

# エリアウェーブ

峡東教育事務所  
 地域教育支援スタッフ  
 TEL 0553-20-2731  
 FAX 0553-20-2733

◎回覧・配付をお願いします。増し刷り配付はご自由どうぞ。山梨県庁のホームページでも掲載中です。

<http://www.pref.yamanashi.jp/barrier/html/kyoiku-hym/index.html>

◎ご意見・ご感想、情報提供はこちらまで。Email: [aruga-asvk@pref.yamanashi.lg.jp](mailto:aruga-asvk@pref.yamanashi.lg.jp)

## 中高生の生活習慣づくりには「ジリツ」が重要！ - 渡辺敦司 -

基本的な生活習慣を身に付けることは、ある意味で子どもにとって最大の「勉強」かもしれません。生活習慣が身に付かなければ学習習慣もおぼつかなくなるだけでなく、生活リズムの乱れが心身の不調を招きます。とりわけ中高生は、保護者の方々にとってもお子さんにどう働きかけるか、難しい年頃でしょう。そんな中、文部科学省が先頃検討委員会を発足させました。2014<平成26>年3月までに取りまとめを行うことにしています。座長の鈴木みゆき・和洋女子大学教授は、1990年代から1~3歳児の3割以上が夜10時以降に就寝していたこと、それが大人の生活に影響を受けたものであることなどの実態調査結果を紹介しながら、保護者自身が「遅寝の世代」であることに注意を喚起。幼いときからの生活習慣の積み重ねが重要であることを強調するとともに、中高生自身が自分で気付いて生活習慣をコントロールできるようになるためには、自立と自律という二つの「ジリツ」をどう促すかが重要だと指摘していました。

ベネッセ教育総合研究所の木村治生主任研究員も、同研究所の豊富な調査結果を踏まえて、最近では学校や家庭の取り組みが功を奏して子どもの生活習慣や学習習慣がゆるやかに改善している一方、スマートフォン(スマホ)の普及などにより生活時間や健康、友達関係などさまざまな影響が出ていること、少子化によって「以前よりも手をかけられる子ども」が増えてきたことなどを紹介しながら、「まじめ化」

して問題がないように見える中高生にどう主体性を持たせるかが課題だと述べました。

高知大学の原田哲夫教授は、「『早ね、早起き、朝ごはん』3つのお得」と題する一連のリーフレット(保護者用・女性用・アスリート用・被災者用など)で、睡眠や食事が健康に与える影響をわかりやすく解説していることを紹介しました。早起きして納豆やバナナの朝食でタンパク源とビタミン源を十分に取り、食後には太陽光(日の出が遅い冬なら蛍光灯)を浴びるとともに、夜の照明は白熱灯色にして寝つきを良くすることで、学校や仕事の成績がアップするだけでなく、メタボ解消や美容にもいいそうです。これなら、親子で前向きに取り組めそうですね。

このほか、自治体を挙げた「キャリア教育」の推進によって子どもに夢と自信を持たせて自立を促す取り組み(景山明・島根県雲南市教育委員会統括監)、毎日の生活時間を記録することで生活習慣の大事さに気付かせる工夫(前田勉・NPO法人里豊夢わかさ理事長)なども紹介されました。

一方で、共働きや単身家庭で仕事の帰りが遅くなり、子どもにも小さいときから夜型の生活に付き合わせざるを得ない事情もあるでしょう。家庭のせいばかりにするのではなく、学校教育だけで解決しようとするのではなく、家庭・地域・学校が協力して子どもの健全な生活を保障できるような社会づくりに役立つよう、具体的な提言を期待したいものです。



(出典: Benesse 教育情報サイト <http://benesse.jp/>)

# 子育て支援リーダー・ステップ・アップ講座

県社会教育課

県では、地域の子育て支援リーダー養成のための講座を開講しています。年間10回の講座が開かれ、子育てに関する諸問題についての研修や実技をおこなっています。

本年度は3年計画の2年目になりますので、興味のある方は、各市の社会教育課・子育て支援担当にお問い合わせください。



## 県子どもクラブ親睦球技大会

山梨県子どもクラブ指導者連絡協議会

8月16日(土)に県立青少年センターを主会場として、平成26年度県子どもクラブ親睦競技大会が開催されました。峡東地区からソフトボール種目に3チームが参加し、三富子どもクラブ(山梨市)が準優勝、西保子どもクラブ(山梨市)が3位に入賞しました。また、ミニソフトバレーボール種目に4チームが参加し、河内子どもクラブ(笛吹市)が見事に優勝し、下野原子どもクラブ(笛吹市)が準優勝しました。

