

かけはし

第79号 平成19年12月14日発行
千代田区教育委員会
<http://www.city.chiyoda.lg.jp/>



主な記事

- ★ こども・教育部組織の概要
- ★ 学校保健会
- ★ 安全・安心メール
- ★ 教育研究所
- ★ 4月から9月までの様子

一より速く より高く より強くー 小・中陸上競技大会

10月4日 秋空の霞ヶ丘国立競技場に約2,400人のアスリートが競う。

EMS 508362/ISO (JISQ) 14001

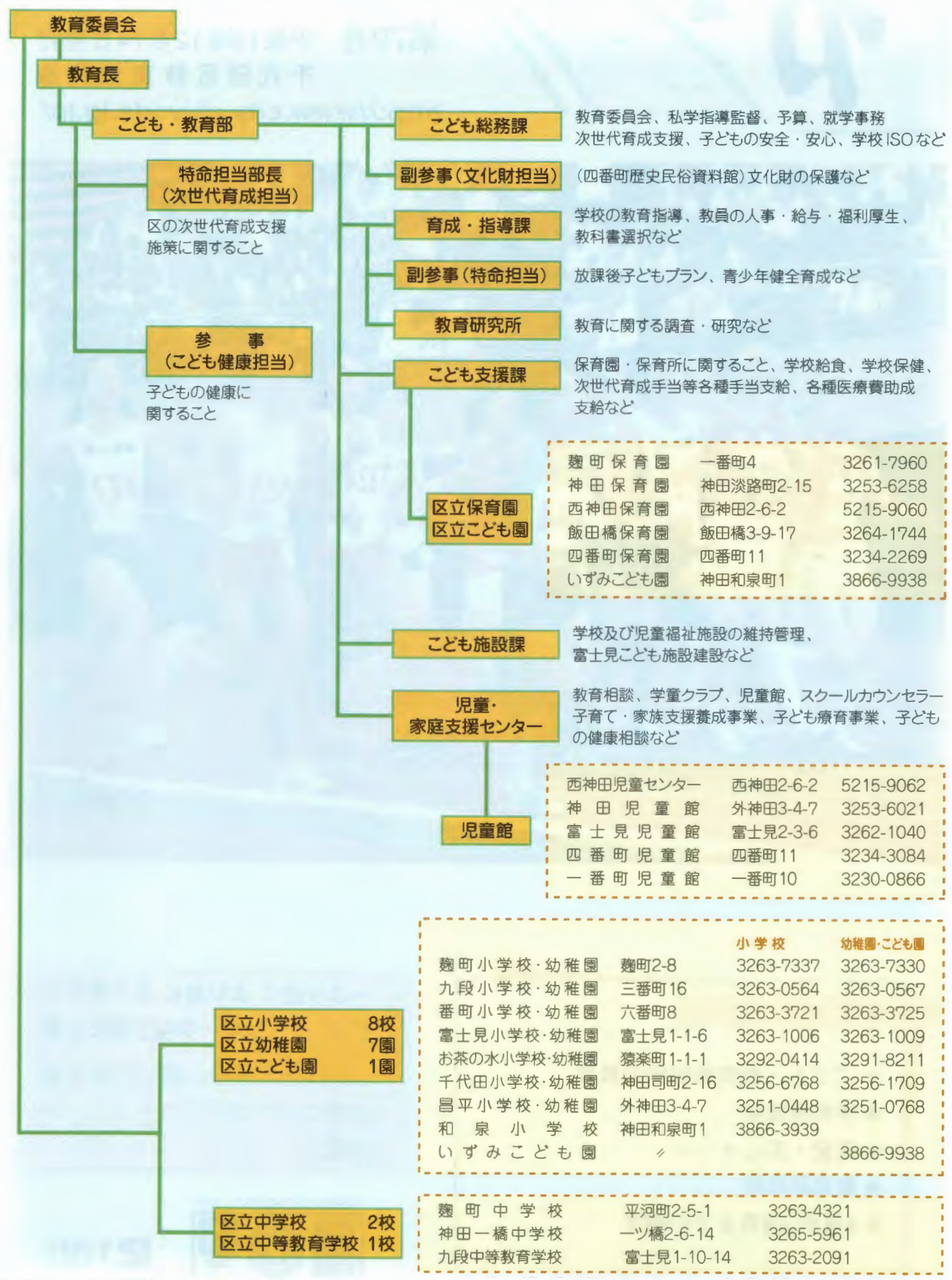


R100

古紙配合率100%再生紙を使用しています

教育委員会事務局の組織をお知らせします。

区立小中学校・幼稚園の運営、保育園・児童館・学童クラブ、手当・医療費助成など0～18歳までの次世代育成施策を、教育・福祉といった枠組みに捉われることなく、総合的・一体的に推進するため、今年の4月からこども・教育部を設置しました。子どもの視点に立ち、一人ひとりの成長過程に沿った支援を途切れることなく、継続的に行っていく組織としました。



千代田区学校保健会だより

千代田区学校保健会 会長 村上 みな子

平成19年度

昭和52年5月15日 創刊

千代田区学校保健会総会開催



千代田区学校保健会
会長 村上 みな子
(千代田区立神田一橋中学校長)

平成19年6月21日(木)にいきいきプラザ一番町「カスケードホール」で、学校保健会関係者や保護者など約200名が参加して、平成19年度千代田区学校保健会総会が開催されました。

会場では、各小・中学校の当日の給食展示が行われ、多くの参加者が各学校の栄養士にメニューやカロリーなどについて熱心に質問し、展示に見入っていました。

総会は、小熊朝秀学校保健会副会長の司会により始められ、村上みな子学

平成19年度 千代田区学校保健会役員

