



自立し、互いに関わり合いながら、よりよい社会づくりに参画し行動する「有徳の人」の育成を目指して

# Eジャーナルしずおか

平成24年(2012年) 11月20日 火曜日 第104号

発行・編集 教育政策課 〒420-8601 静岡市葵区追手町9番6号 TEL 054-221-3168 FAX 054-221-3561 E-mail kyouji\_seisaku@pref.shizuoka.lg.jp

## 高校生被災地ボランティアの活動報告 ～震災を忘れず思い続ける～

8月21日からの4日間、県内高校生32人が、「高校生被災地ボランティア活動」として岩手県釜山市と大槌町を訪問しました。被災地を目の当たりにし、被災者のありのままの感情に触れた高校生たちは何を感じたのでしょうか。活動に参加した掛川西高校の植田美紅さん、小楠梨紗さんの声をお届けします。

### 被災者の言葉から

「静岡の高校生が、こんな速く被災地の力になりたいと考えてくれている。その思いが何よりうれしい」「今回の震災の教訓を忘れないでほしい。私たちのような思いをする人が1人でも出てほしい」。

ボランティア活動で大槌町仮設住宅を訪問し、私たちが被災者の方々のお役に立てるような活動ができずに戸惑っていた時に掛けていただいた言葉です。震災から1年以上経過した今、被災者が望んでいること、それは「震災のこと、被災地のことが忘れ去られないこと」ではないかと感じました。被災者の生の声を聞くことで、私たちが学校に戻ってから取り組みたいことが見えてきました。

### 私たちからの提案

私たちは今回の経験から次の提案をしました。  
**継続的な募金活動や文化祭での東北物産展の開催**

被災者の言葉のとおり震災や被災者のことを忘れず、支援の気持ちを持ち続けることができるような工夫が必要です。

### 高校生が震災の怖さを学ぶ場を作る

東海地震の危険性が指摘されている静岡県でさえ、高校生が普段の防災訓練に危機感を持って取り組んでいるとは言えません。その原因の一つに「震災の怖さが分かっていない」ことがあると思います。私たち自身、被災地に行かなければ震災の怖さを理解できず、防災訓練の大切さを実感できずいたと思います。だからこそ、高校生にこの思いを共有してもらいたいです。

提案の実現には多くの人たちの協力が必要です。被災地にとってお金や物資の支援も大切ですが、今回の活動を通じ、何よりも震災のことを忘れず、被災地のことを思い続ける気持ちを持ち続けるために、これからも被災地での経験を一人でも多くの人に伝えていきたいと思えます。

植田さんや小楠さんの提案にもあるとおり、東日本大震災から被災地が復興するにはこれからも多くの支援が必要です。一方で、私たちが日々の生活の中で被災地の現状を知る機会は減りつつあるのではないのでしょうか。私たちはこの大震災の教訓を風化させることなく、語り継いでいかなければなりません。今回の活動に参加した高校生が、学校や地域の防災リーダーとして、その大切な役割を担ってくれることを期待しています。



遠野まごころ寮にて(前列左から3人目が植田さん、4人目が小楠さん) 【教育総務課】

冬冬を推薦した清水エスパルスへの推薦した河井陽介選手が選ばれました。皆様、投票ありがとうございました。

「立立小山高等学校 村松 敬之」

部門	受賞校・団体
小学校	浜松市立曳馬小学校
中学校	伊豆の国市立葦山中学校
高等学校	県立三ヶ日高等学校
特別支援学校	県立静岡視覚特別支援学校
団体	静岡おはなし会(静岡市) さくらんぼ(島田市)

今回の受賞校の中からいくつか紹介します。  
**「並行読書」に着目**  
浜松市立曳馬小学校は、学校運営の中核に学校図書館教育を置き、同一作者の作品、同年齢の主人公の作品などを読む「並行読書」に着目し、読書を授業に生かす工夫をしています。この点が高く評価されました。

静岡視覚特別支援学校の整備  
学校を挙げて読書環境を整備に取り組み、子ども読書活動の幅が広がった静岡視覚特別支援学校。柏谷泰以校長は、「子どもたちは、体験したことを更に本で確認して実感につなげていくなど、読書はとても重要。これからは雑誌記事やウェブサイトを点字訳するなど、多様な読書にも対応し