各チームとも夏休みの前半に練習に励んで、地区予選を突破して県大会に出場しました。地区の代表として、一生懸命のプレーで保護者や地区の方々への応援に励んでいました。

また、ゲームの中で高学年の児童が低学年の児童の面倒を見たり励ましたりと、微笑ましい光景も見られました。



ソフトボール種目の様子



開会式の様子



ソフトバレーボールの様子

## 勸学院パソコン教室

ことぶき勸学院峡東教室

8月5日(火)塩山高校において、ことぶき勸学院峡東教室の2年生10名が異世代交流の一環として塩山高校の生徒からパソコンの使い方を教わるパソコン教室が行われました。最初にパソコンの基本的な操作についてのオリエンテーションが行われた後、高校生がマンツーマンで付き添ってペイントのソフトやインターネットについて学習しました。和気あいあいとした雰囲気の中で、勸学院生たちは楽しそうに高校生の指導を受けていました。



## 勸学院祭案内

平成26年度、山梨ことぶき勸学院では、日頃の活動の成果を発表する場として「勸学院祭」を下記のとおりで開催します。ぜひ多くの方に見学していただき、ことぶき勸学院に興味をもっていただきたいと思います。

- 1 日時 平成26年 10月16日(木) 午前9時より
- 2 場所 コラニー文化ホール 小ホール(甲府市寿町)

# あつまれ！ちびっこハッピーランド

山梨市福祉事務所  
山梨市健康増進課  
山梨市生涯学習課 協働事業

9月25日（木）に山梨市民総合体育館武道場で、帝京学園短期大学の藤巻真由美先生を講師に招いて、未就園児とその保護者を対象にした「あつまれ！ちびっこハッピーランド」を開催しました。音楽に合わせて体を動かしたり手遊びを楽しみしながら、子どもとのスキンシップの取り方などのレクチャーを受けました。

未就園の子ども達は、広い場所で思い思いに歩き回ったり、はいはいしながら、元気いっぱい遊んでいました。会場には子どもたちと保護者のとびきりの笑顔があふれていました。



## 子どもと高齢者の参加体験型交通安全教室 県立笛吹高等学校

笛吹高校では、笛吹市唯一の高校として、地域に貢献できる生徒の育成を目標としています。

9月24日（水）に笛吹高校を会場にして、笛吹市交通安全協会・笛吹警察署主催で、1年生・シルバー人材センター会員・境川保育園児が参加して「子どもと高齢者の参加・体験型交通安全教室」が開催されました。高齢者には自転車とバイクのシミュレーションを活用した体験がおこなわれ、保育園児は食品化学科の生徒と共に、参加者に配る交通安全啓発クッキーづくりを体験しました。その後、ヤマト運輸社会貢献課による「死角と巻き込み等安全教室」を見学しました。

また、交通安全教室と並行して、笛吹高校2、3年生は学校通学路周辺の河川清掃を行い、秋の行楽シーズンを前に、観光地の環境整備とイメージアップに一役かっていました。



学校長のあいさつ



高齢者の体験



保育園児のクッキーづくり



河川清掃の様子

## 「少年海洋道中」 in 八丈島

フロンティア・アドベンチャー  
やまなし「少年海洋道中」実行委員会

8月1日（金）～8日（金）に「少年海洋道中」が行われました。台風11号の接近のために1日短縮された開催でしたが、峡東地域では、東山梨から5名、笛吹から3名が参加して元気な笑顔で帰ってきました。

八丈島の豊かな自然の中、参加した生徒はいろいろな体験をしてきました。到着後、まずは島での生活の基地となる場所にテントアップ、かまど作りなどをおこない、早速夕飯作りに挑戦しました。また、海に出てシュノーケリングやクルージングなども体験しました。中でも最大の行事は「八丈島サバイバル踏破」です。5班に分かれて1泊2日で野営をしながら島内を一周するのですが、仲間と助け合い・励まし合いながら全員が無事に完走しました。その後、八丈島の児童・生徒との交流会も行いました。

生徒の感想として、自然の中での星空観察、海での体験、島の食材を使った手料理、野外炊飯等がとても印象に残ったとのこと。参加した生徒からは「ぜひもう一度八丈島を訪りたい」との声が聞かれました。



