# vol.40

公益財団法人日本教育公務員弘済会



わたしらしく

日本を代表する女性ソロ尺八奏者

# 辻本好美一音に想いを込めて



# 辻本 好美 つじもと よしみ

東京藝術大学卒業。

洋楽カバー動画が世界中で話題となり、2016年9月、史上初の女性ソロ尺八奏者「Bamboo Flute Orchestra」としてメジャーデビュー。活動は国境を超え海外公演は24か国を数える。

日本の伝統楽器を世界中の幅広い世代の人にもっと知ってほしい! その想いを胸に日々活動中!

# 異文化との出会い

初めて海外の文化に触れたのは小学2年生の夏でし た。父親の演奏旅行に連れられて、オーストラリアに。父 は尺八、母は筝という和楽器家族なのですが、海外で の様々な手続きにあたふたする両親の姿が面白かった り、初めての景色にワクワクしたりしたことを覚えていま す。小学6年生のときには、新聞を読んでいた父親が突 然「モンゴルに行こう」と。マンホールチルドレンと呼ば れる子どもたちを支援するツアー参加者募集の記事で、 直接モンゴルの子どもたちに会いに行くという企画だっ たと思います。父と一緒に行ったモンゴルで、マンホー ルで寒さを凌ぎながら明るく笑う子どもたちと会った瞬 間、子どもながらに、調子に乗っている自分を猛烈に反省 したのです。自分が恵まれた環境にいるということを同 世代の子どもたちに教えてもらいました。その後も中 学2年生でベトナムへ。高校2年生ではフランスへ。いつ も父と一緒の自転車ツアーでした。過酷な環境下、300 kmとか500kmを走りきるという体験をしました。子ども の頃に海外に行き、違う文化や暮らしに出会った経験は、 自分の礎になっていると思います。

# 26歳の転機

地元の高校を卒業し、東京藝術大学音楽学部邦楽科に入学しました。大学時代は女子寮暮らしだったのですが、この寮生活が楽しくて(笑)。音楽学部だけでなく美術学部も一緒の共同生活で、みんなでよく遊びました。今でもかけがえのない仲間たちです。卒業後も東京に留まり、先輩から演奏の誘いをいただくなどして、マイペースに演奏活動を続けていました。

そんな私に転機が訪れたのは、中米ツアーでのこと。 和太鼓、津軽三味線と一緒にキューバ、エルサルバドル、 パナマを回り、現地のアーティストとセッションし交流す るというツアーでした。

このキューバのステージで、演奏家としてガツンと打ちのめされたのです。キューバのミュージシャンたちの太刀打ちできないリズム感に圧倒され、私だけ手も足も出ない。初めてパニックになりました。存在全てが違いすぎました。26歳という遅い挫折だったと思いますが、このときの衝撃がその後の人生を大きく変えたことは間違いありません。

悔しさと同時に、「音楽をする」楽しさに気づいて、それまで尺八奏者としてなんとなく順風満帆に来ていたけれど、改めて本気で心から上手くなりたいと思いました。

情熱と技術を併せもつキューバのアーティストたちから、音楽の凄さや迫力、世界の広さを改めて教えられたように思います。コテンパンに打ちのめされたおかげですね。

# 世界のSHAKUHACHIへ

2015年、海外向けに放送されているNHKワールドの番組で、マイケル・ジャクソンのヒット曲「Smooth Criminal」をカバーしたところ、世界的な話題に。誰もが知っている曲を尺八でカバーすると、尺八という楽器や音色がもっと身近になることを実感しました。

2016年に女性ソロ尺八奏者としてメジャーデビューさせていただくことができ、アルバムがワールドチャート1位を獲得しメディアに出る機会も多くなりました。天皇皇后両陛下や首相、諸外国大統領など世界のVIPの前で演奏を行う機会にも恵まれ、様々な舞台で演奏させていただきました。コロナが世界中にまん延する前までは、アメリカ、ブラジル、フランス、イタリア、中国など24か国、33都市で公演をすることができました。日本の伝統楽器を、世界中の幅広い世代の人に知っていただくための活動を続けていきたいと思っています。

# コロナ禍で

海外に行けないどころか、コンサートもできない、人前で演奏することもできないという先行きの見えない不安な日々でしたが、よいこともたくさんありました。時間ができたのでふるさとに帰り、生まれ育った和歌山県橋本市だけでなく県南の方へ出かけたり、世界遺産になった熊野古道を初めて歩いたり。熊野古道を歩いたときは、尺八発祥の寺といわれている興国寺をゴールに決め、誰もいない境内で奉納演奏をさせていただいたのです。ちょうど夕暮れ時で、毎夕行われる閉門の儀式の時間と重なりました。儀式の経文の声、夕暮れの鳥の囀り、そこに尺八の音が重なったとき「一音成仏」という言葉の意味が分かったような気がしました。それ以来、自然の中に意識して出かけるようになりました。故郷のことをもっと知りたいと思うようになりました。妙な気負いのようなものがとれたのも、この頃からだったと思います。

コロナも少しずつ落ち着き、規制はありながらもコン サートができるようになり、ふるさとのステージに立た



父親とのモンゴル旅行

せていただいたときの「待ってたよ」の声は本当に嬉しかった。母校の小学校でも生演奏をする機会をつくってくださり、子どもたちに尺八の音を生で聴いてもらうことが増えました。子どもたちからの提案で、毎月八のつく日の給食の時間に尺八の音楽が校内放送されることになったことも思いがけない喜びでした。コロナ禍で、和歌山県文化奨励賞、大桑文化奨励賞を受賞させていただいたことも、ふるさとの皆さんが「頑張れよ」と背中を押してくれたのだと思います。大きな力になりました。

# 学校が楽しさの発信源になりますように

楽しいという気持ちは伝染すると思っています。ハッピーな人といるとハッピーになりますよね。学校の先生方は大変なことがいっぱいあって、楽しさとかハッピーとか、そんなことは考えていられないよって思われるかもしれません。

それでも、若輩者の私が敢えて言えるとすれば、「楽しさ」って、何かを発明、発想、創造する源泉だなって思うのです。先生が楽しいと子どもたちも楽しい。子どもたちが、楽しいときは思ってもいなかった可能性の間口が広がる。楽しい時間の中から感性豊かな子どもが育つ。芸術に携わる一人として、そんなふうに感じています。

人生はあっという間。私自身も、瞬間で過ぎていく時間を精いっぱい楽しんで幸せ度を増し、出会う人にハッピーを伝染できる人になりたい。学校で過ごす時間が、 先生にとっても子どもたちにとっても「楽しさ」の発信源であることを心から願っています。



読者の方から抽選で3名様に、辻本 好美さんによる直筆サイン色紙をプレゼントします。

応募は、はがきに①**住所、②氏名、③電話番号、④ご所属の学校名(組織名)、⑤本誌の感想**をご記入のうえ、以下の宛先までご郵送ください。 応募宛先:〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷5-4-6 (公財)日本教育公務員弘済会「きょうこう vol.40 プレゼント」事務局

締 切:2022年10月31日(月)必着

※当選者の発表は、色紙の発送をもって代えさせていただきます。

# 特集

# ヤングケアラー

# 第1章 概要

# 「家族」によるケア負担の増加と長期化

「老老介護」「認認介護」「介護離職」…介護は大人の問題だと捉えられてきた。総務省が5年ごとに調査している就業構造基本調査でも、介護者の8割近くは50代以上で推移しており、学齢期にケアを担う子どもや若者は、介護者統計のなかでは見えにくい。

