



回覧・配付をお願いします。増し刷り配付はご自由にどうぞ。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 : [saegusa-aszn@pref.yamanashi.lg.jp](mailto:saegusa-aszn@pref.yamanashi.lg.jp)

## 「ヒーローになる瞬間」

「えっちゃん」は、小学3年生としては大柄で男子も圧倒するほど活発な女の子でした。同時に、思いやりがあって、困っている人や弱い立場の人を助けたり、かばってあげたりするやさしさを備えていました。

ところが、本人の思いとは裏腹に周囲の受けがいま一つ良くありません。そのため、学級役員選挙に立候補しても話し合いで意見を述べても支持してくれる人は多くありません。せっかく友だちのために何か役立ちたいと思っているのに、そのような反応しか返ってこないものですから、時々、思いが伝わらないもどかしさを涙声で訴えます。

それとなく周囲の児童に、そのあたりの状況を尋ねると、えっちゃんの何か起こったときに肩をいからせ大股で歩く姿や大きな声が周囲を遠ざけてしまうようです。また、えっちゃんの積極的な態度が、お節介とか出しゃばりとかに受け取られているようなのです。

年が明けて1月下旬、風邪が流行し始めたある日の給食中のことでした。朝から顔色がすぐれなかった一人の女児が、口を手で押さえたかと思うと「うっ」と食べたものを床に戻してしまいました。一瞬、周りの児童は机を遠ざけたまま為す術もなく見守るばかりでした。すると、私が近寄るよりも早く、えっちゃんがバケツとちり取りを手にして片付け始めたのです。

えっちゃんの機敏な行動に反応するかのようになり、周りの子どもたちも動き始めました。えっちゃんと一緒に吐いた物を片付ける人、机の上をきれいに拭く人、女児を水飲み場に連れて行って口をすすがせ、さらに服に付いた汚れをきれいに保健室へ連れて行く人。5分後には何事もなかったかのように食事を再開しました。

当時、帰りの会で「今日の良かったこと、反省すること」を発表する場を設けてありました。その中で、えっちゃんの行動を評価する意見が出されたのはいうまでもありません。

意外なことに、その意見を述べたのはいつもえっちゃんに対立していた男子でした。発表が終わるや否や、大きな拍手がわき起こりました。恥ずかしそうな表情をまじえながらも、満面に笑みを浮かべていたえっちゃんが印象的でした。

家に寝たきりのおばあちゃんがいる、介護をする母親の手伝いをしているえっちゃんにしてみれば、ごく自然な行動であったようです。

皆がえっちゃんを見る目が変わりました。頼りになる人、実行力がある人、勇気がある人というような、尊敬のまなざしを持ってえっちゃんと接するようになりました。

この日を境として、子どもたちは一段階成長したように感じました。どの子も、どこことなく落ち着きと自信を備え、4年生に進級する日が間近に迫っているという雰囲気を感じ始めました。些細なめも事が減りましたし、自分たちで解決しようとする姿勢が見られ、担任は手を出さず見守ることが多くなりました。

この出来事は、誰にでも「ヒーローになる瞬間」が訪れることを教えてくれました。誰だって心の奥底でヒーローになることを願っていると思います。それが何時どのような形で訪れるのか、誰にも分かりません。しかし、意図して仕組んだり、無理やり仕向けたりする必要はありません。ふだん普通の行動をし、役割を果たすことによって、春が来れば芽を出し花を咲かせるように、その瞬間は必ず訪れるのですから。

現在、学校では、吐瀉物等を片付けるときには医療用ゴム手袋を着用するよう指導しています。

## 親子「しめ飾り」づくり

12月20日(日)に、山梨市立加納岩小学校体育館で「親子しめ飾り」づくりの体験教室が開かれました。この事業は、山梨県社会教育振興会という社会教育の振興を目的とする組織に加盟している団体が、県内各地で、児童・生徒及び保護者を対象にさまざまな体験教室を行うものです。

