

～枕崎市教育委員会だより～



# TEAMまくらざき

発行 枕崎市教育委員会  
枕崎市中央町184番地  
TEL 0993-72-0170  
FAX 0993-72-0677

## 巻頭言

### 健康保持も「<sup>あらかじ</sup>予めとスピード」

枕崎市教育委員会 教育長 木之下 浩一

30歳代の初めごろは「人生80年時代」といわれ、長寿社会の到来に備え、健康であるために運動や体操を推奨されたものだった。現在は「人生100年時代」に進化し、益々、長寿社会への対応が求められるようになってきた。

私は、若い頃から健康で少々具合が悪くなくても病院に行かないタイプだ。ただ、最近では、スケジュール的に休めない予定が先にあるときは、無理して病院に行くようにしているが、積極的には受診する方ではない。このような考えなので、今回も楽天的に考え、専門医を訪ねることはしなかった。症状的には、背中や腰の痛みが続き、肩が凝り、日によっては息がしづらい時もあった。その症状は、10月ごろからあり、整骨院やマッサージ等に通り、一時的に緩和させ、満足していたが、しばらくすると元のような症状が現れていた。

先月、数年前の年賀状を整理していた際に、友人Aから、最後の別れとなる直前の添え書きを再度目にした。「背中や肩凝りがひどく、おかしいと思い、専門医にかかったら肺がんでした。整骨院など遠回りをせずに、早めに専門医に診せるべきでした。」と、年賀状には書いてあった。その後、Aの病気の進行は早く、あっという間にこの世を去ったのだった。私は、自分の症状と酷似していることにハッとして、いてもたってもいられなくなり、すぐに呼吸器内科を受診した。血液検査、MRI検査、胸部X線撮影を行った。寒い中、早朝から病院の入口に並び、ドアが開くの待った。結果はどんなだろうかと、とても不安であった。早く、受診するべきだったと後悔もした。

検査後、2時間くらいたって、医者に呼ばれた。医者は、「良かったですね。異常なしです。きれいな肺をしていますよ。肺に影もありません。MRI検査も異常なしです。血液検査も大丈夫です。」とのことであった。「え？本当ですか。この背中や肩凝りやひどい肩こりは何でしょうか。」と私が尋ねると、医者から「最近、運動をしていますか。」と問われた。「いえ、秋まではウォーキングをしていましたが、最近、運動をしていません。」と答えると、医者は、「原因は、運動不足ですよ。パソコンに向かう時間が長い事務仕事の人によく見られる症状です。ひどいときには凝りが前にまわって、息苦しく感じる人もいますよ。」と言われた。ホッとすると同時に、最近の自分の生活スタイルを思い返し、大いに反省をした。実は寒くなってから、これまで実践していたウォーキングを怠っていたのである。今後、長生きをするために運動などで健康を保ち、併せて体調に異変を感じたら専門医の受診をすることを強く誓った。健康を保つことも「予めとスピード」が大切であることを感じた。

学校では2学期末を迎え、年末のせわしさも加わり、先生方は、まさに「師走」だろうと思う。4月以降、コロナ禍以前と同様に行事が実施できるようになり、地域や学校に活気が戻りつつある。来年は、より活気のある年となるよう子供たち、保護者、地域の方々そして教職員がこの冬休みに、自分のケアも大切にいただき、自己肯定感を高め、新たな夢の実現ができるようにエネルギーを蓄えてほしいと思う。どうか、皆さま、良い年をお迎えください。

1月の行事予定		
日	曜	行事
1	水	元日 市民会館・地区公民館・図書館休館日
2	木	市民会館・地区公民館・図書館休館日
3	金	二十歳のつどい 市民会館・地区公民館・図書館休館日
4	土	地区公民館休館日
5	日	
6	月	仕事始め・図書館休館日 教育委員会課長会
7	火	定例教育委員会
8	水	小・中学校始業式・3学期給食開始 市民大学講座⑥・金山地区高齢者学級1月講座
9	木	立神地区高齢者学級1月講座
10	金	桜山地区高齢者学級1月講座 第2回南薩地区子ども育成連絡協議会運営委員会 (南さつま市民会館)・第13回南薩地区学校保健・安全研究大会(南さつま市)
11	土	土曜授業
12	日	
13	月	成人の日
14	火	図書館休館日 県PTA大会実行委員会⑤
15	水	鹿児島学習定着度調査1日目 市民大学講座⑦・地区館連絡会⑩
16	木	鹿児島学習定着度調査2日目 南薩地区社会教育・社会体育行事調整会
17	金	市民あいさつ運動 第61回地区進路保障研究会(ふれあい加世田)
18	土	青少年育成の日
19	日	家庭の日・市民会館休館日 かつおランニングDAY
20	月	図書館休館日 市民大学講座⑧
21	火	
22	水	市幼・保・小連携研修会 中学生連帯委員会③・南薩地区フレッシュ研修「特別活動」(南さつま市)
23	木	第4回事務職員研修会・館内整理日(図書館) 第2回県指定校連絡会(オンライン)
24	金	第2回外部評価委員会 別府校区高齢者学級1月講座 南薩地区教育論文審査会(知寛文化会館) 県道徳教育フォーラム(自治会館)
25	土	青少年講座「勉学の道を歩こう会」 第38回県地区対抗女子駅伝大会(開会式)
26	日	第38回県地区対抗女子駅伝大会 第2回社会教育関係団体指導者等研修会及びジュニアリーダー研修会(県民交流センター)
27	月	図書館休館日
28	火	子供の移動経路・通学路等の安全推進会議②
29	水	市学校図書館司書研修会③ 課題別研究会「部落問題学習」(鹿児島市)
30	木	生徒指導主任等研修会③ 学校給食センター運営委員会
31	金	調査研究発表会・第2回南薩地区指導主事等会議 (南さつま市民センター)