2025年には団塊世代が75歳を迎え、「大介護時代」「介護難民時代」が到来するといわれる日本。認知症の高齢者は700万人を超え、高齢者の5人に1人は認知症になると推定されている。国は社会保障制度を持続可能にするため、施設に頼らない在宅福祉の充実に舵をきっている。とはいえ、少子高齢化による世帯人数の減少、共働きやひとり親家庭の増加、非正規雇用者の経済的不安定さなど、ケアをする側の人口も収入も縮小する中で、18歳未満の学齢期の子どもたちがケアを担わざるを得ないという社会的状況が生まれてきている。介護・看護を含むあらゆるケアにかかわる社会制度は、「家族」を主たる担い手とすることが前提となっているためだ。家族のケア負担の増加・長期化によって、子どもたちも主たる介護者になるケースが増大してきた。

# ヤングケアラーの定義とは

厚生労働省では、ヤングケアラーの定義を「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子ども」としている。18歳未満としたのは、高校までと高校卒業以降では、支援の財政源やアプローチも変わるため「児童福祉法」に準じての線引きとされる。18歳~30歳くらいまでのケアラーは「若者ケアラー」とされ、介護は長期化する場合が多いため、ヤングケアラーから若者ケアラーに移行するケースは多い。

ヤングケアラー問題が日本で顕在化するきっかけとなったのは、2021年に行われた厚生労働省と文部科学省による全国規模の調査研究事業「ヤングケアラーの実態に関

する調査研究」報告書だ。これによると、なんらかのケアをしている家族が「いる」と回答した子どもは、中学2年生で5.7%、全日制高校2年生で4.1%という結果となった。そのうち、家族への世話を「ほぼ毎日」している中高生が約半数に上り、さらに一日平均7時間以上世話をしている中高生も約1割いることが明らかになった。

# 小学生の15人に1人、中学生の17人に1人、 高校生の24人に1人がヤングケアラー

自治体ごとにヤングケアラーの調査は始まっているが、2022年1月には、全国の小学生のおよそ15人に1人、中学生の17人に1人、高校生(全日制)の24人に1人がヤングケアラーという実態を明らかにした(全国公立小学校から抽出した約24,500人の小学6年生、公立中学校1,000校と全日制高校350校を抽出して2年生にインターネットアンケートを実施〈厚生労働省〉)。1学級に1人から2人、ヤングケアラーが存在していることになる。

# 多岐にわたるケアの内容

●家事:料理や洗濯、掃除など

●一般的なケア:着替えや移動の介助など

●情緒面のサポート:見守り、声かけ、励ましなど

●身辺ケア: 入浴やトイレの介助

●医療的なケア:投薬管理など

●きょうだいの世話:世話、見守り

●その他:金銭の管理、通院の付添い、家計を支えるための 労働、家族のための通訳など

ケアの内容は実に多岐にわたる。

また、家族の誰を世話しているのかというアンケートでは、「きょうだい」が最も多かった。

過酷なケアの日常がみえる一方で、本人にヤングケアラーという自覚がない場合も多く、子どもらしい生活が送れない状況でも、当事者の子ども自身にとってその生活が"当たり前"になっていて問題に気づけなかったり、困ったときに相談したり助けを求めたりする術を持ち合わせないなどの課題もみえてきている。

# ヤングケアラーはこんな子どもたちです

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもをいいます。



障がいや病気のある家族 に代わり、買い物・料 理・掃除・洗濯などの家 事をしている



家族に代わり、幼いきょ うだいの世話をしている



障がいや病気のあるきょ うだいの世話や見守りを している



目を離せない家族の見守 りや声かけなどの気づか いをしている



日本語が第一言語でない 家族や障がいのある家族 のために通訳をしている



家計を支えるために労働 をして、障がいや病気の ある家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族 に対応している



がん・難病・精神疾患な ど慢性的な病気の家族の 看病をしている



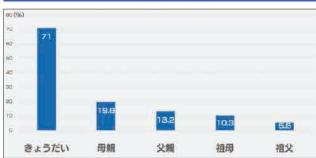
障がいや病気のある家族 の身の回りの世話をして いる



障がいや病気のある家族 の入浴やトイレの介助を している

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / Illustration: Izumi Shiga

# 家族の世話(複数回答)



〈出典〉NHK

# ヤングケアラーの認知と理解促進が課題

調査報告書によると、学校におけるヤングケアラーの 認知度については、中高生の8割以上がヤングケアラーを 「聞いたことがない」と回答している。ヤングケアラーへ の支援を進めていくためには、周囲の大人がヤングケア ラーについて理解を深めるとともに、子どもが担っている 家事や家族のケアの負担に気づき、必要な支援につなげ ることや社会的な認知度向上が重要な要素となるだろう。 厚生労働省と文部科学省は共同で「ヤングケアラーの支 援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携プロジェクトチーム」を発足し、2022年度から3年間を集中期間として、 ヤングケアラーの社会的認知度の向上に取り組むと発表した。

# 学校でヤングケアラーを早期発見するためには

学校の教職員は、子どもと接する時間が長く日々の変化に気づきやすい立場にあると考えられるが、先述のように子ども本人が介護をしている自覚のないケースや、学級委員をつとめるなど意識して頑張る子もいて、子どもの口からSOSが発せられることは少ない。「家族の恥を言いたくない」「家族以外の人に家のことを話すなといわれている」「介護しているというと仲間外れにされる」「話しても仕方ない」など、児童生徒が自らSOSを出さない理由は様々だ。早期発見のためのシグナルはあるのだろうか。

- ●遅刻や欠席が目立つ
- ●授業中によく寝ている
- ●部活動を休みがち
- ●忘れ物が多い
- ●服が汚れている、又は同じ服を何日も着ている
- ●栄養状態の変化·悪化
- ●宿題をやってこない
- ●成績の急激な低下

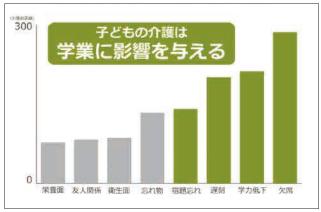
以上のような項目が、発見のシグナルとしてあげられている。

子どもたちの日常の変化に留意することに加え、保護者との接点や会話を意識して設けることも必要だろう。保護者が学校に関わる様々な行事において、保護者と会話し家庭の状況を把握することや、行事になかなか参加しない保護者に留意することも重要になる。学校とかかわりのある地域住民の理解を得ることにより、地域全体で子どもたちを見守ることも早期発見に繋がるはずだ。

介護が深刻になり自由な時間がなくなっていくなかで、 「周りの子と何かが違う」と感じ始める小学校高学年の頃から、子どもたちは人知れず悩みはじめるケースが多いという。そして友達にも先生にも言わないまま孤立し、介護の柱として家族を背負う「若者ケアラー」になっていく。