当日は、加納岩小学校の児童・保護者51名が参加して、東山梨地区社会教育の会の12名を講師にしめ飾りづくりを行いました。初めにしめ飾りとはどんなものなのか。どんな「いわれ」があるのかなど説明がありました。親も子も真剣に聞いていました。次に、指導者に教わりながら、わらを編んでしめ縄を作り、その後、海老・扇子・おかめなどいろいろな飾りをつけてしめ飾りを完成させました。



完成したしめ飾りを手にして

初めてのしめ飾りづくりの体験でしたが、予想以上の素晴らしい出来栄に、あちこちから歓声が上がりました。父親の参加も多く、わらを編む時に、決められた数に分けたわらを子どもが押さえ、親が慣れないながらも一生懸命編み上げるなど、親子で助け合って作品を作る微笑ましい姿が見られました。

作品完成後は、互いに見せ合ったり記念に写真を撮ったり、とても楽しい意義のある事業になりました。社会教育の会では、今後もこのような体験教室を実施していく予定とのことです。



## 「クリスマス会」 障害児通園施設ひまわり(山梨市) 12/22

クリスマス会は、保育士によるノンタンの絵本の読み聞かせから始まりました。

読み聞かせの次は園児の出番。ドングリ組(年少)園児が段ボール箱で作った太鼓で「ジングルベル」を演奏し、続いて、リス組(年長)園児が手作りのマラカスで「あわてん坊のサンタクロース」を演奏しました。聴いている人たちも手拍子を打って加わると、演奏にも一段と熱が入ります。

サンタの帽子をかぶった4人のおじさんが、大きな模型の家のプレゼントを担いで入ってきました。東山梨行政事務組合の事務局長さん、東山梨消防本部の消防長さんたちです。早速、プレゼントされた模型の家で遊びました。

サンタクロースが大きな袋を持ってやって来ました。サンタさんが子どもたち一人ひとりと握手して回ると、うれしそうに飛び跳ねていました。最後に、カーテンを閉めて暗くした部屋に、聖火を手にしたかわいらしい妖精が現れて、藤巻園長先生のフルート演奏「きよしこの夜」をバックミュージックに、テーブルに置かれたキャンドルに火を点して回りました。子どもたちはキラキラした目でろうそくの灯を見つめていました。



リス組のマラカス演奏



キャンドルに聖火を分火

発達障害を持つ園児の多くはじっとしていることが苦手です。体をゆすったり立ち歩いたり、時には思いがけない行動をしてしまいます。その都度、13名の園児に対して11名の職員は注意や制限の言葉を発することなく、機敏に動いて全身で園児を受けとめます。

また、園児の興味や関心が持続するように、出し物の内容や演目の合間を短くするなどさまざまな工夫をしている様子が見られました。

## 「山梨ことぶき勸学院」の活動

### 勸学院祭「舞台発表」 10月22日 県民文化ホール

#### 東山梨学園 《エアロピクス&合唱》

東山梨学園では、「八幡舞い歌」(やらまいか)をエアロピクス風に演じ、「これから音頭」、童謡「花影」を手話をまじえて合唱しました。「八幡舞い歌」は息が切れるほど動きの激しいエアロピクス運動です。

#### 東八代学園 音楽構成劇「牛が池」

東八代学園では、毎年、地域に言い伝えられている民話を題材に、独自に作り上げた音楽構成劇を発表してきました。今年は、笛吹市御坂町大野寺地区に伝わる雨乞い伝説から「牛が池」を上演しました。



### 宿泊研修旅行

東八代学園は10月29日～30日、福島県会津地方へ「会津三観音」「大内宿」「鶴ヶ城」などを訪ねました。また、東山梨学園は11月5日～6日、「白川郷」「古都金沢」「北陸」方面に出かけました。どちらも晩秋の好天に恵まれ、旅行を通して研修と同時に相互の親睦を深めました。