役職名	部会名	氏名	所属
会長	校長・幼稚園長	村上 みな子	神田一橋中
副会長		海東 元治	お茶の水小
〃	学校医・幼稚園医	丸山 毅	お茶の水幼・小・神田一橋中
〃	学校歯科医・幼稚園歯科医	小熊 朝秀	和泉小
〃	学校薬剤師・幼稚園薬剤師	清水 弘明	富士見幼・小
理事	学校医・幼稚園医	八幡 則子	富士見幼・小・九段中等
〃	学校医・幼稚園医	小池 昭夫	九段幼・小
〃	学校医・幼稚園医	井上 賢治	お茶の水幼・小
〃	学校歯科医・幼稚園歯科医	愛知 徹也	九段小
〃	学校薬剤師・幼稚園薬剤師	東海林 栄敏	千代田幼
〃	学校保健主任	大森 典子	麹町小
〃		伊藤 由布子	麹町中
〃	学校給食主任	星川 健子	神田一橋中
〃		荻原 利幸	麹町中
〃	養護教諭	佐竹 史枝	番町小
〃	学校栄養職員	鈴木 映子	九段小
〃	学校保健協力	福尾 誠博	神田一橋中
〃		伊東 祐子	お茶の水小
会計理事	養護教諭	長谷川 憲子	麹町小
〃	学校栄養職員	加藤 美佐子	番町小
監事		奥山 拓雄	神田一橋中
〃		関 哲也	お茶の水小
常任理事		関 成雄	こども支援課

総会記念講演

『思春期の心と健康』



東京医科大学大学准教授
東京都立梅ヶ丘病院医師
鈴村 俊介

●はじめに

私は平成2年以来、児童精神科というちよつと変わったフィールドで仕事をしております。今日は思春期の心の健康という題でお話をさせていただきます。こういう会に、わざわざ午後3時という暑い時間帯に来てくださる親御さんというのは、実は精神的に大変健康な方が多いのです。つまり子育てに、児童青年に関心がある方がここに集まっているわけです。

●子どもの見方

人間についての考え方はいろいろありますが、私は3つの要素に分けて考えるのが一番自然だと思っています。3つの要素とは認知、感情、行動です。考えること、感じること、実際に行動することですね。