教職員は、子ども本人に寄り添い、他者と比較し孤独にならないよう、学習が遅れないよう、進路や困りごとの相談に何時でも乗れるよう見守ることがまずは必要だろう。学校でできることは限られているかもしれない。個人情報の問題もあり、本人から話がないと踏み込めないという場合が多いし、介護されている本人(親やきょうだい)への支援は、学校では不可能だ。その子どもの家族全体(家族構成、誰を介護しているのか、経済状況など)がみえないと、長期にわたる家族介護において、今必要な支援のアプローチ方法もみえてこない。子どもたちの教育を受ける権利を守るためにも、教職員がヤングケアラーについて学ぶ機会を増やし、日々の教育現場において介護をしている子どもを把握し、必要なときは速やかに福祉サービスに繋ぐことが求められている。

### ヤングケアラーの学校生活への影響



〈出典〉『ヤングケアラープロジェクト教員調査報告書』(日本ケアラー 連盟

# 第2章 元ヤングケアラーの体験談から

●宮崎 成悟 さん(15歳から難病を患う母親を介護)

# 中学3年のとき母親に異変

母親の異変に気づいたのは、中学3年生のとき。母親が運転する車がふらつき、事故を起こしかけた。母親はそれから運転をしなくなり、病院にも通って自律神経失調症の治療を始めたが、次第にめまいがひどくなり日常生活に支障をきたすようになった。他の病気を疑った宮崎さんは、複数の病院に母親を連れていく。明確な診断がつかないまま病状は進み、買い物や料理など家事のサポートをするようになった。

症状が出始めて2年が 経った頃、ようやく診断が つく。「多系統萎縮症」と いう現代の医療では治す ことが難しい原因不明の 難病だった。宮崎さんが 高校2年生頃までは母親 は自力で生活することが できたが、3年生になる 頃には布団から起き上が ることができないまでに



病状は進行した。夜間にトイレに行くことも難しかったため、 夜は母親の隣で寝て、時にはおぶってトイレに連れていく こともあったという。当時、バスケット部に所属していた宮 崎さんは、介護をしながらも朝5時には起きて朝練に通っ ていた。「授業中は寝ていました」と当時を振り返る。

# 相談するという意識すらなかった

母親の介護で部活を休むときには、「母親の体調が悪くて」と顧問の先生に伝えた。平気なつもりだったが、合宿に行けないときや、台風のときに他の部員の家族は車で迎えに来るのに、自分だけがずぶぬれになって帰るときは言いようのない寂しさを感じた。他の部員たちに何と思われるのかも気になった。先生は何と説明してくれたのだろう。しかし、そのくらいの感情の揺らぎだけで、特に誰かに相



後列真ん中が宮崎さん

談することもなかったし、そもそも相談するという意識もなかったという。

高校3年生で部活を引退した後は、大学進学に向けて受験勉強を始めた。昼間は学校と予備校、夜は母親のケアという生活。2歳上の大学生の姉と家事を分担した。4歳下の弟はまだ中学生だったため、自分のことは自分でやるということに。父親は家族のために仕事で多忙な毎日を送っていた。「僕は母親の役に立ちたい」と福祉系の大学を目指し、第一志望の大学に無事合格した。

キャンパスライフを楽しみにしていた矢先のある朝、母親が目覚めなくなる。救急車で搬送され一命は取りとめたものの、気管切開して喉に管を通し、スピーチバルブという機器を通じてしか声をだせなくなってしまう。車椅子に移動するにも補助が必要となり、自分で食事をとることもできなくなった。ほぼ寝たきりの状態になった母親の、本格的な介護が始まった。

# 一旦、大学進学をあきらめる

できる限り母親のそばにいるために、大学への進学をあきらめることを決めた。父親と2歳上の姉、4歳下の弟がいたが、家族の中でもっとも融通のきくのは自分だと思ったし、自分が母親のそばにいるべきだと無意識的に考えたのだという。介護をしていると自覚し始めた宮崎さんだったが、母親が毎日のようにいう「死にたい」という言葉がつらく、次第に自暴自棄になっていった。勉強なんてしなくていい、眠れなくてもいい、だから「死にたい」なんて言わないでほしい。

家の中でひたすら介護をするという限りなく閉ざされ た世界の中で、唯一の救いは小説を読むことだった。小説 の世界に逃避することで崩壊しそうな自己を守った。翌年、 姉が家にいる時間がとれるようになり、少しずつ勉強する 時間ができたことで、再び大学進学へ向かう前向きな気持 ちが芽生えた。

### なぜ自分だけが

2年遅れて進学した大学生活の前半は、母親の病状や家族の事情で変化が大きかった。1年生はほとんど通学できず、介護の合間に大学に行くという感じだった。入学当初できた友だちからはよく飲みにも誘われたが、アルバイトで忙しくなったと嘘をつき、介護をしていることを隠した。その場の雰囲気を壊しかねないし、介護と言った途端に誘われなくなると思ったからだった。周りはキラキラと青春を謳歌しているのに、なんで自分だけがという思いは、自分の人生と母の人生のどちらの人生を優先すべきなのかという葛藤となり、宮崎さんを再び暗く落ち込みがちにしていく。そして、誰にも会いたくないと心を閉ざすようになっていった。



ほぼ寝たきりとなった母親と

### 初めて泣いた

転機が訪れたのは、大学2年生の半ば。音楽やファッションの趣味があう昔の友達が、クラブでイベントをすると誘ってくれたことがきっかけだった。母親に夕食を食べさせ、薬を飲ませて寝かせつけた後に家を出ると、クラブに着くのはちょうどピークタイムの頃。ダイバーシティに富み、LGBTの人、世代の違う人、昼間生きづらい生活をしている人もいて、居心地がいい。酔いが回るとなぜだか介護の辛さが込み上げてきて、クラブのトイレに籠って泣いてしまうことも度々だった。人生で初めて泣き、「介護が辛い」と弱音を吐

いた。クラブの友達は何も言わず背中をさすってくれていた。

昼間は孤独だけれど夜は仲間がいるという安心感は、宮崎さんに生来の明るさを取り戻させた。「母を往診にきてくれる医師がいつも僕を気にかけてくれていたことや、近くに親戚がいたことも有難かったと思います。何より、学校と自宅以外の第三の居場所がみつかったことが大きかった」。

# 就職活動の壁

ところが、思いがけない壁にぶつかる。就職活動でのことだった。「介護と学業の両立」ということが企業の面接官に理解されず、「なぜ、あなたが介護?」「どうして施設に入れなかったのですか?」と聞かれるだけで、介護は「何もしてこなかった」ことと同義語だった。大学のキャリアセンターも同様だった。介護のことは本当に誰もわかってくれないのだと、誰にも相談できなかった。

唯一、神経系の医療機器に強い企業から内定をもらった。 母の病気が神経系の難病だったから、医療機器を通じて同 じような病気で苦しむ人の役に立ちたいと強く訴えたこと が功を奏したのかもしれない。ただ、転勤可という入社の 条件があり、入社後の配属先は京都。家族に母の介護を任 せて遠方で働くことになった。

家族に介護を任せている罪悪感を抱きつつも、自分だけに集中できる自由な時間を過ごした。そして3年後、やせ細った母親の姿をみて、再び母の人生と自分の人生のどちらを優先すべきか悩むことに。答えは離職。母のいる東京に帰ることだった。

# 自分はヤングケアラーだったのか

東京で介護系のIT企業に職を得て、他の社員がしていたようにボランティア活動をすることになった宮崎さんは、難病支援のNPOで自己紹介をしたときに「君はヤングケアラーだったのだね」という言葉をかけられた。初めて出会った「ヤングケアラー」という単語を調べてみたら、まさしくそれは自分のことで、しかも全国に17万人もいることに衝撃を受けた。「コペルニクス的転換でした」と笑う。