ていきたい」と、今後の活動への抱負を語りました。  
**実践事例をもっと知りたい**  
「静岡県の学校図書館」学習指導要領が改訂される中、優れた読書活動実践に注目が集まっています。でも、どういう取組をしたらいいのか分からない、という時は、「読書しずおか」とネットで検索。ここに掲載された「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。今回は、県総合教育センター発行の「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。今回は、県総合教育センター発行の「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。



10/6静岡ダービー(inエコパ)で結果発表。「フッカービー」得点王の河井陽介選手(左)と山田大記選手(右)

大人が本を読む姿を見せよう  
小さい頃に身近な大人が本を読んだ経験が子どもに伝わり、身近な大人が本をよみ読んでいくという調査結果が出ています(※)。自ら学び、自ら考え、長い人生をよりよく生きていくために「読書」は、とても有効な手段です。大人も子どもも、みんなが読書に親しみ、読書を楽しむ「読書しずおか」を一緒に作っていきましょう。

過去と対峙し、未来を見据える  
静岡県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会  
「皆さんは挫折という一歩を踏み出さず、どんなイメージをお持ちですか。諦めてしまおうと、逃げてしまおうと、人によって考え方はさまざまだと思います。」  
10月14日、県立科学技術高等学校において、静岡県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会が開かれました。この大会は、県内の定時制課程、通信制課程の高校生が、学校生活を振り返り、学んだことや考え、感じたことなどを発表するもので、東部、中部、西部の予選を勝ち抜いた14人が参加しました。昭和28年の第1回大会以来、生徒の真摯な発表姿勢は、随く者に深い感銘と心に響く共感を与えてきました。本年度で60回を数え、歴史的にも本県定時制、通信制教育の重要な位置を占めています。

自分を冷静に振り返り、定時制や通信制での人の出会いを通して、困難や挫折を乗り越えて変わろうとする気持ちや未来に対する前向きな希望を伝えてくれました。自分のことを話すことは、とても勇気のあることです。体験に基づいた発表者の言葉の一つ一つが、聞く者の心を震わせ、私たちに、定時制・通信制で学ぶ生徒の思いに一杯応えなければならぬと改めて感じさせてくれる発表会でした。  
大会の結果は次のとおりです。  
最優秀賞  
静岡県教育委員会教育長賞  
富士高校 3年 稲葉 大輝  
優秀賞  
浜松大学付属高校 4年 服部 茜  
NHK静岡放送局長賞  
三島長陵高等学校次深川 幸輝  
静岡県高等学校定時制通信制教育委員会賞  
静岡中央高校 2年 望月 百合子  
静岡高等学校定時制通信制教育委員会賞  
小山高校 2年 増井 玖瑠美  
静岡高等学校定時制通信制教育委員会賞  
小山高校 1年 佐竹 望

読書に関するすばらしい取組を行っている学校・団体を顕彰する「読書しずおか」優秀実践校・団体表彰が、今年も県図書館大会(10月29日開催)に併せて実施され、県教育長から賞状が授与されました。受賞校・団体は表のとおりです。

今回の受賞校の中からいくつか紹介します。  
**「並行読書」に着目**  
浜松市立曳馬小学校は、学校運営の中核に学校図書館教育を置き、同一作者の作品、同年齢の主人公の作品などを読む「並行読書」に着目し、読書を授業に生かす工夫をしています。この点が高く評価されました。

静岡視覚特別支援学校の整備  
学校を挙げて読書環境を整備に取り組み、子ども読書活動の幅が広がった静岡視覚特別支援学校。柏谷泰以校長は、「子どもたちは、体験したことを更に本で確認して実感につなげていくなど、読書はとても重要。これからは雑誌記事やウェブサイトを点字訳するなど、多様な読書にも対応し

ていきたい」と、今後の活動への抱負を語りました。  
**実践事例をもっと知りたい**  
「静岡県の学校図書館」学習指導要領が改訂される中、優れた読書活動実践に注目が集まっています。でも、どういう取組をしたらいいのか分からない、という時は、「読書しずおか」とネットで検索。ここに掲載された「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。今回は、県総合教育センター発行の「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。

大人が本を読む姿を見せよう  
小さい頃に身近な大人が本を読んだ経験が子どもに伝わり、身近な大人が本をよみ読んでいくという調査結果が出ています(※)。自ら学び、自ら考え、長い人生をよりよく生きていくために「読書」は、とても有効な手段です。大人も子どもも、みんなが読書に親しみ、読書を楽しむ「読書しずおか」を一緒に作っていきましょう。

