで、こーやって保育所に来ることで、子どもたちから教えられることが多いんですよ。」と、君代さんは終始、笑顔で話しました。

保育所で5歳児の子どもたちが体験するさかなの手開き。これを子どもたちに指導してくれるのが、元はお店をしていたプロの調理師の辻伸五さんです。

「魚にも骨があることを子どもに知ってほしい。実際に魚を触る体験をさせたい」という保育所や親の思いと「食の大切さを伝えたい」という辻さんの思いが一致し、3年前から始まりました。

下準備の手を動かしながらも、「魚の身はみんなの骨になる。体にいいんですよ。」と、子どもたちに話す辻さん。作業が始まると、子どもたちはみんな真剣そのもの。「ここからどうしたらいいかわからへん。」やり方を教えてもらいながら、体験の時間は、あつという間に過ぎていきます。

Person 3

食の大切さ・
体験することの
大切さを伝えたい



辻伸五さん（畑）

辻さんは、「包丁などの刃物は、便利な一方で人を傷つける道具にもなる」ということを、子どもに分かつてほしい。料理など食を通して、犯罪が少なくなることに繋がればいいと思う。」と、話します。

また、「親が忘れてることや知らないこともあるから、それを子どもが体験し知って、子から親に伝わっていく。そんな逆の発想もあっていいと思うんです。それに、子どもは1匹の魚を見ても、いろんな方向から見ても、質問してくるのが素晴らしい。ひとつの体験から広がっていく。それが大切なんです。」と、手開きの指導を通じて、体験することの大切さを、伝えていきます。



Person 4

子どもたちが
慕ってくれるのが
うれしい



古賀由紀恵さん
（旭ヶ丘）

毎週水曜日、自転車を走らせ、保育所の子どもたちのもとにやってくる古賀由紀恵さんは、保育士志望の大学生。

この夏、保育実習で10日間、本市で保育の現場を体験しました。「もっと現場を知りたい。もっと学びたい」という思いから、実習終了後もボランティアを希望し、授業のない水曜日、保育所に来ています。

園庭に出ると「先生、遊ぼう!」「先生、こっちにきて!」と、子どもたちから声をかけられる人気がぶり。人見知りのある子どもですら、すぐに笑顔を見せ「抱っこ」と、近くに寄っていきます。

漠然と保育士になりたいと思っていたという古賀さんですが、高校の家庭科の授業でのわずか1時間の保育体験で、そのぼんやりと抱いていた思いが、強い思いへと変わりました。

「子どもたちが慕ってくれるのが、うれしい。子どもたちとの関わりを通して、自分の中に返ってくるものも多いです。すぐやりがいを感じます。」と、笑顔の中にも、保育士への熱い思いを語ります。

子どもたちが、毎週水曜を楽しみにしているのはもちろんですが、積極的ないろんな仕事に取り組もうとする姿勢に、現場の保育士も好ましく感じ、刺激を受けています。



保育所の外で交流

地域に住む人が、保育所に来て子どもたちと交流を深めるだけでなく、子どもたちが、保育所の外に出向いていくことにより、深まる地域交流もあります。

香芝高校へ

真美ヶ丘保育所では、大地震を想定した二次避難訓練を行うにあたり、普段から交流のある香芝高校に協力を依頼しました。

先生や友達と手をつないで避難場所の香芝高校へ着くと、男子生徒がやって来て、子どもたちを誘導します。保育所に通う子どもたちにとって、普段、接することの少ない高校生のお兄ちゃんたち。

参加した高校生は「最初は、どうしたらいいか不安だったけど、子どもが近寄って来てくれてうれしかった。」「話を聞いた時は、どうしよう戸惑ったけど、楽しかった。」「話し、実際、子どもたちと接したこと、子どもと歩幅を合わせて歩こうとした。」「段差のあるところは『ジャンプ!』と声をかけた。」など、子どもを気遣う優しさが感じられました。



高齢者施設などへ

高齢者施設などと交流している保育所もあります。子どもたちが施設を訪問したり、また入所している人を保育所に招待したりと相互交流を深めています。

志都美保育所では、3年前から、近くの「介護老人保健施設てんとう虫」を、5歳児が年1回訪問しています。今年は3月4日、施設を訪れました。

子どもたちは、この日の訪問を楽しみにしていて、元気いっぱい劇と歌を披露しました。また、施設にいるかたも、「ひ孫みたいやわ」「ちゃんと覚えて、上手にしてやるなあ」「かわいらしい」と、終始にこやかな表情で見っていました。