すぐにヤングケアラーを研究している大学の先生に会いにいった。その先生から、「ヤングケアラーはたくさんの辛い経験をしているけれど、その経験から得るものはネガティブな要素だけではない。家族のケアを通じて責任感や

生活能力、思いやりなどの様々な能力を培っている傾向がある」と聞き、とても感激した。ずっとコンプレックスだった 過去が自分の強みに変わり、その経験をいかしていこうと 前向きに人生を捉えるようになったという。

# 元ヤングケアラーとして

それからはヤングケアラー当事者の方々と出会う機会が増え、共通する悩みや課題もみえてきた。今は一般社団法人ヤングケアラー協会代表理事として、介護の経験を活かした再就職支援や当事者同士のオンラインコミュニティを運営する。

自治体や教職員向けの座学の講師としても招かれるが、座学だけでは理解できないことも多く、体験型のワークショップも取り入れた理解促進に努め、家族のケアが当たり前のものとして、ポジティブに捉えられる社会を実現していきたい。

母親は昨年2021年夏に亡くなった。とても穏やかな顔 だったという。

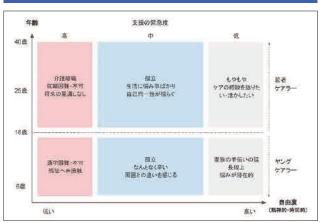


宮崎 成悟 さん

株式会社エス・エム・エス、株式会社JMDCなどを経て、2019年にYancle株式会社を設立し、ヤングケアラーのオンラインコミュニティや就職・転職支援をスタート。2021年11月、法人形態を変える形で一般社団法人ヤングケアラー協会を創設した。厚生労働省「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」検討委員会委員。

●一般社団法人 ヤングケアラー協会 https://youngcarerjapan.com/

# ヤングケアラー・若者ケアラーの状況を 「年齢×自由度」で図式化



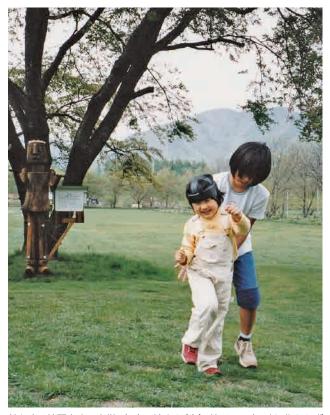
ヤングケアラーの状況を表した図(宮崎さん提供) 青色の「中」にいる児童生徒は学校には通える環境にあるが、ここで寄り添える教育現場であってほしい

# 

# 私がしっかりしなくては

5歳下の妹に障がいがあることがわかったのは、沖さんが小学校低学年のときだった。まだ2歳だった妹は、少し周りの子より発達が遅いかもと思われる程度で、障がいがあるようには見えなかった。直接的なケアは必要ないけれど、なんとなく家の中が落ち着かず、「私がしっかりしなくては」「親を困らせてはいけない」と感じていたという。

少しずつ障がいが顕著になってきて、数歩歩くとしゃがんでしまうことや、座ったまま後ろに倒れてしまうことが増えたため、妹の見守り役となる。転んで怪我をしないかと常に緊張していたが、妹をケアしている自覚も辛いという意識もなく、親と一緒に妹を守るといった感覚だった。ただ、周囲の目が嫌だったことを憶えている。頭を守るヘッドギアや涎掛けを装着している妹を指さす子、「指をささないの!」とその子を叱る親。私の家族はほかの家族と違うのかもしれない、そんなふうに思ったことはあった。



妹と歩く練習をする小学4年生の沖さん(右)。妹はいつ転ぶか分からず、 頭を守る補装具をつけていた



2歳の妹の世話をする小学2年生の沖侑香里さん(左)。妹がかわいく て仕方なかった

# 感情を閉じ込める

高学年になった頃には妹へのケアが増えていき、家族の 食事をつくる母の横で、妹用のミキサー食を作って食べさ せたり、ヨーグルトに薬を混ぜて飲ませたり、入浴前後の着替えを手伝ったりした。てんかん発作も頻繁に起きるようになる。妹の発作が始まると、すぐさま親は妹の状況観察、沖さんは時間の計測係に。「いま〇秒、〇秒」と母親の時計とにらめっこして時間を読み続けた。そしてまた、妹のてんかん発作は、年に一度あるかないかの母親が出かける日の夕方に必ず起きた。母親が電話で誰かに謝る姿を見ては、「楽しみにしていた日に限って」と妹への怒りや悲しみが湧いた。

この頃から、家族旅行が中断したり、約束していたプールに行けなくなったりし、妹のために自分は我慢しているという自覚も生まれ始めていった。「なんで自分ばかりが我慢しなくてはならないの」という気持ちの一方で、仕方ないと思う気持ちや親に申し訳ないという気持ちもあり、自分の中に感情を留めることしかできなかった。しかも、「えらいね」とか「お母さんも安心ね」など、褒められるたびにプレッシャーもかかった。周りからは「やさしいお姉ちゃん」と思われる一方で、内心では複雑な思いを抱いたり、時にイライラしてしまうこともあった。

# 自分に嫌悪感を抱くように

「妹に障がいがなければよかったのに」が、「障がいのあ る妹なんていなければいいのに」に変わり、「障がいがあ るだけでどうしてあんなに特別扱いされるの?私だって好 きで健康に生まれてきたわけじゃないのに | と思ってしまう こともあり、そんな自分に嫌悪感を抱くようになった。気が つけばいつも少し背伸びをして、自分の気持ちを保つよう になっていたという。

妹の存在も隠すようになっていった。「シンショー」「ガイ ジ | と、障がい者をいじるような言葉が流行った時期と重な り、家族の話題になることをいつも恐れていた。より気丈 にふるまうことが増えていった。

# 将来への不安と葛藤

中学生になる頃には、妹の経鼻経管栄養(鼻からの チューブによる食事) やたんの吸引といった医療的ケアが 始まる。責任あるケアに誇りを感じることもある一方で、将



母(左)と一緒に高校3年生の妹(手前)の文化祭に行った

来への不安や葛藤といった新たな悩みが生まれ始めた。自 分の将来をイメージする機会も増える中、「妹の面倒はい つまでみるのだろう」「妹の面倒をみないとならないから結 婚は無理なのだろうか」など、ぐるぐると不安な感情が渦巻 き、それを親や学校の先生に悟られないよう必死だった。

高校は進学校だった。勉強と部活動に忙しくなり、妹の ケアは帰宅後の入浴介助が日課としてあるくらいで、おむ つ交換やたんの吸引などを必要に応じてサポートしてい た。県外の大学に進む生徒が多い高校だったためか、県外 の大学に進んで一人暮らしをすることを両親も賛成してく れていた。将来の不安はありつつも、希望をもてた高校生 活だった。

# 自立と、「きょうだい」との出会い

地元を離れ、愛知県の大学に進学。新生活への期待と ともに感じた、家を離れた罪悪感と、初めての自由な時間 へのとまどい。我慢することに慣れすぎて、自分の意見が もてず主張できないこと、人の顔色ばかりうかがうことへ の強いコンプレックス。やりたいようにやっていいよと言 われても、自分のやりたいことが分からない。関心のあっ た分野の勉強や初めて経験したアルバイト、友達との交流 の中で、だんだんと視野が広がっていった。課外活動の中 で出会った大人にこれまでの妹との関わりにおいて感じて きた想いを初めて吐露することができたことも心が軽くな るきっかけとなった。