過去と対峙し、未来を見据える  
静岡県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会  
「皆さんは挫折という一歩を踏み出さず、どんなイメージをお持ちですか。諦めてしまおうと、逃げてしまおうと、人によって考え方はさまざまだと思います。」  
10月14日、県立科学技術高等学校において、静岡県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会が開かれました。この大会は、県内の定時制課程、通信制課程の高校生が、学校生活を振り返り、学んだことや考え、感じたことなどを発表するもので、東部、中部、西部の予選を勝ち抜いた14人が参加しました。昭和28年の第1回大会以来、生徒の真摯な発表姿勢は、随く者に深い感銘と心に響く共感を与えてきました。本年度で60回を数え、歴史的にも本県定時制、通信制教育の重要な位置を占めています。

自分を冷静に振り返り、定時制や通信制での人の出会いを通して、困難や挫折を乗り越えて変わろうとする気持ちや未来に対する前向きな希望を伝えてくれました。自分のことを話すことは、とても勇気のあることです。体験に基づいた発表者の言葉の一つ一つが、聞く者の心を震わせ、私たちに、定時制・通信制で学ぶ生徒の思いに一杯応えなければならぬと改めて感じさせてくれる発表会でした。  
大会の結果は次のとおりです。  
最優秀賞  
静岡県教育委員会教育長賞  
富士高校 3年 稲葉 大輝  
優秀賞  
浜松大学付属高校 4年 服部 茜  
NHK静岡放送局長賞  
三島長陵高等学校次深川 幸輝  
静岡県高等学校定時制通信制教育委員会賞  
静岡中央高校 2年 望月 百合子  
静岡高等学校定時制通信制教育委員会賞  
小山高校 2年 増井 玖瑠美  
静岡高等学校定時制通信制教育委員会賞  
小山高校 1年 佐竹 望

## 子どもも大人もみんなで作ろう「読書しずおか」



本の読み聞かせ(曳馬小学校)

「静岡県の学校図書館」学習指導要領が改訂される中、優れた読書活動実践に注目が集まっています。でも、どういう取組をしたらいいのか分からない、という時は、「読書しずおか」とネットで検索。ここに掲載された「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。今回は、県総合教育センター発行の「静岡県の学校図書館」は、優れた実践事例の宝庫です。

大人が本を読む姿を見せよう  
小さい頃に身近な大人が本を読んだ経験が子どもに伝わり、身近な大人が本をよみ読んでいくという調査結果が出ています(※)。自ら学び、自ら考え、長い人生をよりよく生きていくために「読書」は、とても有効な手段です。大人も子どもも、みんなが読書に親しみ、読書を楽しむ「読書しずおか」を一緒に作っていきましょう。

過去と対峙し、未来を見据える  
静岡県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会  
「皆さんは挫折という一歩を踏み出さず、どんなイメージをお持ちですか。諦めてしまおうと、逃げてしまおうと、人によって考え方はさまざまだと思います。」  
10月14日、県立科学技術高等学校において、静岡県高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会が開かれました。この大会は、県内の定時制課程、通信制課程の高校生が、学校生活を振り返り、学んだことや考え、感じたことなどを発表するもので、東部、中部、西部の予選を勝ち抜いた14人が参加しました。昭和28年の第1回大会以来、生徒の真摯な発表姿勢は、随く者に深い感銘と心に響く共感を与えてきました。本年度で60回を数え、歴史的にも本県定時制、通信制教育の重要な位置を占めています。

自分を冷静に振り返り、定時制や通信制での人の出会いを通して、困難や挫折を乗り越えて変わろうとする気持ちや未来に対する前向きな希望を伝えてくれました。自分のことを話すことは、とても勇気のあることです。体験に基づいた発表者の言葉の一つ一つが、聞く者の心を震わせ、私たちに、定時制・通信制で学ぶ生徒の思いに一杯応えなければならぬと改めて感じさせてくれる発表会でした。  
大会の結果は次のとおりです。  
最優秀賞  
静岡県教育委員会教育長賞  
富士高校 3年 稲葉 大輝  
優秀賞  
浜松大学付属高校 4年 服部 茜  
NHK静岡放送局長賞  
三島長陵高等学校次深川 幸輝  
静岡県高等学校定時制通信制教育委員会賞  
静岡中央高校 2年 望月 百合子  
静岡高等学校定時制通信制教育委員会賞  
小山高校 2年 増井 玖瑠美  
静岡高等学校定時制通信制教育委員会賞  
小山高校 1年 佐竹 望