子育てにやさしいまちづくりを…

保育所は、保護者が仕事などで日中保育ができない0歳から小学校に入るまでのお子さんを預かり、家庭的な雰囲気の中で保育・教育を行う場です。現在、約1,700名の子どもたちが市内外の保育所を利用し、その人数は年々増加しています。

保育所を利用する子どもは、ともすれば「家庭」と「保育所」での生活が中心となり、直接的に「地域」と接する機会が少なくなりがちです。今回紹介した以外にも、たくさん地域の皆さんが保育所を支えてくれています。そして、皆さん異口同音に「子どもたちに元気をもらっています」と話します。

こうした交流を通じて、保育所に通う子どもだけでなく、子どもを取り巻くすべての人が、相互に支え合っていることを理解し子どもの育ちを見守っていく、そんな温かなまなざしがあふれる「子育てにやさしいまち」になるのではないのでしょうか。



子ども支援課
坂本課長

4月1日から

市政トピックス①

市の窓口が一部変わります

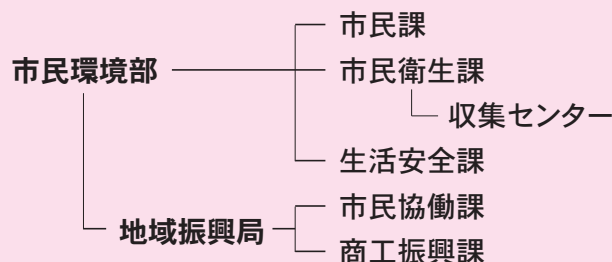
◆問合先 市役所企画政策課 ☎内線321・322

市民サービスの質の向上を図るために、下記のとおり組織の見直しを行います。それに伴い、市役所庁舎及び総合福祉センターにある部・課の名称、担当窓口を4月1日から一部変更します。詳しくは、各配置図をご覧ください。

組織の見直し 主なポイント

○市民環境部（市民経済部から名称変更）

- ・市民生活に密着した業務（戸籍などに関する業務、環境施策やごみ資源対策、災害・防犯・交通安全対策など）を市民環境部にまとめます。
- ・地域振興局を部内に創設し、新たな地域の活性化に向けて、市民協働と商工業の振興にさらに力を入れて取り組みます。



○都市創造部（都市環境部から名称変更）

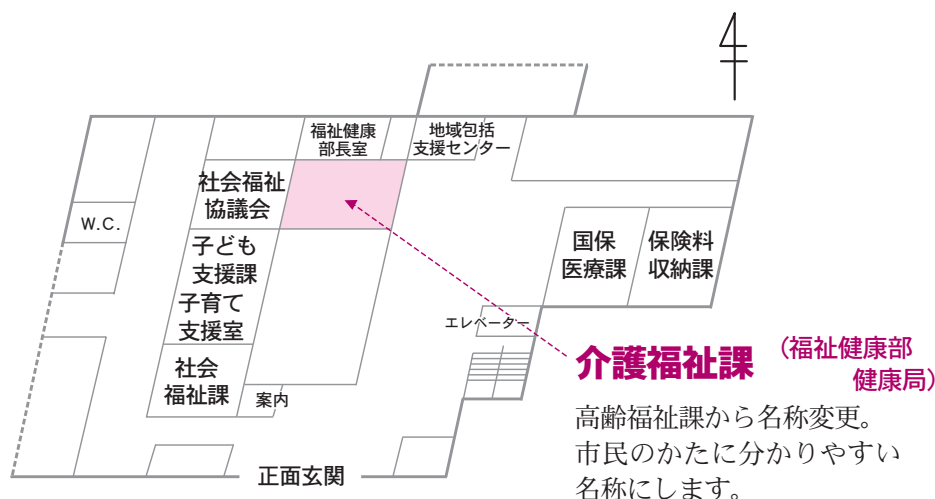
- ・農業振興に関する業務を市民経済部から移し、これまで行っていた農業設備の整備と併せ、農業施策の充実を図ります。