また、大学3年生のとき、たまたま見ていたテレビ番組 で「きょうだい」が特集されており、当事者たちが語る 内容があまりにも自分と似ていて衝撃を受けた。すぐに 調べてみると、全国に自分と同じような立場の人がいて、 「きょうだい」と名前が付けられている。さらにはその存在 も着目されていることを知り、救われた気持ちになった。卒 論のテーマは「きょうだい支援の必要性」とした。

# 母親の急逝と親なきあと

大学卒業後も地元には戻らず愛知県で就職。決断に迷 いはなかったものの、親が老いていく中でいつかは妹の ケアのために戻らなければという感覚が常にあった。

社会人3年目、25歳の夏に母親が倒れ、2か月後に急 逝した。癌だった。「親亡き後」はまだまだ先と思っていた。



2016年20歳を迎えた妹さんと

混乱する中、妹は一時的に入院したが、多くのサポートと 重度訪問介護などの制度を利用し、地域での生活が可能 となり、それまで通り通所施設に通う生活を送ることがで きた。その約2年後に妹も他界した。

# 地元で「きょうだい会」を立ち上げる

2018年、地元静岡で仲間とともに「きょうだい会」を 立ち上げた。皆が自分らしく生きられる社会になることを 願い、県内外での交流を続け、「きょうだい」「ヤングケ アラー」としての経験談を語る。「私がそうだったように、 親に心配かけまい、友だちに嫌われまいと頑張る子ども たちがたくさんいると感じます。そして、成長とともに悩 みも変わっていきます。先生に子どもが何かを語り始め たときは、すぐに答えを出さず、まずは耳を傾けてほし い。子どもは言葉で表現すること、状況を説明すること が難しいところがあり、そういったことを理解したうえで 寄り添い、ちょっとしたサインを見逃さないようにアンテ ナを高くして、引き出しをたくさん持っていることが必要 かなと思います。そして緊急性のある子どもを見つけた ときは、スクールカウンセラーやソーシャルワーカーなどと も連携して、専門機関に繋ぐことも大切です。学校だけで 解決できることは限られています |。



カタ ゅゕり沖 侑香里 さん

2018年11月、静岡県富士市を拠点に、障がいのある兄弟姉妹がいる方の当事者グループ「静岡きょうだい会」を立ち上げる。10代から70代までの全国の「きょうだい」が集まり、これまでの経験やいま抱えている思いや悩み、そして将来への不安などを語り合う座談会や、制度や福祉サービスを学び合う勉強会を開催。学校への出前授業、自治体職員研修等にも出向いている。

●静岡きょうだい会 https://shizuoka-kyodai.amebaownd.com/

### 後記

取材に応じてくださった二人は、成長期を家族のケア中心に過ごした自らの体験を、社会に役立てようとしていた。 社団法人や任意団体を立ち上げ、元ヤングケアラーとして 国や自治体、教育現場へ足を運び、コロナ禍においても、 オンラインで全国の仲間たちと繋がり続けた。

自分の存在を表す「ヤングケアラー」「きょうだい」という言葉に偶然出会い、「自分だけではない」という事実に衝撃を受けるという共通体験をもつ二人は、自らの体験を伝えるだけでなく、誰でも生きやすい社会をと強く呼びかける。そしてまた、ヤングケアラーについて認知を拡げる必要を訴えるとともに、子どもたちに「可哀そうなヤングケアラーというようなレッテル」を貼ることがあってはならないと警鐘を鳴らす。

教職員への研修も始まったばかりだ。「貧困」「格差」「いじめ」「虐待」そして「介護」。複雑に絡み合う社会に生きる子どもたち。少子高齢化に核家族という社会構造のなかで、今まで見えなかった「ヤングケアラー」という存在は、今後増えていくものと考えられる。

「親の手伝い」の延長として介護をしつつも、なんとなく 孤独を感じている児童生徒が学校やクラスにいないだろ うか。子どもが主たる介護者となっている家庭はないだろ うか。ヤングケアラーには多様な背景がある。だからこそ 今一度、子どもの変化を掴む視点を、子どもの「家庭」「家 族 | を知る視点を日常の中に置いていただきたいと願う。

ヤングケアラーという社会課題の解決の糸口は、まだ見えていない。緒についたばかりだ。全国知事会は与野党に対し、ヤングケアラー実態の早期把握を重視することを求め、政府はヤングケアラー支援推進の方針に合意したと発表した(2022.6.8)。今後の動向を見守っていきたい。

# 心に残る子どもたち

# コロナ時代を共に過ごした子どもたち

# たなべ ちぇこ田邉 千恵子

神奈川県大和市立下福田中学校 養護教諭



私が中学校の養護教諭として現場に立ち、もうすぐ 15年。現在、新型コロナウイルス感染症による様々な 影響を経験している最中にいます。

2020年、突然の休校は約3か月にわたり、子ども たちのいない学校で過ごすうちに、「学校は何のため にあるのだろう」「子どもたちの大切な成長のために 学校ができることは何だろう」と、毎日考え続けてい ました。そしてこの思いを、普段は多忙で言葉を交わ す機会もままならない同僚の先生方と対話することで、 互いの教育観を共有でき、前向きな思いで学校再開 の日を迎えることができました。

休校期間中に対話の大切さを感じたからこそ、分散 登校から始まった学校の中で、重点的に取り組んだこ とは「対話的な関わり」です。

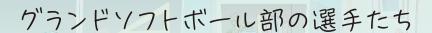
新型コロナウイルス感染症により、社会が変化していく中で、子どもたちは何を思っていたのだろうか、どんなふうに過ごしていたのだろうかと考えました。通常登校が再開した後も、感染対策を講じながら教育活動は制限され、子どもたちも先生方も忍耐の日々が続きます。新しい知見を取り入れながら、本当に大切なことは何かをそれぞれの立場で考え共有し、見直しを繰り返す作業を重ねてきました。

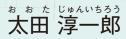
また、同じタイミングで、3年掛かりの大きな校内研究発表の機会がありました。研究テーマは「生徒と共に創る主体的な『学び』の場」でした。研究する中で以下の三つの気づきがありました。子どもたちの迷いや葛藤を大切にした探究的活動を軸に、教員後追い型の指導をすることで、子どもたちの主体性が育まれる

こと。教科に探究的なエッセンスを落とし込むことにより、一層学校全体に対話的な土壌を作ること。試験や勉強は嫌いでも、「学び」が嫌いな子どもはひとりもいないこと。校内研究を通して、子どもたちの居場所が教室だけでなく学校の中にたくさんできることで、ありのままの自分を安心して出せるように、学校が大きく変化していきました。

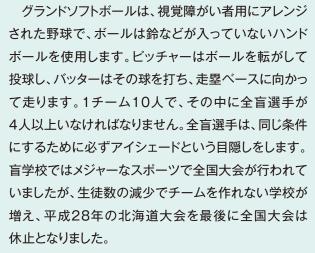
コロナ時代を過ごした子どもたちは、きっとこれから先もたくさんのことを学び取っていってくれると思っています。いつの時代も、子どもたちがありのままの自分で過ごし、子どもたちや先生たちと対話を重ねながら、主体的に学べる学校を、私自身も探究し続けていきたいと強く願っております。