## 【平成26年度 山梨高等学校の取り組み 山梨高校のマナビタミン!!】

### ○ 普通科週31時間、英語総合コース集32時間授業

昨年度より、新カリキュラムへ対応し、幅広い進学希望を実現させるため、全学年全クラスにおいて月曜七校時の授業を実施し、週31時間の授業を行っています。さらに英語総合コースでは昨年度は課外として実施していた、木曜日の七校時を授業として設定し、32時間の授業を行っています。

### ○ 梨高メンドミズムも充実

職員室前の「質問コーナー」を利用した学習指導や進路指導は山梨高校の日常的な風景として定着しています。“面倒見の良い”、“メンドミズム”を充実させ、生徒一人ひとりの可能性を引き出すため一人ひとりに向き合っ指導しています。

### ○ 朝の読書活動

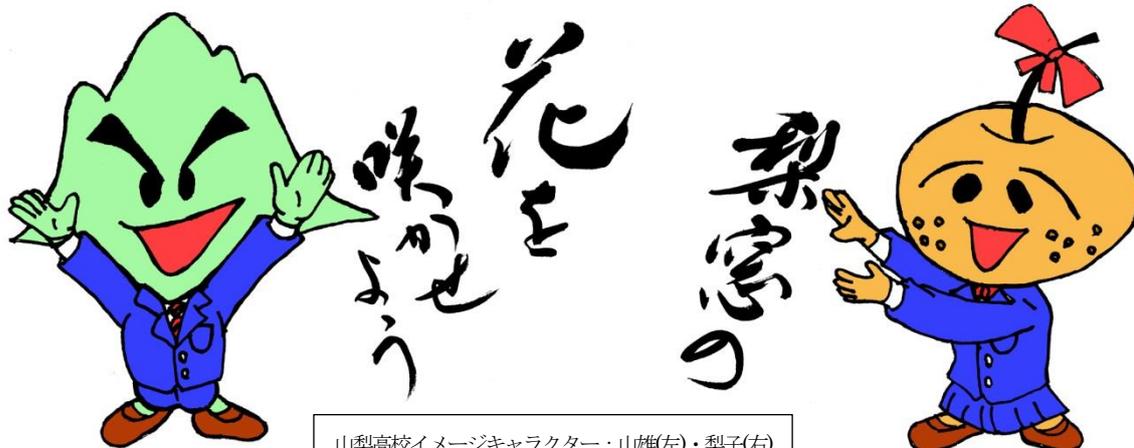
朝の読書から始まる落ち着いた生活習慣は、山梨高校の日常として定着しました。読書活動から得られる、知識・感動・情景など多くのものを吸収し、心情豊かな人間形成を目指しています。

### ○ 土曜課外実施中

山梨高校では、土曜日の午前中を利用し、外部講師を招き、土曜課外を実施しています。土曜課外は進学希望をもつ生徒対象に「進学に特化した講義」が予備校のテキストを用いて展開されています。3年生は国語・英語、1、2年生はさらに数学の講義が受講できます。受験を見据えた、早期からの取り組みを行い、生徒の夢の実現へ向けて環境を整えています。

### ○ 安全運転・命の授業への取り組み

塩山自動車教習所協力の下、バイク通学者対象に、年2回バイク安全運転講習会を実施しています。また、保護者の皆様の協力の下、街頭指導も行っています。さらには、命の大切さを学ぶ講演などを通じ、自らの命とともに、共に生きる全ての人々の命と安全を守る大切さを指導していきます。



山梨高校イメージキャラクター：山雄(左)・梨子(右)  
“梨窓”とは“山梨高校同窓生”の略



# 山梨県立山梨高等学校

## 【今年度の梨高生の活躍】

今年度も勉強面、部活動面において梨高生は活躍をしています。部活動面においては、バドミントン部が男女共に関東大会へ出場しました。また、陸上競技部、体操部も関東大会に出場し、体操部はインターハイへの出場も果たしました。この秋の国体には陸上競技部、体操部から山梨県代表選手が選ばれました。文化部としても、西関東大会銀賞を獲得した吹奏楽部を始め活躍しています。書道部は愛知県で開かれるNHKスクールライブショー、書道パフォーマンスへの出場権を獲得しました。これから先も、まだまだ梨高生の活躍が期待されます！