○総務部

- ・管財課を創設し、公有財産の管理を統括的に行い、効率的な整備をすすめます。

＼1つ名称が変わったよ／

総合福祉センターの配置図



お間違いのないように
お願いいたします

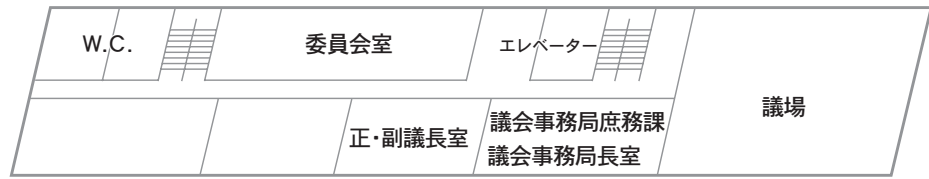


\ 1・2・4階が変わるよ /

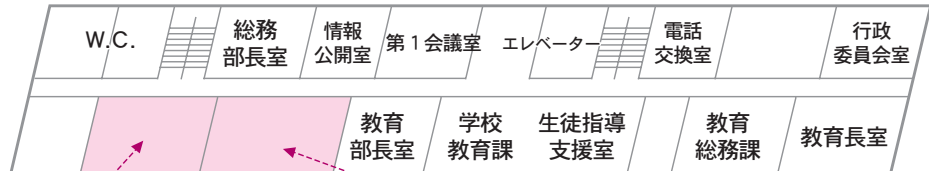
市役所庁舎の配置図

4

5 階 (変更無し)



4 階



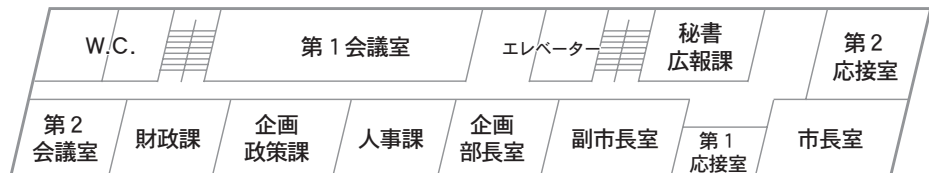
管財課 (総務部)

入札業務と財産管理を行う業務をひとつにし、新たに管財課を創設。公有財産の整備を計画的に行います。

総務課 (総務部)

他の行政委員会事務局の業務に加え監査委員事務局業務を併せて行うことで、組織のスリム化を図ります。

3 階 (変更無し)



2 階

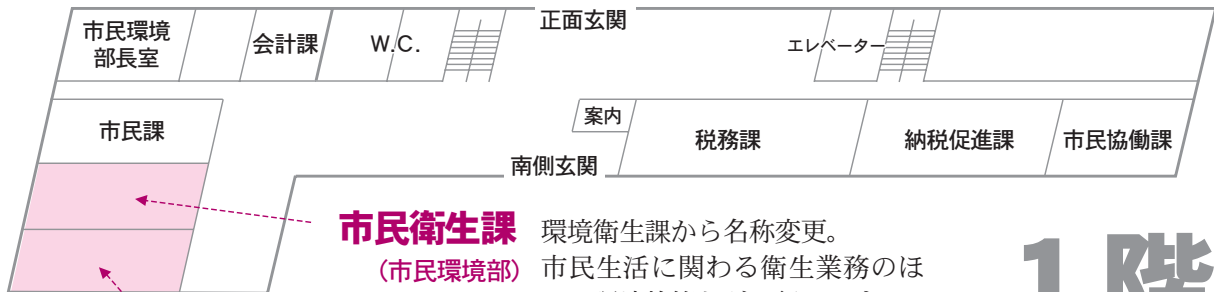


農政土木管理課 (都市創造部)

公園道路維持課から名称変更。道路・河川・公園などに関する業務のほか、農業施策も行います。

商工振興課 (市民環境部地域振興局)

産業振興課と企業立地推進室を統合し、商工振興課とします。市内企業の活性化による商工業の振興や観光施策に取り組みます。



市民衛生課 (市民環境部)

環境衛生課から名称変更。市民生活に関わる衛生業務のほか、環境施策などを行います。

生活安全課 (市民環境部)