大阪府立大阪北視覚支援学校 校長



私は、大阪府立盲学校(現大阪府立大阪南視覚支援 学校)で平成10年からコーチを、平成24年から監督 を務め、平成28年までの19年間で全国大会に11回 出場し、3度の全国優勝を経験しました。

選手は中学部生から成人の専攻科生までの男女で、 単一の視覚障がいだけでなく重複障がいの生徒もいます。部員は毎年15人前後いて、4、5人の顧問団で 指導に当たっています。私が監督の時は、選手にいつ も相手に対する思いやりを持つよう指導していました。特に校舎の建替えで運動場が使えない時期でした ので、外部での練習や試合が多く、時には2人の顧問 で引率しなければならないこともありました。そのよう な時は、弱視が全盲を手引きする、手引きが必要な人は 「手引きお願い」と援助を依頼する、手が空いている 人は荷物を持つといった役割を持たせていました。そ の中で、兄弟のような先輩後輩関係と重複障がいへ の理解と思いやりがチームの中に芽生え、温かい雰 囲気がいつもチーム内にありました。

チームのコンセプトは「明るく、楽しくそれでいて強かったらええやん」です。見えていないからミスをするのは当たり前を前提にしているので、エラーをしても皆から「ドンマイ、ドンマイ」と常に声が掛かります。逆にいいプレーをすれば皆から「ナイスプレー」と声を掛けられ、この後にいつも大阪風のおちょくりが入ります。チーム内はいつも笑いが絶えず、選手同士の対立やケンカがほとんどないチームでした。

一方で練習はしっかり行い、レギュラー選手へは ノックや連係といった練習、女子選手や中学部生ある いは重複障がいの生徒には、バットの振り方、ボール の投げ方、走塁の仕方など一から教え込みました。ま た、全盲選手には音の聞き分け方、特に雑音の中か らボールが転がる音を聞き、そのボールをキャッチ する練習を繰り返しました。一般校から来た弱視生 徒は、見えていないことでボールキャッチに自信が なくミスをすることを恐れていましたが、練習によっ て自信をつけ、3年時には中心選手になるなどそれ ぞれの選手が成長していく姿を見るのはとても楽し いことでした。

最後に、一番記憶に残っている言葉があります。 中途障がいの40代の生徒が「この年になって青春を 味わえてうれしい」と。一つのことに楽しみながら打 ち込めることは素晴らしいことだと思います。

# 教職員の健康を応援

健康

第4回

# 30年後の歯のために





<sup>わかばやし</sup> けんじ **若林 健史** 

歯科医師

医療法人社団真健会(若林歯科医院、オーラルケアクリニック青山)理事長

1982年、日本大学松戸歯学部卒業。89年、東京都渋谷区代官山にて開業。2014年、代官山から恵比寿南に移転。日本大学客員教授、日本歯周病学会理事を務める。歯周病専門医・指導医として、歯科医師向けや一般市民向けの講演多数。テレビCMにも出演。AERAdot.の連載をまとめた著書『なぜ歯科の治療は1回では終わらないのか?聞くに聞けない歯医者のギモン40』がある。

読者の皆さんは、30年後の自分の姿をどのように想像しますか?

心身共に健康であれば、定年後もできるだけ長く働きたいと考えている方は多いのではないでしょうか? また、仕事をリタイヤしていた場合も、夫婦あるいは友人とお食事をしたり、趣味を楽しんだりと充実した日々を過ごす未来をイメージされると思います。

実はそんな輝く未来の実現のためにぜひ、「できるだけ多くの歯を残すこと」を心がけてほしいのです。 極論をいえば、1本も失ってほしくありません。

患者さんにもいつもお話していますが、そうすると、 「残っている歯が少ないと、食べられなくなり、不自由 だからでしょうか?」という答えが返ってきます。

もちろん、そうなのですが、もっと重大な理由があります。それは歯がなくなることが、身体の健康に深く影響するからです。

まず、歯がなくなり、噛めなくなると、硬い生野菜や肉などを食べることが難しくなるため、パンやうどんなど、やわらかい炭水化物を好むようになります。結果、知らず知らずのうちに糖質の摂取量が増え、糖尿病など生活習慣病になりやすくなります。すでに生活習慣病になっている人は数値が悪くなります(このような患

者さんを多く、経験しています)。

もっと心配なのは歯を失うと認知症を発症する危険性が高くなることです。

神奈川歯科大学大学院歯学研究科口腔科学講座の 山本龍生教授らの研究では、歯がほとんどなく、入れ 歯も使っていない人4,425人を対象に4年後に認知 症を発症するリスクを調べた結果、歯が20本以上あ る人と比べて、歯がほとんどない人は1.85倍高いこと が明らかになっています。

理由についてはいくつかの考察がありますが、生野菜のような硬いものを食べなくなり、栄養が偏るためにビタミンCやビタミンEなど認知症予防になるといわれている栄養素が不足すること、噛む回数が減ることで、脳への血流が悪化すること、などが言われています。

顎の筋肉は上下の歯を使って噛むことで動きます。 顎の血管は脳の血管につながっているので、よく噛む と血流がよくなります。また、噛むことの刺激が脳に伝 わると言われています。歯がなくなり、噛む回数が減る とこうした脳へのよい影響が減るために、脳機能の低 下が起こるのではないかと推察されています。

また、歯の本数が少ない人は骨折・転倒が多かった という研究報告も複数あります。一度も転んだこと のない65歳以上の1,763人を対象にした調査では、 残っている歯が19本以下で入れ歯も使っていない人 は、20本以上の人と比較し、2.5倍、転倒リスクが高い という結果が得られています。

# 歯の数が減ると オーラルフレイルになりやすい

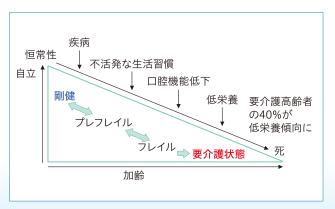
また、健康な歯が少ないとオーラルフレイルになる 危険性が高くなります。

オーラルフレイルという言葉を初めて聞く人もいると思うので簡単に説明しましょう。オーラルは「oral (ロ)」のことで、フレイルは「frailty(虚弱、衰え)」のことで、わかりやすくいうと「ロの老化」です。

フレイルというと「身体的フレイル」が知られていますが、これは加齢の影響によって筋肉量が減り、体力、 食欲、意欲などが低下し、虚弱になっていくことです。 70歳前後からこうした人たちは増え、放置しておくと 寝たきり、要介護の危険性が高まることから、しっかり 食べて筋肉をつけることや、下半身を中心とした筋ト レなどが推奨されていますが、実は近年の研究で、身 体的フレイルよりも前に、オーラルフレイルが起こって いることがわかってきたのです。

オーラルフレイルで口が老化すると、噛んだり、飲み込んだりする働きが弱くなり、さまざまな食べ物を食べることが困難になります。誤嚥を繰り返して肺炎を起こしやすくなることも。また、口の老化が進むと口を動かしにくくなるため滑舌が悪くなり、人と話すことを避けるようになる人も増えてきます。これでは気持ちもふさいでしまいますね。