●「考え」派と「行動」派

何らかの問題を解決しようとするとき、大雑把に分けると「考え」から入

るタイプと、「行動」から入るタイプがあります。たとえば何かやらなければいけないことがあったときに、「考え」派はまず計画を立てます。自分の行動に関して一生懸命に計画を立てます。「行動」派は、もうとにかく行動してしまう。思い立ったが百年目で、やろうと思ったらずるに行動してしまう。

●「考え」派のデメリット

まず考えが先にある、それ自体は悪いことではありません。ただ、皆さんよくご存じのように、人間は一人で何か考えると必ず暗い方向に行ってしまうですね。私も、一人で考え込んだときに余り明るくなつたためしがありません。一人で考えているうちに笑い出すとかそういうことはありませんね。大体は考えているうちに暗くなってくる。

「考え」派の子どもがつまづいてしまうと、一人でいろいろ考えて暗くなってしまう。明日学校だ、嫌だなあ、またあの子に会うんだ、きつとこの前と同じような嫌なことを言われるんだ、でも私は言い返せないだろうな・・云々。何かこう、水が排水溝に向かって落ちていくように、狭くて深いところに思考が向かってしまう。そうなると思感が影響を受けて気が減入り、何もやる気が起きなくなつて不登校という行動に結実する。学校に行かなければ今度は「自分はだめだ」「ど

うせ私なんか」という否定的な考えが湧く、というように陰気な連鎖がどんなに続いてしまう。こういうタイプは不登校の方に多いですね。

●「行動」派のデメリット

まず行動が先にある。考えなしにいきなり行動するので失敗しやすいわけです。行動して叱られる、叱られるとがつくり落ち込み（感情）、自分はダメだと思ってしまう（思考）。しかし「行動」派はこりない方が多い。お母さんに叱られれば、その時だけは「そうだからはまずかった」と思う。お母さんの怖い顔をまた見たくない、妹になじられるのもう沢山だと。やめようとそのときは思います。でも次の口になつて、妹が大事にとつておいたおやつを見ると考えなしに手を出して食べてしまう。親もめげずに何度も叱りますが、たいてい疲れて嫌になつてしまう。そういうことがよく起こります。お子さんが「考え」派なのか「行動」派なのか、大体どつちのタイプなのか知つておくことが必要です。男の子に「行動」派が多くて、女の子に「考え」派が多いと思つていましたが、最近はそうとも言えないようです。

●効果的な対処法

「考え」派の人に説教や説得をしてもほとんど効果ありません。一人で考

えているだけだと、頭の中で結論を出して行動するのがすごく難しいのですね。ああでもない、こうでもないと考えてゴールにたどりつかない。だから親が子どもに「こんなふうに考えればいいじゃない」とアドバイスしても、子どもは「なるほど」とその時は思つても、後になつて考え出すと「そうじゃないかも・・」と悩んでしまう。皆さんもお友達の恋愛相談を受けたときに同じような経験をしていませんか？こちらが何を言つても「そうかもしれないけど、でも・・」という感じで決められない人つて案外多いですよ。ね。「考え」派の人には説得よりも、「まずやってから考えよう」という助言のほうが効きます。逆に「行動」派には、「まず立ち止まって、振り返つて考えよう」という助言がいいですね。もつとも「行動」派には、まずものの考え方から教えてあげないといけないことも多いのですが。

●自己肯定感

子どもが自分を肯定することができているかどうか、これが非常に重要です。認知・感情・行動、この3要素が枝葉だとすれば、その根っこにあるものです。具体的に言えば、自分というのは愛されているんだ、自分は生きていていいし、それなりに良いところもあるんだ、という感じですね。これが

ないと上の枝葉が育たない。最近の親御さんのなかには、お子さんに対してあまり関心がない方や、お子さんに対して非常に攻撃的になる方がおられますが、そういう場合は子どもの心に自己肯定感がはぐくまれにくいですね。