危機管理課から名称変更。生活安全に関わる業務（災害対策・交通安全・公共交通など）を行います。

1 階

*市役所全体の組織図及び各課の業務内容は、広報かしば 4月号に「組織機構図」として掲載しますので、そちらをご覧ください。

平成25年度全国学力・学習状況調査 －結果分析より－

市政トピックス②

◆問合せ先 教育部生徒指導支援室 ☎内線412

この度、右記の内容により実施された平成25年度全国学力・学習状況調査の結果から、本市の分析を行いましたので、その一部をお知らせします。

教育委員会では、今回の結果分析をもとに教育施策の成果と課題を検証し、今後の指導の改善に取り組んでいきます。

なお、調査の結果分析はホームページでも公開しています。

- 実施日 平成25年4月24日
- 対象 小学校6年生：934名
中学校3年生：772名
- 調査内容 ①教科に関する調査
小学校：国語（A・B）・算数（A・B）
中学校：国語（A・B）・数学（A・B）
＊Aは「知識」、Bは「活用」に関する問題
②生活習慣や考え方などに関する調査
アンケート方式による質問

教科の状況



全国平均を上回る学力

小・中学校ともに、全国および奈良県の平均正答率をすべての調査において上回っていました。

【小学生の傾向】

国語

相手の立場や状況を感じ取って聞く力が定着している。また、文の定義を理解したり、接続語を適切に使う力も備わっている。

算数

基本的な計算技能はほぼ習得できているが、自分の考えを言葉や式を使って説明する力などに課題がある。

【中学生の傾向】

国語

「読む・書く・話す・聞く」の基礎的な知識はよく身につけているが、その知識を活用する力を伸ばす必要がある。

算数

単なる知識の丸暗記にとどまらず、本来の意味をよく学習できているが、思考力・判断力・表現力を問う問題が苦手な傾向がある。

生活習慣 考え方 などの状況



【小学生の傾向】

良好な生活習慣

全国および奈良県の平均と比べて、生活リズムなどの生活習慣は比較的良好な傾向だが、家庭でのコミュニケーション不足が課題として見えてきた。特に平日、家の人（兄弟姉妹除く）と夕食を一緒に食べていない家庭が多く、塾などで過ごす時間が長いことがうかがえる。

また、中学生にも共通するが、学校・地域・家庭の連携が重要視される中、地域の行事へ参加している生徒が少ないことも明らかにした。

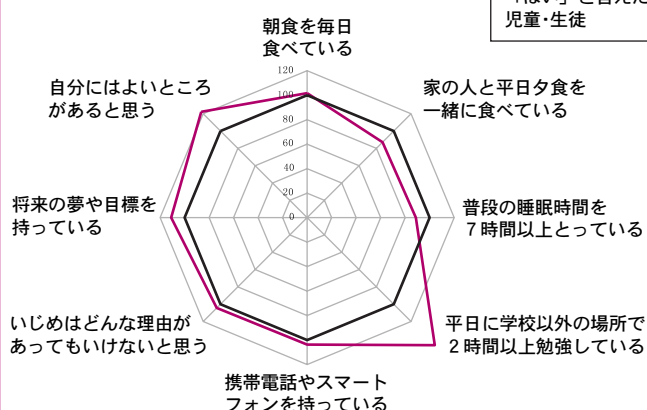
【中学生の傾向】

高い規範意識

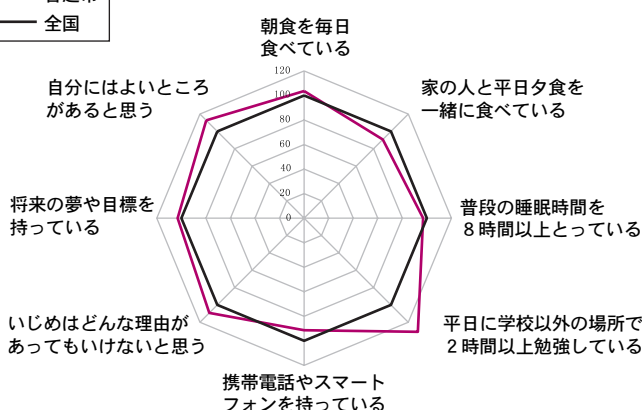
自尊意識や規範意識は高い傾向にあり、いじめ問題にも意識が高い。また、学校以外の場所での学習時間が長いことが分かった。