実践NOTE

# 「学びのユニバーサルデザイン」の視点に立った授業改善

掛川市立第一小学校 教諭 押尾 和久



子どもたちの気づきや疑問を子ども同士、また子どもと教員で共有することで、学習することをはっきりさせ、見通しを持たせることができました。

本校は、平成22年度から2年間、掛川市教育委員会指定「特別支援教育」の研究に取り組みました。

毎日の授業を「特別支援教育」の視点で見つめ直しました。そして、本校が目指す「学びのユニバーサルデザイン」を、「特別支援教育の対象を全ての子どもたちとし、どの子どもも分かりやすい授業をデザインすること」と押さえました。

その上で、学びのユニバーサルデザインの視点に立った授業を研究していくこととしました。

## 学習することをはっきり(焦点化)

「今日は何を勉強するのか」「今、何を考えるのか」がはっきりしていれば、子どもたちは安心して学習に取り組むこと



学習することをはっきりさせる(焦点化)

## 学習を分かりやすく(視覚化)

子どもたちの思考を助けるため、学習していることを分かりやすく表すことを心掛けました。中でも力を入れたのは、「板書の構造化」です。



交流タイム(個への対応)

本校の取組は、目新しいものではありません。目の前の子どもあつての授業です。これからも子ども一人一人を理解し、指導の在り方を考えていきたいと思えます。

作業種	外部講師(人数)	授業での主な活動内容
サービス(環境整備)	学校近くのメンテナンス会社 社長・社員(2人)	・窓の清掃 ・ワックス掛け
ものづくり(園芸)	学校近くの農家の方(前椋田区長)(1人)	・パンジーの種まき
ものづくり(陶芸)	陶芸家(下田市在住)(1人)	・皿作り



熱く優しい講師の指導(清掃指導)

## 地域との関わりを

地域の専門家を招き、授業の講師をしていただくことが、生徒の働くことの学びに大変有効であることが実感できました。

講師の先生、声を掛けてくれてありがとうございます。今後、仕事場の見学や学習の成果を地域に広げていくときの助言をお願いしながら、地域とのつながりを構築していきたく思います。

## 環境整備での取組

環境整備では、近隣のメンテナンス会社の方を講師に招き清掃指導を受けています。

陶芸班では、下田市在住の陶芸家の方に講師をお願いしました。

## 園芸班での取組

園芸班では、学校近くの農家の方に講師をお願いしました。授業では、パンジーの種まきを行い、生徒は講師の先生から教えてもらおうと、とても前向きな姿勢を見せていました。

また、その後の授業でも外部講師からのアドバイスを生かしていくことができました。



集中してプロの技を吸収(陶芸指導)



パンジーの種まきを学ぶ(園芸指導)

実践NOTE

# 外部講師の方と共に進める授業実践

伊豆松崎分校 教頭 松本高治



伊豆松崎分校は、平成23年4月に県立松崎高等学校内に設置された知的障害のある生徒が通う高等部の分校です。現在12年生12人の生徒が通っています。

2年目を迎え、より地域に根付いた教育を目指した教育実践を進めたいと考えました。そこで、県の「多様な人材活用学習支援事業」を活用し、地域の専門家を招き、「職業」の授業の講師をお願いしました。外部講師をお願いした取組は上の表のとおりです。

外部講師からの話を集中して聞き、初めて使う道具に戸惑いながらも真剣に作業に取り組みました。教員以外の方の指導を受けて、作業に取り組むことは、将来の働く生活に向けても大切な実践だと思いました。

園芸班では、学校近くの農家の方に講師をお願いしました。授業では、パンジーの種まきを行い、生徒は講師の先生から教えてもらおうと、とても前向きな姿勢を見せていました。

また、その後の授業でも外部講師からのアドバイスを生かしていくことができました。

園芸班では、学校近くの農家の方に講師をお願いしました。授業では、パンジーの種まきを行い、生徒は講師の先生から教えてもらおうと、とても前向きな姿勢を見せていました。

また、その後の授業でも外部講師からのアドバイスを生かしていくことができました。

人生最初の進路選択に立ち向かう中学3年生は、夢と現実とのギャップに悩み、漠然とした自分の将来に対し不安を抱きます。中学校の教員の中には、そんな生徒と保護者に対する指導や支援に、やりがいや責任を感じるとともに、不安を抱えている方も多いのではないのでしょうか。中学3年生の担任としての指導方法をより具体的に学びたい方に、是非参加いただきたい研修です。