子どもが学校から帰ってきたときに、学校でこんなことがあったとか、あんなことがあったとか報告をしてくれませんか。親は多少忙しくても、家事をしながらでもそれに耳を傾ける、それがとても大事だと思います。自分が相手にされている、尊重されているという感覚、自分がいるというだけで親は結構うれしんだという気持ちがあれば、「自分って悪くない」という自己肯定感が育っていきます。

●最近の困った子どもたち

このごろの子どもに何かきくとはつきりした返事が返つてこないことが多いですね。「Aなの？Bなの？どつちなの？」と聞くと「ビミョー」と言う。とりあえず答えるけれど、AともBとも言つてないわけですから、これはちよつとずるいやり方ですね。とにかく何をどうしたいのか、はつきり言わないうことが多い。

きかれたことにはちゃんと答えない。そのくせやりたいことだけやって、やりたくないことはやらないという子どもが増えています。手間を惜しんです

●友達親子の危うさ

政治家が、「家庭のしつけが大事」などと発言していますが、どのくらいわかつて言っているのでしょうか。子どもをしつけるのって本当に大変です。しつけられて喜ぶ子はいません。だめじゃないのと言われて、につこり笑つて「お母さん、しつけてくれてありがとう」なんていう子はいません。子どもはみんな嫌な顔をしますね。それにもめげず親はしつけなければならぬ。親の不快感だつてかなりのものですが、しつけるためには克服しなければならぬ。

「友達親子」とでもいうような、奇妙な仲良し親子が増えていますが、見ていてちよつと危うい感じがします。親子間に生じるはずの反発や葛藤を避けているのではないかという気がする。子どもとの間に軋轢を生じたくないから、親は子どもの要求を安易に満たしてしまふ。そうすると子どもの中に「自分は何をしてもらつても当たり前」といった万能感がふくらんでしまう。子どもの心に変な万能感が生じると、根拠無く他人を見下したり、ちよつとやつてみてうまくいかなないと不機嫌になったり、思う通りにならないと怒つたりする。現実的に壁にぶつかるのとあつさり舞台を下りてひきこもる、といったことが起こりやすくなります。

●ひきこもりと現代

不登校やひきこもりのパターンで多いのは、対人的なトラブルが起きて嫌になつてしまい、すぐ撤退してひきこもり、いろんな理由を付けて外に出ないというものです。今の子どもは外出しなくても自宅に楽しいものが一杯あるので退屈しない。びっくりするほど安い料金でDVDを借りて何時間も見られるし、インターネットに接続すればネットゲームのやり放題。ゲーム機だつて複数台持っている子も多いでしょう。3食昼寝つきで、冷暖房完備で、家事は全部お母さんがやってくれる。こうなれば学校なんて行く気にならない。いわば家庭以外の社会を回避して生きているので、社会性の乏しさには磨きがかかつてしまう。

最初に話したように認知・感情・行動という3つの要素にうまく働きかけることで親御さんが育てていけるようなケースはまだよいのですが、そうした介入に反応しない、自分を取り巻く環境から切り離されているような人たちが徐々に増えている。そうした人たちがさまざまな衝動的な問題行動を起こすようになってきているのではないかと思います。それにはおそらく、家庭、学校、社会における大人の側の変化というものが強い影響を与えていると思います。

●我慢することの大切さ！

最近の親子連れを見ると、子どもが「喉が渴いた」と言えばすぐに自動販売機でお茶を買ってしまう。我慢しなさいという親はあまり見たことがありません。子ども（大人もですが）平気でウーロン茶なんか飲みながら歩いている。でもよく考えてみれば「今、ここで」飲まなければならない理由は

ぐに「面倒くさい」と言う。「うざい」「かつたるい」「そんなこと別にどうでもいいじゃない」というわけです。面倒なのはとにかく嫌い。こういう子どもを感情の分化と言う面から見ると、心の中が未整理で混沌としていて、不快感だけは人一倍経験しやすいということになります。自分の考えをうまくまとめて伝えられないので人づきあいもうまくゆかず、嫌になるとすぐにひきこもつてしまふ。