実はオーラルフレイルがあると身体的フレイルになるリスクがそうでない人の2.4倍、要介護認定が2.4倍、総死亡リスクが2.1倍ということがわかってきています。



また、高齢になって歯を失うことのデメリットとして 見た目の問題があります。腰が曲がっていると(最近は あまりいませんが)実年齢よりもずっと老けて見えてしま いますが、同じように、口の周囲の筋肉が衰えたり、歯が なくなっていたりすると、口元にシワがより、老け込んだ 印象になってしまいます。歯が丈夫で口をよく動かしてい る人は顔全体の筋肉が落ちにくいので、若々しいのです。

「人生100年時代」といわれる時代、70歳、80歳 はまだまだ、若いでしょう。そのような未来を考えると、 美しい口元はますます大事ではないでしょうか。

# 歯を失う原因はむし歯と歯周病

「でも、年をとれば、どんなに管理をしていても、歯は使えなくなってくるのでしょう?」「私は歯が弱いから、抜けるのは仕方がないでしょうね」

このように聞かれることも多いですが、そうではないのです。歯は丈夫な臓器で、むし歯予防、歯周病予防にしっかり取り組んでいれば、すべての歯を残すことも不可能ではありません。歯ブラシの代表的な方法の一つである「バス法」を考案した歯科医師のドクター・バスは90歳で亡くなるまで、歯が全部(人により28本~32本)、残っていました。

「平成28年歯科疾患実態調査」では「8020(はちまるにいまる、80歳で20本以上の歯が残っている人の割合)」を達成できている人が「2人に1人以上」となり、話題となりましたが、実際にはまだまだいけるということなのです。

なお、8020推進財団調査(2018年)によれば、歯を失う原因の第一位は歯周病で、全体の約4割、むし歯は第二位で約3割です。前述のように、この二つの病気に気をつければ、歯を守ることができます。どちらの病気も症状が出たときには歯や歯周組織が失われてしまっているので、そうならないよう、症状のないときから、気をつけることが大事です。

特に歯周病については、むし歯と違って、「サイレントディジーズ(静かに進行する病気)」で、痛みがほとんどない状態でじわじわと進行します。気がついたときには、歯がグラグラしてきて、「おかしいな」と慌てて歯科を受診したときは、歯を支える歯槽骨が破壊されていて、抜歯を余儀なくされることが少なくありません。繰り返しになりますが、この点に十分、注意してください。



# 歯を失ったらそのままにせず、 きちんと噛めるように治療を

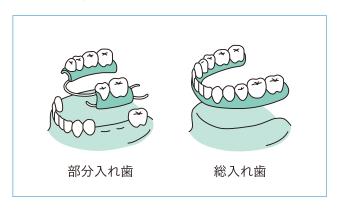
残念ながら、むし歯や歯周病で歯をなくした場合も、 手立ては残されています。代わりとなる治療をすみやか におこなうことで、健康な歯に近い状態を維持すること ができます。

例えば前述の認知症と歯の研究では、歯がなくても 入れ歯を装着している人の場合、認知症リスクは、20 本以上歯がある人とほとんど変わらなかったという結 果が出ています。天然の歯にかなうものはありませんが、 噛めるように補うことは大事なのです。

さて、失った歯を補う方法には「入れ歯」のほか、「ブリッジ」「インプラント」の大きく三つがあります。

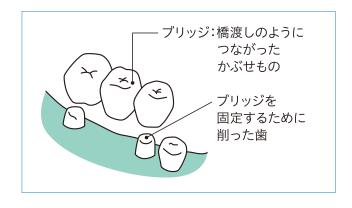
# 〔入れ歯〕

歯を失った部分に取り外しのできる人工の歯を入れて、噛めるようにする方法。総入れ歯のほか、1本から数本の歯を補う「部分入れ歯」もある。最大のメリットは健康な歯をほとんど削らずにすむこと。また、毎食後、取り外して洗うことができるので、清潔に保つこともできる。半面、その取り外しが面倒だったり、部分入れ歯の場合、金属のバネが見えることが気になる人も。



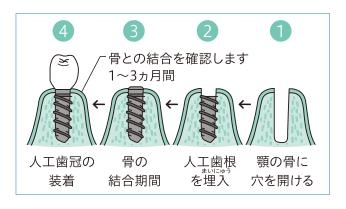
# 〔ブリッジ〕

失った歯の両隣に残る歯を削り、金属などをかぶせて 橋げたにし、人工の歯(ポンティック)をつけて合着する 治療。失った歯が1~2本で、健康な歯が多く残っている 場合に向いている。最大のメリットは噛むときの違和感 が少なく、噛む力が入れ歯に比べ、高いこと。入れ歯の ように取り外す必要もない。デメリットは支えとなる両隣 の歯がなければ治療が難しく、その場合も支える歯を大 きく削らなければならない点。



# 〔インプラント〕

金属の人工歯根、「インプラント体」を歯槽骨に埋め込み、これを土台にして人工の歯を取り付ける治療。メリットは自分の歯と同じような感覚で噛めること。デメリットはインプラントを埋め込むために外科手術が必要なこと。健康保険が適用されず、全額自費負担となる。



ただし、だからといって、「歯がなくなったら、治療をすればいいや」などとは思わないでください。どんなにすばらしい治療技術をもっても、健康な歯には叶いません。インプラントでさえ、完全に自然な噛み心地とはならないのです。歯を失ってしまった人は、今後、残っている歯を失わないよう、大事にすべきです。

歯は大事にすれば、生涯にわたり、あなたを支えて くれます。

私のところには開業以来、高齢になった今も長く通ってくれている患者さんが多くおられますが、「30年余り通っていたおかげで、この年でもなんでも食べることができます」と喜びの声をいただくことが増え、健康な歯が生活の質をいかに高めるかを目のあたりにしています。30年後に、「歯を大事にしておいて、よかった」という読者が一人でも多くいることを願います。

# My Second Life vol.10

# 教頭先生、 プロ野球球団職員になる

ど い かずぉ 土井 一生 さん〈60歳〉

佐賀県立伊万里商業高校教頭時代、ふと目に留まった 球団職員募集の文字。憧れの広島東洋カープの求人広告 だった。「定年後は何か新しいことに挑戦してみたいと漠 然と考えていました。カープは子どもの頃から憧れていた 球団でしたから、受かるはずないと軽い気持ちで応募した のですが、応募したことさえ忘れていた頃に球団から電話 がかかってきたのです。数学教師の統計学の知識をいかし て編成部でデータの分析を、ということでした。ただただ 驚きました」。58歳の4月、新年度が始まった直後の電話 だった。

嬉しさの一方で、教頭の自分が途中で辞めていいものか、家族には何と言おうと一人悩み続けた。二学期が始まる9月1日に入社することを決断し、校長と家族に自分の意志を初めて伝えた。「校長が教育委員会へ話を通してくれました。異例の辞職です。校長の理解には感謝しかありません。生徒たちには、自分の夢を追いかけるために教頭を辞めることを正直に打ち明け、謝罪のようなあいさつをしました。ぽかんと聞いていた生徒たちでしたが、その後職員室に来てくれて、口々に教頭先生がんばってくださいと。生徒から頑張ってくださいと言われたのは、36年5か月の教員生活で初めてのことでした」。