## 「中3担任」としてスキルアップしてみませんか?

研修名 「中3担任」進路指導研修  
—キャリア教育としての学級経営—  
〇期日 平成25年1月29日(火)  
〇内容 年間を見通した学級経営  
・年間を見通した学級経営  
・「生き方指導」としての進路指導  
・自信を持って進路指導を行うための心構え等  
〇その他 詳細については「研修ガイドブック」49ページを御覧ください。

問 県総合教育センター 進路指導支援班  
0537249772



# 中高生の輝く活躍 ぎふ清流国体県勢の結果



第67回国民体育大会が9月29日から10月9日まで岐阜県を舞台に開催され、本県は正式競技33競技に出場しました。(水泳は9月13日から9月17日まで)

## 心をひとつに

被災地を元気づける大会、さらには日本再生のシンボルとなる大会を目指したこの国体で、本県選手は各競技において持てる力を発揮しました。その結果、昨年を大きく上回る11の優勝、96の入賞を果たしました。

全国高校総体で優勝した浜松商業高校のメンバーで構成したアチャリー少年女子団体の優勝や、ロンドンオリンピックに出場した高瀬慧選手、飯塚翔太選手を擁する陸上競技成少年男子共通の400mリレーの3連覇など、チーム一丸となったすばらしい活躍があり、天皇杯(男女総合)は昨年の22位から14位までに大きく順位を上げました。

## 静岡の若い力爆発

大会では中学生や高校生の活躍が光り、少年少女では52の入賞を数えました。特に、女子中学生の活躍が目立ち、その中でも陸上競技少年女子B走幅跳では、天城帆乃香選手(浜松市立天竜中3年)が高校生を寄せ付けず優勝。さらに、藤森森那選手(浜松市立入野中3年)が少年女子B100mハードルで日本中学最高記録(13秒66)を更新して優勝するなど健闘しました。



優勝を喜ぶ男子共通400mリレーチーム

今後もこの年代の強化を更に充実させるとともに、関係団体と連携を図りながら、より一層の競技力向上に取り組みます。

## 種別入賞数

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	合計
成年男子	2	3	5	2	2	1	3	5	23
成年女子	3	6	2	1	7	1	1	0	21
少年男子	3	3	8	6	2	2	2	3	29
少年女子	3	5	3	2	3	4	2	1	23
合計	11	17	18	11	14	8	8	9	96

【スポーツ振興課】

# 教育という職のすばらしさ 初任者の頃の思い出

農立春野高等学校 教諭 宮原俊



まれて、なんとかこまめ  
でやってこられたという  
のが本当のところですよ。

## 農業高校への赴任

私が新規採用の教員として最初に赴任したのは小笠原農業高等学校(現小笠原高等学校)でした。普通高校卒の私にとって農業高校での経験は全てが新鮮なものでした。放課後、生徒に引かれてはいる牛や、竹の棒を叩かれながら散歩させられているのを見て、「のどかな学校へ来たな」と正直思いました。農業の先生に指導していただいて、田植えや

25年の月日があったという間に過ぎ去ってしまいました。四半世紀という途方もない年月ですが、この間多くの上司や同僚の先生方に支えられ、また、すばらしい生徒に恵

て、すばらしい生徒に恵

## 生徒指導での苦闘と先輩教員の支え

茶の手揉み、みかん探果なども経験させていたいただいたのも良い思い出です。初受け持った農業土木科の担任の時は、保護者からは「もっと信頼できる担任であってほしい」と面と向かって言われ、先輩の先生方からも「生徒は担任を選べないんだ。担任を選べないんだ」といふ言葉を聞かされた。自分自身に課し、自分なりに懸命に生徒に対して出来ることを最大限やってやろうと考える指導をしました。

## 絶対に退学させない

3年目に生活科学科の担任になった時、先輩方からのアドバイスを参考に「このクラスから3年間絶対に退学させない」という目標を自分自身に課し、自分なりに懸命に生徒に対して出来ることを最大限やってやろうと考える指導をしました。