たとえば「うざい」と言う言葉の奥に実際はどういう感情が隠れているのか。悲しいのか、腹が立っているのか、悔しいのか、羨ましいのか、せつないのか。自分の中の感情にラベルをつけるための言葉が足りない子どもが増えています。だから何でも大雑把に「うざい」で済ましてしまふ。大人の側が子どもの気持ちに名前をつけてあげることで、子どもの中に自分の気持ちを伝える力を育てることができまふ。

最近の親子連れを見ると、子どもが「喉が渴いた」と言えばすぐに自動販売機でお茶を買ってしまう。我慢しなさいという親はあまり見たことがありません。子ども（大人もですが）平気でウーロン茶なんか飲みながら歩いている。でもよく考えてみれば「今、ここで」飲まなければならない理由は

ご存知ですか!

千代田区安全・安心メール

安全・安心メールのシステムが新しくなりました。

区の防災無線・不審者情報などの安全・安心情報をこれまでの携帯電話へのメール配信に加えてパソコンや PHS にも配信します。

是非、新安全・安心メールに登録していただき、ご活用願います。

お手持ちの携帯電話やパソコンにいざという時に役に立つ情報を電子メールで配信します。
配信する情報は…

■ 防災無線のお知らせ…防災無線の情報

■ 安全・安心情報

防災無線で放送されない災害・防災等に関する情報
大規模事故・大規模火災に関する情報
不審者等の子どもの安全に関する情報

◎ 利用料

登録時の通信費とメールの受信費（1回につき、2円程度）は、ご負担ください。登録料は無料です。

◎ 迷惑メール設定

登録操作をする前に、迷惑メールの設定をしている方は、
@bousai.city.chiyoda.lg.jp からのメールを受信できるよう設定を変更してください。携帯電話の設定方法につきましては、各携帯電話会社に確認してください。

千代田区 教育委員会 こども総務課 5211-4352

学校給食

当日の献立を展示しました。

麹町小学校



七穀ゆかりごはん
豆腐メンチカツ
カラフル温野菜
みそドレッシング
ひじきスープ
フルーツ
牛乳
エネルギー 700kcal
たんぱく質 31.0g

九段小学校



ガーリックライス
ほうれん草の
キッシュ
オニオンスープ
ひじきのマリネ
牛乳
エネルギー 643kcal
たんぱく質 25.1g

番町小学校



シャージャ
うどん野菜添え
ベーコンポテト
ピーチゼリー
牛乳
エネルギー 634kcal
たんぱく質 23.0g

富士見小学校



わかめごはん
酢豚
ザーサイスープ
グレープフルーツ
牛乳
エネルギー 670kcal
たんぱく質 25.0g

お茶の水小学校



焼きおにぎり
焼きのり
とりのもろみ揚げ
青菜とひじきの
炒め煮
すまし汁
メロン・牛乳
エネルギー 654kcal
たんぱく質 24.7g

千代田小学校



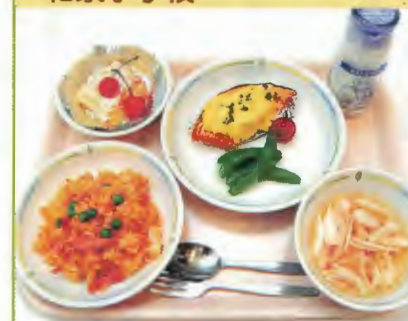
じゃことえだまめ
ごはん
とびうおのさつま
揚げ・温野菜
ぐだくさん味噌汁
かぼちゃプリン
牛乳
エネルギー 675kcal
たんぱく質 29.8g