生活リズムは、夜型傾向の生徒が多く、睡眠時間が短い傾向がある。携帯電話やスマートフォンの所持率がやや高い中、所持している生徒の7割以上が利用の仕方について家の人と約束したことを守っている。

【中学校 全国＝100】



【小学校 全国＝100】



“もしも”のときを一緒に乗り越える

防災総合訓練を行っています

◆問合先 香芝・広陵消防組合 ☎76-4119

香芝・広陵消防組合では、地震・火事・洪水など、もしもの災害に、市民の皆さんを安全な場所へ迅速に救出できるよう、日々訓練を行っています。しかし災害は、同時多発や、道路や橋の損壊による交通障害などにより、さまざまな被害が起こることが想定されます。被害を最小限に食い止め、災害を乗り越えるためには、消防職員の力だけでは十分な対処ができないことが考えられ、市民の皆さんの協力が必要となります。いざというときに、市民の皆さんと消防が連携して、避難・救出活動ができる体制を整えておくことが大切です。

そこで、香芝・広陵消防組合では、これまで、市民の皆さんと一緒に行う防災訓練に力を入れ、市全体の防災力を向上するために取り組んできました。平成25年度は、全11か所で防災訓練を行いました。

4月から、奈良県の消防（奈良市・生駒市を除く）は広域化され、「奈良県広域消防組合」としてひとつに統合されますが、今後も引き続き、香芝市の防災力を向上させるため、さまざまな災害を想定した防災訓練を行う予定です。

3・11東日本大震災から3年が経ちました。今一度、「もしも災害が起こったら：」を考え、十分に備えておきましょう。また家族とも話し合っておきましょう。

訓練を一部紹介します



教職員による
初期消火の訓練

2月26日(水)に行った三和小学校・三和幼稚園との防災総合訓練の様子を紹介します。

◆主な訓練内容(学校で火災が起こった想定)◆

- ・小学校児童による避難訓練
- ・教職員による初期消火訓練
- ・逃げ遅れた児童と屋上にいる教師の救出訓練
- ・救護所テントの設営
- ・トリアージ判定と応急処置訓練
- ・一斉放水訓練



重傷者を見極める
トリアージ判定の訓練



はしご車を使って
屋上から救出する訓練



本部で現状を把握し
指揮をとる訓練



I 私たちにできること… ボランティア養成講座

2月18日(火)・21日(金)・25日(火)、「障がい
を理解しよう」をテーマに、総合福祉センターで
全3回のボランティア養成講座が開催されまし
た。講師は、聴覚障がい者・視覚障がい者・車い
すで生活しているかたです。

参加者は、手話・見えにくい・車いすを体験し、
みんなが認め合い楽しく暮らしていくためにでき
ることをともに考えました。



II 家族で楽しく ファミリー卓球デー

2月23日(日)、総合体育館で行われたファミリー卓球デー。

親子など約70名のかたが参加し、卓球を楽しみました。卓球は初めてというかたには、午前中に講習会を行い、午後は親子や夫婦など、それぞれペアになって試合を行いました。会場では、互いに声を掛け合い、真剣な中にも楽しくプレーする姿が見られました。



III 救急車が来るまでに 香芝市すみれ会 AED講習

2月27日(木)、香芝市すみれ会によるAED講習が総合体育館で行われました。

香芝・広陵消防組合の職員が講師となり、23名のかたが受講しました。3時間の講習で、胸骨圧迫(心臓マッサージ)、人工呼吸、そしてAEDによる電気ショックの方法などを学びました。

会長の木南さんは、「いざという時、学んだことを行動に移し命を救うことができれば」と話しました。

IV 木管五重奏の調べ 市民図書館でミニコンサート

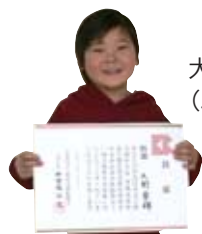
3月1日(土)、市民図書館で、同志社女子大学の学生5人によるミニコンサートを開催しました。静かな図書館内に響くやさしい音色に、会場を訪れた約100名のかたはうっとり聞き入っていました。演奏はよく知られた曲目ばかりの全10曲で、ときには口ずさんでいるかたもいました。図書館はいつとき、5人のつくり出す音楽の世界に包み込まれました。