しかし、一方で多くの先輩方に励ましていただきました。当時、小笠原農業高等学校には寮があり、

## あの日を思いながらも

と強く感じたものでした。しかし、結果としてそのクラスを卒業できたのは42人中40人。2人の退学者を出してしま

## あの日を思いながらも

その後の学校では、しばらくの間担任を持つ機会がありませんでしたが、春野高等学校に赴任した際に8年ぶりに担任を担当していただきました。久しぶりに教員として本當の楽しさを実感し、やはりクラスを持つと生徒と向き合える喜びは何物にも代え難いもので改めて強く感じました。そして20代頃に戻れるなら、ああしておけば、こうしておけば、と今更ながらあの頃の生徒に(もう彼らも40歳に近いでしょうが)心の中で謝りながら、今日の前にいる生徒たち相手に奮闘する学校生活を日々送っています。

しかし、一方で多くの先輩方に励ましていただきました。当時、小笠原農業高等学校には寮があり、

仕事を続けていきたい

仕事を続けていきたい

## 環境教育・環境学習に関する相談にのります

環境教育の広げたい② 静岡県環境学習コーディネーター 坂東英代さん

県と県教育委員会では、様々な分野で活躍する18人の方を環境学習コーディネーターとして登録し、県民の皆様からの環境学習に関する相談に応じています。今回は、県東部地域で、子どもたちを対象に環境学習の支援・指導を続けている坂東さんをご紹介します。

### プロフィール

- ・日本野鳥の会南富士支部、富士宮市市域自然調査研究会等に所属
- ・静岡県環境学習指導員、富士市環境アドバイザー、富士宮市生涯学習指導員として活動
- (連絡先(携帯)) 090-2617-6196 mail:nobitaki@po3.across.or.jp



伝える、伝える楽しさが原動力

### 環境教育活動に関わって25年

外部講師として、小学校では鳥をテーマにした授業、特別支援学校では環境学習の授業を行っています。また、公共の学習施設での自然体験のコーディネートや、企業の森づくりや自然観察会などのコーディネート、外国人の子どもたちの学習支援団体の活動のお手伝いなどもしています。

### 各教科の授業に、フィールドワークをひとさじ加えてみませんか

森での自然観察、生物多様性や命のつながり、自然と人との関係を考える学習会が得意です。また、旅行業の登録をしているのでエコツーの企画、実施も可能です。

学校での環境学習は、特別な場所に行かなくても校庭でもできます。足元の当たり前の自然でも、希少な自然でも、伝えるべき自然の価値は同じです。

### 身近な環境学習コーディネーターに相談

樹木や生き物の名前を知らないことを気にする先生もいますが、生き物観察、クラフト、食農体験など、様々な分野の環境学習の支援者が身近にたくさんいます。子どもたちに伝える工夫やヒントを豊富に持った支援者をご紹介します。お気軽に御相談ください。相談は無料です。



総合学習の時間に校庭で果物かけ

## 福利課info

# 酒は「百薬の長」?それとも「万病のもと」?

～あなたの健康を守る12の飲酒ルール～

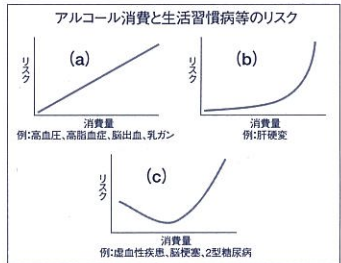
飲酒は、ストレス解消やリラックス効果などプラス面もありますが、一方で、多量飲酒による肝臓病、がん、糖尿病、高血圧、心臓病、脳卒中、睡眠障害、依存症、ハラメント等々マイナス面も多くあります。

疫学調査では、少量のお酒を飲んでいる人の死亡率は、全く飲まない人や、大量に飲む人に比べて最も低い「カーブパターンをとる」というデータが発表されており、「節度ある適度な飲酒」を心掛けるよう言われています。

年末に向かい飲酒機会が増える中、次のルールを参考に自分にとっての最適な量や飲み方をお極め、楽しくお酒を付き合いましょう。

### 「あなたの健康を守る12の飲酒ルール」(厚生労働省健康情報サイトホームページより)

1. 飲酒は1日平均20g(純アルコール20g)以下
2. ※ビールなら中ビン1本、日本酒なら1合弱、ウイスキーならダブル1杯、ワインならグラス2杯弱、焼酎なら小コップ1/2杯程度
3. 女性・高齢者は少なめに
4. 赤身体質※の方は少なめに
5. ※少量の飲酒で顔面紅潮・吐き気・動悸・眠気・頭痛などを起こす体質
6. たまに飲んでも大酒しない
7. 食事と一緒にゆっくりと
8. 寝酒は極力控えよう
9. 週に2日は休肝日を
10. 薬の治療中はノーアルコール
11. 入浴・運動の前はノーアルコール
12. 妊娠・授乳中はノーアルコール
13. 依存症者は生涯断酒
14. 定期的に健診を