昌平小学校



ドライカレー
ひじきのごま炒め
チンゲンサイ
卵スープ
三色ゼリー
牛乳
エネルギー 720kcal
たんぱく質 25.7g

和泉小学校



チキンピラフ
魚のチーズ焼き
スナッペンとうソテー
ミニトマト
オニオンスープ
さくらんぼパイ
牛乳
エネルギー 740kcal
たんぱく質 34.0g

麹町中学校・神田一橋中学校・九段中等教育学校



卵チャーハン
春巻き
きゅうりの
南蛮漬け
杏仁豆腐
牛乳
エネルギー 967kcal
たんぱく質 32.5g

給食の展示をご覧いただいた方々の声



とても彩りが鮮やかでおいしそうでした。
色合い・盛り付けとても綺麗で驚きました。
特にこどものことを考えたおやつ、デザート、食
べやすい大きさ、献立素晴らしいと思いました。
・小学校の給食は、いつも子供が献立表をチェッ
クして楽しみにしているのがわかる気がしま
した。栄養のバランスがよく考えられ、しか
も子供が興味を持ちよく食べるメニューは、
家でも参考にしたいです。
・親として、食を見直すことができました。目
にも体にもやさしい献立を見て、子供たちの
成長を見守っていききたいです。

●などの声をいただきました。ご協力ありがとうございました。

区立教育研究所には、情報資料室があり、先生方が充実した授業をするための資料を提供しています！



情報資料室

- 千代田区立教育研究所は、情報資料室において、教育関係の情報を全国各地から収集しています。これらの情報を区内各校の先生方が、いつでも利用できるように整備しています。
- 情報資料室に保管している資料は、区内各校の先生方がよりよい授業や指導をすすめるための研究に活用していただいています。



可動式スチール製書庫

収集した資料の整理と保管

全国の教育関係機関、都、区市町村教育委員会、各学校から届いた要覧、研究紀要、沿革史の他、各教科や、生活指導・教育相談等の実践記録集、その他、一般には市販されていない多くの貴重な資料も分類・整理し保管しています。

教育における最新情報の入手

「文部科学時報」「初等教育資料」「中等教育資料」他、多くの月刊誌の最新号をはじめ、過去数年間にわたるバックナンバーを揃えて保管しています。

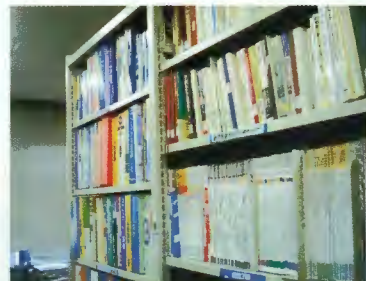


教育関係月刊誌最新号の書架

その他、最近の教育課題に関連した多くの図書や資料も揃えています。

教科書センターとしての役割

現在、千代田区内の小学校、中学校、中等教育学校で使用しているすべての教科書の他、全国各地の学校で使用している昭和49年度以降のほとんどすべての教科書を検定年度別に分けて常時展示しています。



教科書展示コーナー

教育資料目録の発行

千代田区内の先生が、いつでも活用できるように、これら教育関係の情報や資料名を一覧表にした「教育資料目録」を各学校にお送りしています。この「教育資料目録」は現在まで第21集と発行を重ねています。なお、教育情報の閲覧と貸し出しについての詳しいことにつきましては、下記へお問い合わせください。

◎千代田区立教育研究所 TEL 03-3256-8446

こども医療費制度の概要をお知らせします

区内に住所があるお子さんが医療機関・薬局等で診療や調剤を受ける際に、健康保険が適用される医療で保護者が負担する額を区が助成します。

対象者

区内にお住まいの、健康保険に加入していることも0歳から15歳まで(15歳到達後最初の3月31日まで)
※他の医療費等の助成が受けられる方は対象になりません。

助成方法

こども医療証を都内の医療機関や調剤薬局などの窓口で健康保険証と一緒に提示することにより、自己負担(3割)分を支払う必要がなくなります。また、窓口で提示できなかった場合でも、後日手続きをすると還付が受けられます。