東八代学園（会津大内宿にて）



東山梨学園（白川郷にて）

### 勸学院祭「展示発表」

東山梨学園：11月27日～29日 山梨市民会館



東八代学園：12月11日～13日 学びの杜みさか



### 平成22年度学生募集について

1月18日より受付を開始します。

募集要項は、峡東教育事務所、市役所（各支所）おもな公共施設に置いてあります。

お問い合わせは峡東教育事務所（雨宮、稲木）まで。 0553-20-2737

# 明けまして、お早うございます

子どもたちに「早寝、早起き、朝ごはん」が推奨されていますが、たっぷり睡眠を摂った朝はおいしくご飯がいただけるものです。ところが、日本人は世界で一番睡眠が不足している国民だそうです。子どもだけでなく大人も含めて、国民全体の生活改善が求められているのかもしれませんが。

一年の計は元旦にありといえます。必要な睡眠時間の確保に努めて健康で明るい一年にしましょう。

## 【睡眠のはたらき】

第一に、成長ホルモンの分泌です。成長ホルモンは体や骨が大きくなるだけでなく、脳神経系の発達や体力回復、免疫力の増強にも影響します。十分な睡眠は頭のはたらきも良くするだけでなく健康維持・増進にも欠かすことができません。

## 【必要とする睡眠時間】

小学生で10～11時間、中高生で8.5時間～9.3時間、大人でも7～9時間を必要とします。これは、頭がすっきりした状態で、昼間に学習や活動ができるために必要とする睡眠時間です。

## 【睡眠の実態】

小学生までは早寝の習慣ができていても、中学生になったとたん夜型になる子どもが多くなり、学年を重ねるごとに遅くなる傾向があります。中学3年生で睡眠時間が6.5時間以下の子どもが15%にもなっています。その不足分は授業中の居眠りで補われているという実態があります。

都内の中学生の調査では、「ときどき」「たまに」も含めると居眠りをしている中学生は6割以上にもなります。その不足分を授業中の居眠りで補っているとしたら本末転倒ですね。

## 【睡眠が不足すると】

必要とする睡眠時間が2時間足りない脳の活動状態は、弱度酩酊程度の血中アルコール濃度の状態にほぼ同じです。これは、酒気帯びと飲酒との中間ぐらいの脳の活動状態ですから、勉強や活動を満足に行えません。

睡眠不足は、集中力の低下、注意・維持の困難、記憶学習能力の低下が起こり、学習効率が落ちてしまいます。他にも判断力、創造性、論理的思考なども低下し、学習意欲はもちろん、生きる意欲や自己評価の低下にも関係します。

昨年11月、文科省より‘08年度の「問題行

動調査」の結果が発表され、全国的に暴力行為(生徒間、対教師、器物損壊)が3年連続増加し、約6万件に達したと報じられました。

その要因について、「コミュニケーション能力の不足」「自分の感情をコントロールできない」などの要因が指摘されましたが、根底に睡眠不足が影響しているとも考えられます。

## 【早寝の習慣をつくるために】

- ・ 30分早く寝てみるようにしましょう。
- ・ 親がまず自分の睡眠をコントロールしましょう。小学生までは、母親の就寝時間が遅いと子どもも遅くなるというデータがあります。
- ・ テレビ、携帯電話、パソコンを寝室に持ち込まないようにしましょう。
- ・ 授業に集中する、短時間で予習・復習などを終えるなど、学習効率を高める工夫や習慣付けをしましょう。

参考資料「全人」2009年 No. 734

先日、ある児童館を訪問し、指導員の方と立ち話していたときの事です。

小学3年生ぐらいの男の子が走ってきて、「先生、宝石を見つけたよ」と言うなり、ポケットから青色の紙包みを取り出しました。そおと紙を開くと、白色の小石が現れました。「ねえ、きれいでしょう。砂場で見つけたんだよ。」

指導員の方が、「大事な宝物を見せてくれてありがとう。大切にしてくね。」と言うと、男の子は「うん」と返事をしました。

その目の輝きがとても子どもらしくて、いつまでも心に焼き付いています。

今年もよろしくお祈りします