特選 「消防自動車」



特選 「ありとすいか」



大野夢輝くん
(二上保育所)



吉田湊子ちゃん
(二上保育所)

V 美術展で入賞 保育所の小さな芸術家

五位堂保育所・二上保育所の児童が、絵の具とクレパスを使ってのびのびと描いた絵を、全国教育美術展に応募しました。そして、2名が特選、6名が入選、1名が佳作に入賞しました。

消防自動車を力強く描いた大野夢輝くんと、絵本の世界をいきいきと表現した吉田湊子ちゃんは、「うれしかった」「びっくりした」と入賞の感想を話してくれました。



かけがえのない

みんなの命

あなたもゲートキーパー！の巻

◆問合先 保健センター ☎ 77-3965



自殺要因の連鎖図



平成24年の内閣府・警視庁の統計では、自殺の原因・動機は「健康問題」が最も多く、次いで「経済・生活問題」「家庭問題」となっています。しかし自殺は一つの原因だけで起こるのではなく、さまざまな悩みが絡み合い、自殺以外に選択肢はないとしか考えられない心理状態に陥ったり、社会的に危機的な状況に追い込まれた末の死であると言われています。

自殺者を1人でも減らしていくために、本市ではさまざまな取り組みを行っています。その1つがゲートキーパーの普及です。ゲートキーパーとは門番という意味で、悩んでいる人に、
・ 気づき声をかけ
・ 話を聴いて
・ 必要な支援につなげ
・ 見守る
人のことで、特別な資格は必要ありません。

チェック

うつ状態のチェックリスト

- ☐ ① 毎日の生活に充実感がない
- ☐ ② これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- ☐ ③ 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
- ☐ ④ 自分が役に立つ人間だと思えない
- ☐ ⑤ わけもなく疲れたような感じがする
- ☐ ⑥ 死について何度も考えることがある
- ☐ ⑦ 気分がひどく落ち込んで、自殺について考えることがある
- ☐ ⑧ 最近ひどく困ったことやつらいと思ったことがある

「はい」が
①～⑤の項目で2つ以上
⑥～⑦の項目で1つ以上
⑧に該当した場合

いずれかに該当すれば、医師や保健師、臨床心理士などへの相談を勧めます。

気づく

身近な人に「心のサイン」が見られませんか？ 気になる様子があれば、「眠れてる？」
「最近、しんどそうだけど…」
など、「心配している」というメッセージを伝えましょう。
そして、特に自殺との関係が深いうつ病の症状は、早期発見・早期治療が大切です。適切な治療を受ければ、多くの人は回復します。最近2週間の様子を尋ね、左記の8項目をチェックしましょう。

もしかしたら 心のサインかも…

- ① うつ病の症状
(気分が沈む、不眠が続くなど)
- ② 原因不明の身体の不調が長引く
- ③ 酒量が増す
- ④ 安全や健康が保てない
(持病の治療を突然やめるなど)
- ⑤ 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- ⑥ 職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦ 本人にとって価値あるもの(職位、家族、財産)を失う
- ⑧ 重症の身体の病気になる
- ⑨ 自殺を口にする
- ⑩ 自殺未遂におよぶ

「聴く」ための 5つのポイントと行動



ポイント

- ①話しやすい雰囲気をつくる
- ②先入観をもたずに聴く
- ③質問をできるだけ控える
- ④相手の反応をじっくり待つ
- ⑤勝手な解釈や評価、批判はしない

行動

- ①相づちを打つ
- ②相手の言葉や思いを繰り返す
- ③相手の訴えを整理して、事象をはっきりさせる
- ④「でも」など相手の言葉をさえぎる言葉をつかわない
- ⑤情緒不安定でコミュニケーションがとれないときは、早めに家族などの身近な人や相談機関につなぐ

聴く

悩んでいる人には孤独感があり、追い詰められた状況から柔軟な考えができず、「相談しても何も変わらない」「自分の気持ちを分かってくれない」「自分の気持ちを分かってくれない」を話せない場合があります。