## 県PTA研究大会・県PTA活動研究委嘱公開

12月7日(土)に、鹿児島県PTA研究大会・鹿児島県PTA活動研究委嘱公開が平成21年度以来15年ぶりに本市(枕崎市市民会館)で開催されました。

大会行事に先立って行われたアトラクションでは、枕崎のPR動画「枕Jazz」の上映と火の神乙女太鼓「爽」の力強い演奏があり、参加された方々へ枕崎の魅力を大いに発信することができました。

開会行事の後の研究発表では、「地域のつながり」と「持続可能」をテーマとしながら、枕崎小学校と枕崎中学校の2校が工夫・改善を図った取組等を中心に発表し、参加者への提言を行いました。

その後、一般社団法人 Loska 代表理事藤原奈美氏による「ウェルビーイングな親子関係を目指して～わが子を信じて、自分を信じて～」と題した講演があり、子供への接し方やよりよい親子関係づくりにおいて大切なことについて具体例を挙げながら分かりやすく話をいただきました。

当日は合計で403人が参加し、今後のPTA活動の在り方について考えることができるよい機会となりました。



開会行事の様子

## がん教育「いのちの授業」

本市では、市内全小・中学校で、「がんの知識や患者理解を深めること」「いのちの大切さについて考えること」を目的とし、NPO法人がんサポートかごしまの「いのちの授業」を通じたがん教育を行っています。

授業は、児童生徒から出されたがんに関する様々な質問に対して、講師の方が経験を基に話をされました。子供たちには、授業を通して「いのちのボタン」を受け取り、自分の「いのち」、周りの人の「いのち」を大切に、精一杯生きてほしいという想いを伝えました。



「いのちの授業」の様子

## 武道「なぎなた」体験授業

11月に、市内の4中学校において、鹿児島県なぎなた連盟の協力をいただき、武道「なぎなた」体験授業を実施しました。

子供たちは、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方に触れ、基本動作や基本となる技の練習に取り組みました。体育館には、子供たちの「面」「すね」という大きな声が響き、なぎなたの操作に戸惑う様子も見られましたが、互いの間合いを意識し、協力しながら取り組む姿が印象的でした。音楽に合わせてなぎなたを操作する「リズムなぎなた」にも挑戦し、息の合った動きを披露しました。



「なぎなた」体験授業の様子

## 「いいふしの日」交流給食

11月25日(月)、桜山小学校で児童が市長、教育長と一緒に学校給食を食べる交流給食を実施しました。

鯉節生産量日本一の枕崎市では、毎月24日を「ふしの日」、11月24日を「いいふしの日」としており、毎月24日ごろの給食では枕崎水産加工業協同組合からいただいた鯉節からだしを取ったすまし汁や地元食材を使用した給食を提供しています。

児童らは栄養教諭から「いいふしの日」についての話を聞き、「かつおだしを味わうすまし汁」、「かつお腹皮のかば焼き風」を味わいました。おかわりをした児童は「おいしくてご飯がすすむ!」と笑顔で感想を話してくれました。



交流給食の様子

## 多様な子供たちを尊重する教育～特別支援教育～

### 「合理的配慮」はご存じですか?

多様な個性の子供たちが学校生活を送る際に、周囲と同じように学ぶことができるよう、学校は「配慮」を提供することが義務付けられています。これを「合理的配慮」と呼びます。(ただし、学校にとって過度な負担にならない範囲での提供となります。)

例えば、読むことに困難があるお子さんであれば、タブレット端末に読み上げ機能がある教科書を入れることができます(マルチメディアデージー教科書、ご家庭でも利用可能)。学習の指示を十分に聞くことが難しい場合、特別支援教育支援員が、場合に応じて子供の学習を支援することができます。

「合理的配慮」は、基本的に保護者、本人からの申し出で提供することになっていますが、学校側からも提供の申し出があるかもしれません。学校とコミュニケーションをとって、良い学習環境を作りましょう。