【福利課保健師】



## 実践していますか 「成長を促す 生徒指導」

「生徒指導と聞くと、多くの方は、問題行動を起こした子どもへの説諭や指導などを思い浮かべるのではないのでしょうか。しかし、本当にそれが中心なんでしょうか。目指す生徒指導とは、いじめや暴力行為など、問題行動が起きた時の対応は、生徒指導の一環として欠くことができません。しかし、この指導は「課題解決型の指導」と呼ばれ、事後対応や対処法が中心で、多大な努力が必要とされる割に、問題行動そのものの減少にはつながりません。

国立教育政策研究所が発刊している「生徒指導リポート」には、目指す生徒指導の在り方が次のように述べられています。

①児童生徒が自発的かつ主体的に自己を成長させていく過程を支援する。  
②集団や社会の一員として自己実現を図っていく大人へと育つよう促す。

この考え方に基づいて行う生徒指導は、「成長を促す指導」と呼ばれています。

「課題解決型の指導」と大きく違うところは、指導の対象が全ての児童生徒であること、そして指導の場が学校の教育活動全般にわたって行われることです。

生徒指導は授業から学校の教育活動の中心となるものは授業です。発言の仕方や聞き方などの約束を決めて守らせる指導だけでなく、次のような指導も必要です。

学習課題や学習方法、学習形態などを子どもたちが自身が選択できるように工夫したり、お互いの良さや考えを認め合う場を設定したりして、授業の中で自己決定の場や、自己存在感を与えることが、子どもの成長につながります。また、共感的な人間関係を育てるといった点においても、大切な働き掛けになります。

授業は、生徒指導の機会にあふれています。

子どもたちの成長を促す指導の実践を、子どもたちが集団としてまとい、生き生きと活動している学級、「思いやりにあふれ、互いに協力し合える学級」そんな学級を担任する先生に共通している点は温かく子どもたちに寄り添い、一人一人を大切にしたい成長を促す指導を行っていることです。それが、子どもたちとの間に強い信頼関係を築いているのではないのでしょうか。日常の子どもたちとの関わりの中で、意図的、計画的に子どもたちの成長を促す指導を行っていきましょう。

【生徒指導支援班】

## ひきこもりで悩んだときは… 「アンダンテ」に

青少年交流スペース「アンダンテ」は、15歳から30歳代のひきこもり傾向にある青少年の円滑な社会復帰及びその家族を支援するための交流の場です。無料で利用できます。

■ところ 県男女共同参画センター「あざあ」5階  
(静岡市駿河区馬淵1丁目17-1)

### 個別面談及び電話相談

■月～土曜日 10:00～16:00  
ひきこもり傾向にある青少年やその家族の相談に丁寧に対応します。

面談希望の方は、事前の予約が必要です。電話又はファクシミリでお申し込みください。

### フリースペース

■月～土曜日 9:30～16:00  
ひきこもり傾向にある青少年が安心して自由に過ごせる場です。

### 親(保護者)の会

■毎月第3土曜日の午後  
ひきこもり傾向にある青少年を抱える家族の交流会です。

問・申 「アンダンテ」 電話054(255)0600

■ホームページ  
http://www.pref.shizuoka.jp/kyouiku/kk-080

【社会教育課】

## 「やいづ体験の家」～作り出し思い出の宝～

焼津青少年の家で、楽しい創作活動をしてみませんか? 8種の中から自分の興味に応じて活動を選択し、オリジナルの作品と一緒に作りましょう。皆様の参加をお待ちしています。

◇開催日 平成24年11月25日(日)/12月2日(日)  
/12月9日(日)  
平成25年1月14日(月・祝)/1月20日(日)  
/1月27日(日)/2月17日(日)

◇受付 12:45～ 活動時間 13:00～

◇内容  
○黒はんぺん作り / 350円 ○駿河風 / 300円  
○七宝焼き / 500円 ○プラバンセット / 130円  
○篆刻 / 370円 ○切り絵 / 200円  
○ロップスナップ / 100円 ○ロップなべしき / 130円  
※開催日により選択できる内容が変わります。