助成の対象とならないもの

- ①健康保険が適用されない医療費(健康診断、文書料、差額ベッド代等)
- ②他の医療費助成制度の適用分
- ③加入保険が支給する医療費(交通事故等の保険)
- ④学校内のけがなどで日本スポーツ振興センターの給付が受けられる場合

(注) 区では区立の小・中・中等教育校、幼稚園、保育園・こども園に在学在園するお子さんの不慮の事故に備えて、独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済に加入しています。

事故の際、医療機関等の窓口で本人の健康保険証のみを提示し、医療費を支払いますが、後日、保険診療の総治療費の4割の給付が受けられます。この場合、こども医療証は使用せず、必ず、センターの共済給付の使用をお願いいたします。

児童館や学童クラブでも保険に加入しています。

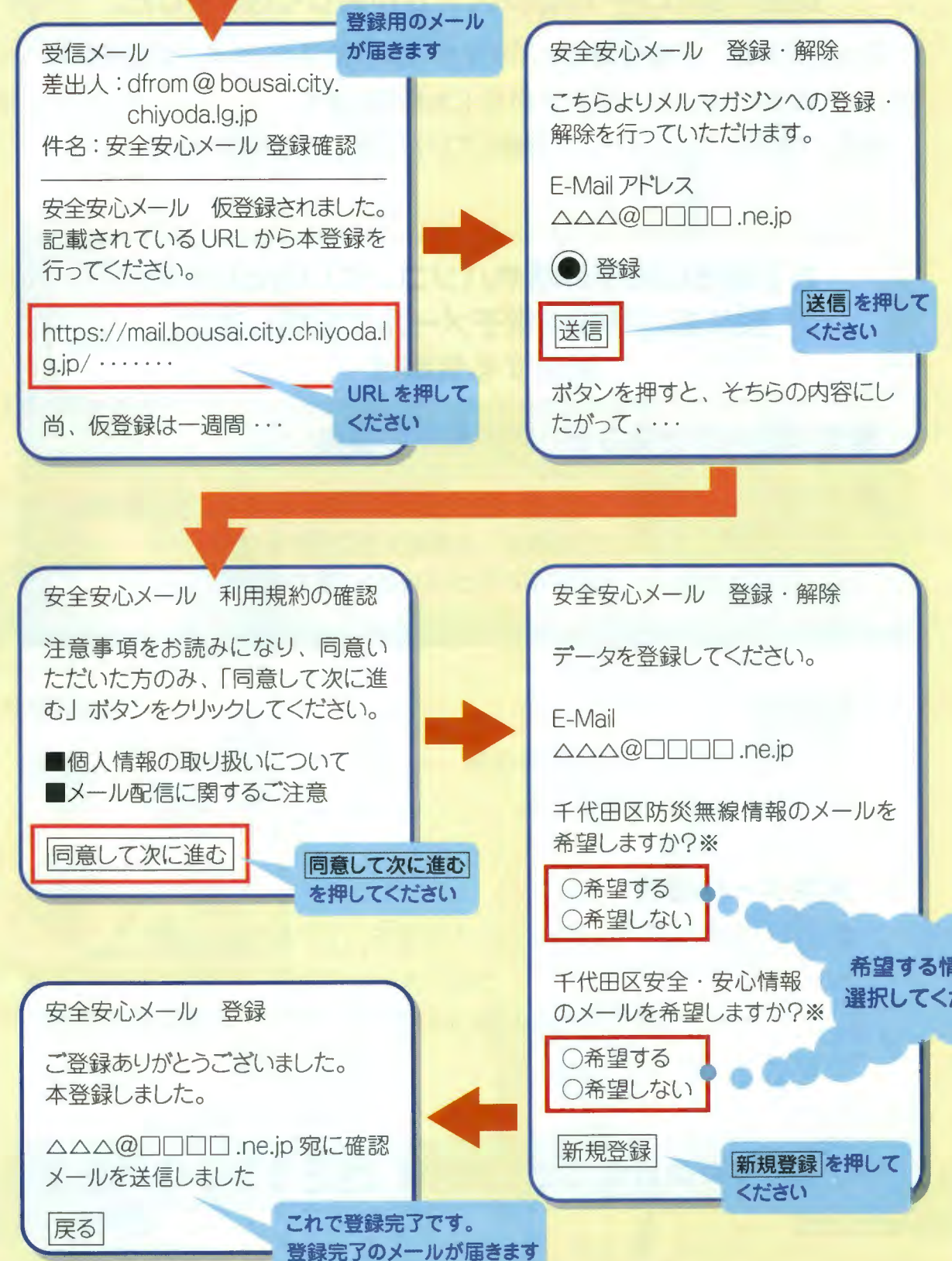
なお、区発行のこども医療証とセンターの災害共済給付との併給はできません。

問い合わせ こども・教育部こども支援課

5211-4229

◎ 登録方法

p-azen@bousai.city.chiyoda.lg.jp宛にメールを送信してください。(タイトルや本文は記入不要です)
※右のQRコードから簡単にメールアドレスを読み取ることができます。



4月～9月の思い出



23日

▲ 小学校全校で安全・安心一斉パトロール 富士見小学校



18日

◀ 全校運動日
ボール投げ
50m 100m競争に挑戦
昌平小学校



4月



22日

◀ 道徳授業は江戸しぐさ
九段小学校

5月



16日

▲ マンカラ大会 富士見児童館



29日

▲ ウェストミンスターの生徒が「見る 聞かざる 言わざる」(日光東照宮)



18日

▲ 放課後子ども教室がスタート 昌平小学校



6日

▲ 幼稚園児や小学生など150団体 約5,000人が参加
区内一斉清掃



27日

▲ シャボン玉で アーティスト・イン・スクール
千代田幼稚園