左記の『「聴く」ための5つのポイントと行動』に注意し、「一緒に考えましょう」という姿勢で悩みを受け止めてあげましょう。

自殺を思いとどまった理由の1位は「身近な人に話を聴いてもらったから」

つなぐ

が38・8%となっています。（内閣府 自殺対策推進室 平成23年度 自殺対策に関する意識調査 より）

自殺の危険性を感じた場合、「後でゆっくり相談しよう」などと後回しにせず、その場で話を聴きましょう。家族など身近な人に連絡したり、必要な場合は相談機関へつなぐことが大切です。

本人が直接相談できる場合と、ゲートキーパーが代理（つなぎ役）として相談機関へ連絡する場合があります。

相談機関は：

本市では下記の相談窓口を設けています。このほか、左記の電話相談窓口も設置されています。

●（社）福 奈良いのちの電話協会

☎ 0742-35-1000

年中無休24時間

● 自死遺族・自殺予防のためのこのころの相談（奈良県精神保健福祉センター）

☎ 0744-46-5563

平日の午前9時～午後4時

見守る

相談機関につないだ後も、気負わずあいさつしたり、体調のことを切り口に声をかけたりし、「あなたのことが気になる」というメッセージを伝えていくことが大切です。もちろん1人で抱えるのではなく、関わっている人がチームを組んで見守り、支える体制づくりをすることも重要です。

自分の身近にいる人の声かけは、悩んでいる人に安心感を与え、悩みを相談してよいのだと思う大切なきっかけとなります。あなたの周りの大切な人が「いつもと違う」と感じたとき、まずは「疲れていない？」「最近よく眠れている？」など、勇気を出して声をかけることから始めてみましょう。

心の健康相談室（保健センター3階）

☎ 43-5586 *要予約

もう1人で悩まないでください

保健センターでは、臨床心理士による心の健康相談を実施しています。心のつらさを抱えている人がいたら、ぜひ心の健康相談室を紹介してください。身近な人が気づき、専門スタッフにつなぎ、心のつらさを抱えている人をサポートしましょう。

- ・相談日 月～金曜日
- ・時 間 午前9時～午後5時
- ・対 象 市民または市内でお勤めのかた
- ・料 金 2,000円

*ただし、中学3年生までのかた及び保護者、生活保護世帯のかた、障害者手帳（身体・療育・精神）をお持ちのかたは無料



出典：奈良県ゲートキーパー手帳

私たちの学校をよくしたい！

中学校生徒会と教育長と香芝高校生徒会の懇談会

香芝西



香芝北



香芝



香芝東



市内4つの中学校生徒会では、昨年度から、自分たちの学校をよりよくするために意見交換をする機会を設けています。この会には、実際に学校生活を過ごす生徒たちの「生の声」を聞きたいと、廣瀬教育長も参加しています。開催2回目となる今回は、生徒会の先輩として香芝高校の生徒会長と副会長も加わり、11名での懇談会となりました。

他校から得られるもの



参加したのは昨年12月に生徒会役員となったばかりの2年生ですが、「学校をよくしたい、役に立ちたい」という熱い思いを持って生徒会へ入ったとあって、よいこと・悪いこと・困っていることなど、すでに感じていたことがたくさんありました。

「他の学校に聞いてみたいことはありませんか」という教育長の問いかけをきっかけに、生徒会の立場からみた学校全体の課題を出し合いました。

例えば、「あいさついっぱい」の学校にしたいが、どういう活動をしたらみんなついてきてくれるか」「チャイム行動ができていないので何とかして直したい」「文化祭をもっと盛り上げたい」など、さまざまな話題が出てきました。

それらに対して、自分たちの学校で取り組んで成功した例や工夫していることなどを具体的にアドバイスし合いました。ひとつひとつの意見

にうなずき、熱心に聞く姿からは「いろんなことを吸収して、自分たちの学校に持って帰りたい」という力強い思いがみえました。

先輩からのアドバイス



香芝高校の先輩からは「学校全体をひとつにまとめるのはとても難しい。私たちも苦労しています。ただ、自分たちだけ満足してもそれは決して成功とは言えません。思いを押しつけるのではなく、伝える気持ちを大切にしてください。そして何より続けることが大事ですよ」と、アドバイスがありました。