◇対象 全年齢対象  
(小学3年生以下は保護者付添いをお願いします)

◇申込み締切り  
各回の前日16時

問・申  
県立焼津青少年の家  
電話054(624)4675  
HP http://yaisei.jp/



## 本格オペラの舞台裏、のぞいてみませんか?

◆平成25年3月10日(日)、アクシオシティ浜松で第4回県民オペラ「夕鶴」を上演します。命を助けられた鶴が恩返しをする民話を基にした木下順二の戯曲を園伊玖磨がオペラ化した作品で、700回以上の上演を重ねる日本オペラ不朽の名作です。

◆今回は、普段見ることのできない舞台装置などを上演前に解説付きで御案内します。また、ソリストやオーケストラが本番と同じ舞台セットや衣装を用いて行う最後の全体ハーサルも見学できます。

迫力ある歌声とオーケストラが生まれ出す、舞台芸術の魅力がギュッと詰まったオペラの世界を体感しませんか?



日程 平成25年3月9日(土)  
時間 13時～17時(予定)  
会場 アクシオシティ浜松大ホール(浜松市中区板屋町)  
対象 小・中・高校、特別支援学校の児童生徒(引率教諭を含む)はがき、FAX、Eメールにて。学級単位での申込み可。詳細はHPを参照。  
締切 平成25年1月31日(木)消印有効。申込み多数の場合は抽選。  
申・問 静岡国際オペラコンクール実行委員会事務局  
電話053(457)6446 053(457)6447  
E-mail opera@suac.ac.jp HP http://www.suac.ac.jp/opera/

EDITOR

納豆と読書の共通点

「えっ、意外じゃないやん。これが私にとっても納豆と読書の共通点です。両方とも今は苦手な食べ物なんです。でも、納豆は栄養が豊富で体にいいから食べています。あんな中絶している読書者も、そんな気持ちで読書したらいいかなと思います。」

【県立中央図書館調査課】

今、記憶していても、祖父母が使っていた、読書の強い言葉。10年前はあったのに今は埋め立てられてしまった池。いつのまにか無くなってしまった店。再編整備され、校名が変わってしまった母校。

今は記憶に鮮明に残っている。あと50年、100年たてばもう誰も覚えていないかもしれない。しかし、文字や映像でなら後世に残すことができます。

地域資料を収集・保存することは、静岡県の歴史や文化、様々な風習を掘り起こし継承し、その次の新しい歴史・文化を作り上げていく手助けにもなります。

【県立中央図書館調査課】

情報を後世に残そう!

## 図書館での資料保存のススメ

皆さんは「地域資料」と聞いて何を連想しますか? 歴史や地理の本という印象が強いのではないのでしょうか?

県立中央図書館は静岡県に関する資料(地域資料)を網羅的に収集しています。歴史に関する資料のほかにも、行財政や生活に関わる資料も収集し、永年保存しています。

今は記憶していても、祖父母が使っていた、読書の強い言葉。10年前はあったのに今は埋め立てられてしまった池。いつのまにか無くなってしまった店。再編整備され、校名が変わってしまった母校。

今は記憶に鮮明に残っている。あと50年、100年たてばもう誰も覚えていないかもしれない。しかし、文字や映像でなら後世に残すことができます。

地域資料を収集・保存することは、静岡県の歴史や文化、様々な風習を掘り起こし継承し、その次の新しい歴史・文化を作り上げていく手助けにもなります。

【県立中央図書館調査課】

【先生方に売られています! 「しずおか」にまつわる1つのテーマに、スペシャリストが迫ります。】

GRANSHIP

【現在発売中のしずおかの文化新書】

- ・「人はなぜ富士山頂を目指すのか」
- ・「しずおかホビーは面白い」
- ・「しずおか竹取物語」
- ・「日本を変えたしずおかの合戦～駿河・遠江・伊豆～」
- ・「恐るべし! 外来生物～しずおかを侵襲する生物の実態～」
- ・「お茶王国 しずおかの誕生～江戸の名茶から世界の静岡茶へ～」
- ・「湧水～富士山に消える24億トンの水の方行～」
- ・「しずおかオートバイ列伝」
- ・「しずおかSF 異次元への扉～SF作品に見る魅惑の静岡県～」

各500円 静岡県内の書店、GRANSHIPアマゾンで販売中。

発行/ (財) 静岡県文化財団

【しずおかの文化新書】編集部(株式会社創聯社) TEL.054-270-5266 広告