26日

たからだば



6月

◀ 日本橋川の水質浄化にEM菌団子を投入 富士見小学校



7日

▲ 七夕に願いを 地域のお年寄りと一緒に飾り付け 千代田幼稚園

キャリア教育が課題です！

キャリア教育とは、子どもたちを自立した社会人として育てる教育です。そのために、子どもたちが「生きること」、「学ぶこと」、「働くこと」の大切さを実感し学びとれるように大人の連携した支援が必要です。

なぜ、今、キャリア教育なの？

若年層のフリーターやニートの増加等の背景に、子どもたちに対する「将来の生き方」や「進路選択」にかかる指導の充実が求められています。

キャリア教育で伸ばしたい能力

将来設計
能力

家庭・地域・
企業

人間関係
形成能力

情報活用
能力

意志決定
能力

社会自立・職業自立に向けて
学 校

千代田区立教育研究所では、

今、区内小・中学校の教師の協力を得ながら、小・中学校でのキャリア教育の具体的な進め方の調査研究をしています。

研究結果は、来年の3月までにまとめて区内の各学校で、実際の教育活動に活かしていきます。

千代田区立教育研究所 〒101-0048 千代田区神田司町2-16 神田さくら館7F
TEL 03(3256)8446 <http://www.city.chiyoda.lg.jp/cgi-bin/cross/cross.cgi>



7月



▶ 臨海学校で海の安全と人命救助を学ぶ
神田一橋中学校
(千葉県 南房総市 岩井海岸)

22日



社会を明るくする運動

3日



お茶の水小
マーチングバンド

23日



麹町小合唱団
サンシャイン
キッズ

24日



▲ 夏だ！プールだ！ 飯田橋保育園

8月



22日

▲ 至大荘での遠泳訓練 (千葉県 勝浦市)
九段中等教育学校



こども
自然教室
(埼玉県飯能市)

22日

自然の中で火おこし体験・夕食作り
食器も箸も手作りで



9月



▶ 親子で作る紙飛行機
児童生徒余暇事業
九段生涯学習館



8日



8日

▲ そば打ちに親子で挑戦 一番町集会室