懇談会を終えて…



最後に、東中学校から生徒会新聞の紹介があり、今後4中学校で交換し合うことを約束しました。懇談会を終え、皆さんは、「他の学校のようすを聞き、初めて知ること多いっぱいあったのでいい機会だった」「自分の学校のPRもできてうれしかった」と話しました。廣瀬教育長は「懇談会を通して、それぞれのよさを活かしながら、他の学校のよいところも取り入れ、いい活動」をどんどん広げていきましょう」と声をかけました。

学校ごとに校風は異なりますが、こうした中学生の取り組みが、同じ香芝市の仲間として、一緒に成長していくことにつながっています。

市民ペンリレー

◆366



光陰矢のごとし

丸岡万里子さん

家族3人で大阪から香芝に移り住んで、今年で12年目を迎えます。こちらに引っ越してきた当時は、まだ娘が小さかったので、保育所に預け仕事に出かける忙しい毎日を送っていました。最初のころはしばらく、仕事と育児を両立できないのかとても不安で、母の入院も重なり大変だった時期もありましたが、今まで頑張つてこられたの



も、家族やまわりの人たちの支えと、当時お世話になった保育所の先生や小学校の先生方のご協力があったお陰だと思っています。改めて感謝の気持ちでいっぱいです。

そして、今まで特に大きな病気もせず、元気にここまで育ってくれた娘にもありがとう！そんな娘も、今年の春から中学生になります。子どもが幼かったころは、何事にも一喜一憂することも多かったですが、今思えばそんな時期はとても短く、子どもとの貴重な時間だったんだなあとしみじみ感じています。

子どもはあつという間に巣立っていきます。小学校を卒業し、少し寂しい気持ちもありますが、健康で真つすぐな人に成長してくれることを願いながら、これからも見守っていきたいです。そして私自身も、また新たな趣味や生きがいを見つけ、この大好きな町で暮らしていけたら幸せです。

次回は大石さんにリレーします。

香芝検定のこたえ ③

五位堂・若葉(下田)・志都美・二上の各保育所は昭和27年から29年にかけて、真美ヶ丘保育所は昭和60年に開所されました。

昭和43年に開所されたみつわ保育所のみひらがな名を採用しています。

☆編集後記☆

広報紙を担当するようになって1年。取材に何うなかで、新しい出会いや思いがけない再会がありました。

表紙に登場している高校生たちの笑顔もそうですが、今回の特集記事を作成するにあたり、出会った方々はみな、素敵な笑顔をされていました。施設で子どもたちの演技を見つめるお年寄りのやさしいまなざしと笑顔、保育所との関わりを話してくださった方々も、終始にこやかな表情なのが印象的でした。

〈柚〉

パパッと簡単 朝ご飯♪

No.12

海藻類で
ヘルシー朝食！



海の幸サラダ

イカ、エビはそぎ切りにすると量が多く見えます。低エネルギーの海藻類を多めに食べて満足感を得ましょう！（1人分56kcal）

【材料（2人分）】

イカ…40～50g
エビ…50g
海藻類(わかめ、とさかのりなど)…好みの量
かいわれ大根…20g

レタス…20g
コーン(缶詰)…10g
◇ドレッシング◇
酢…大さじ1
油…小さじ1
しょうゆ…小さじ1／4

【作り方】

- ①海藻類は洗って水につけ、塩抜きにして一口大に切る。
- ②イカは皮をむいてそぎ切りにし、エビはむき身にして背わたを取り、それぞれさっと茹でる。
- ③レタスは一口大にちぎる。かいわれ大根は根を切り落とす。
- ⑤器にレタスを敷き、海藻類を盛り、イカ・エビ・コーンを散らし、合わせたドレッシングをかける。かいわれ大根を添えてできあがり。

*レシピ協力：香芝市食生活改善推進員協議会

時代の流れとともに移り変わるまち並みや、時を超えて受け継がれてきた変わらぬ風景など、古い写真を随時募集しています。みなさまのご提供をお待ちしています。

詳しくは、市役所秘書広報課までお問い合わせください。

☎76—2001（内線304）



現在のようす

狐井からJR香芝駅
方面を望む

昭和45年ごろ
(1970年)

増井治平さん(関屋)提供



いにしえ
古のかしばへタイムスリップ
今昔アルバム

広告

広告

広告

広告