生徒への最後の教頭講話



マツダスタジアムにて

土井さんの背中を、人生の転機となるふたつの出来事が 押した。

1つは、2011年3月11日の東日本大震災の直後、県派遣の支援活動として宮城県気仙沼市の避難所で10日間を過ごした経験だ。土井さんが教員だと聞いた子どもたちが、「勉強したい」「勉強を教えてほしい」と毎日毎晩土井さんを取り囲んだ。自らの生活の立て直しに不安を抱えながらも、「復興のために役に立ちたい」と前に進もうとする大人たちの姿にも涙が溢れる思いだった。土井さんはこのとき、人間は誰しも、「学びたい」「誰かの役にたちたい」という気持ちを潜在的に持っていることを知った。それ以来、目の前にいる人が子どもでも大人でも秘めている力を信じ、生きようとする力に寄り添うことが土井さんの人生の目的となった。

気仙沼市の人たちとの交流は続き、震災から3年後、東 北のプロ野球球団、楽天イーグルスが優勝した。たかがプロ野球の優勝という人もいるかもしれない。しかし、東北の人たちは言った。「3年頑張ったら神様がご褒美をくれた」「ありがとう」と。プロ野球が、逆境の中に生きる人々の生きる力になるということも、転職をためらう土井さんの背中を押した。「対象は生徒でなく選手やその先にあるファンということになるが、裏方として選手や球団の成長を支えたい」。そう思ったのだ。

球団職員になって間もなく2年目。選手の様々なデータを集約解析してチームの戦力アップを図る情報処理部の主幹を務める。「データの数値は出ますが、投げるのも打つのも選手。人間です。これが難しくて面白い。目標は(まだ遠いのですが)、土井が出してくる数字はなかなか面白いといってもらえるよう頑張りたい。そして、人間育成という面でも寄与できるよう精進していきます。…ただ、なかなかの険しい道ですがね」。

球団にとっても、元教員の採用は史上初。 還暦を迎える ルーキーは、今、シーズン真っただ中だ。



# 先生応援サイト 関連 (1)

Supporting Teachers —

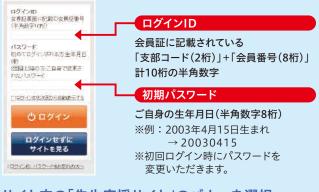
# アクセス方法 簡単3ステップ!

# ①まずは日教弘クラブオフへアクセス!

URL: https://www.club-off.com/nikkyoko/



②会員証に記載のログインIDとパスワード(初期は生年 月日)でログイン



# ③サイト内の「先生応援サイト」のバナーを選択



日教弘クラブオフのアプリもございます。

# 先生応援サイトとは?

日教弘会員の方のみが 利用できる日教弘クラブオフ内の 1サービスとして実際の先生の声を 参考に教職員の方々に 役立つ情報をお届けする サイトです!



# コンテンツ紹介 他にもコンテンツがございます!詳しくは実際にサイトをチェック!

### 「がんばれ、新人先生! | Good for Teacher Life

新規採用者向けコンテンツとして、あるあるシチュエーションを イラストと説明文で見やすく・わかりやすく説明! 社会人マナー・お役立ち情報をここで入手しておきましょう!



全国から集まった先輩先生から新人先生への応援メッセージも 紹介しています!

### **企画・制作**:東京学芸大学、東京学芸大こども未来研究所、ジブラルタ生命

### 「授業の助っ人 | Videos

BTSの"Butter"を振付したGANMIの 元メンバーである世界No.1ダンサーの YU-KIさんによる先生向けのダンス動画や 運動会での振付参考になる組ダンス動画を 掲載中です!今後はダンス以外の動画も 掲載予定です!



# 「忘れられない言葉がある」 Thanks Teachers

大人になった今でも忘れられない、生きる力をくれた「先生の言葉」を掲載!全国から届いた先生方への感謝の気持ちを定期的に紹介していきます。

# 「先生の駆け込み部屋」Library

過去のノーベル賞の事例を科学が苦手な大人の方にも、生徒にも分かりやすく音声とPPT資料でお届けするコンテンツです!

# 教育の振興を目指す日教弘の事業





# 教育振興事業

# 授学事業(無利子で奨学金を貸与・給付)

有為の学生・生徒に対する奨学資金の貸与及び給付を行っています。

■貸与 ------

貸与金額は、修業期間1年につき25万円とし、 最高100万円とします。また、奨学金を貸与 する期間は、正規の最短修業期間とします。

令和4年度(2022年度)

●予算額

18億8,500万円

●募集予定人数

大学生等2,000人程度

令和3年度(2021年度)

●実施額

10億8,060万円

●実施人数

1,212人

■給付 ------

給付金額は、原則として50万円以内とします。

令和4年度(2022年度)

●予算額

5億9,900万円

●募集予定人数

高校生8,200人程度

令和3年度(2021年度)

●実施額

6億9,342万円

●実施人数

9,058人

# 教育研究助成事業 教育研究や実践活動を支援

教育の向上発展に寄与すると認められる学校、個人、研究団体等の有益な研究に対して、助成を行っています。

教職員及び学校・教育団体の教育実践 研究・活動に対する助成を行います。 令和4年度(2022年度)

●予算額 8億5,700万円 (内へき地学校教育支援事業 1,100万円)

●募集予定件数 13,900件程度

令和3年度(2021年度)

●実施額

8億8,311万円

●実施件数

14,244件

教職員の優れた教育実践研究論文を募 集・表彰し、広く全国の学校に紹介します。 令和4年度(2022年度)

●予算額 1億7,400万円

4,900件程度

令和3年度(2021年度)

令和3年度(2021年度)

●実施額 1億5,915万円

●実施件数

4,258件

■教育研修助成

教職員の自己啓発の促進及び資質・能力の向上を目的として、教職員自らが行う教育研修及び外部又は当会で主催する教育研修等に対する助成を行います。

令和4年度(2022年度)

●予算額

●募集予定件数

●発行予定部数

●募集予定件数

6,300万円 1,100件<sub>程度</sub> ●実施額

5,149万円

●実施件数

947件

日教弘教育賞上位入賞者の教育実践研究 論文集録や教育に関する刊行物を発行し、 広く全国の学校に紹介します。 令和4年度(2022年度)

●予算額

2,600万円

4,200件程度

64,000部程度

令和3年度(2021年度)

●実施額

2,573万円

●発行部数

70,294部

# 教育文化事業 豊かな文化をはぐくむために

教育文化の発展に重要である分野において特色ある研究・実践活動に対し助成を行い、教育の発展充実に寄与しています。

■教育文化助成 ------

地域の教育文化の発展を期して、特色があり継続的な研究や実践活動に対する助成を行います。

令和4年度(2022年度)

予算額 1億7,400万円 (内へき地学校教育支援事業1,700万円)

●募集予定件数

0万门 美胞領

令和3年度(2021年度) ●**実施額** 14

●実施件数

1億7,384万円 4,364件

■文化・芸術・スポーツの振興

子どもたちや教育関係者等への支援を目 的とした事業に対する企画・協賛等を行 うことにより、教育環境を整え青少年の健 全な育成に寄与します。 令和4年度(2022年度)

●予算額 3億3,400万円 (内へき地学校教育支援事業 700万円)

●募集予定件数 43,200件程度

令和3年度(2021年度)

●実施額

3億3,884万円



# わたしたちの学校自慢

専門高校シリーズ vol.5



# 埼玉県立 羽生実業高等学校

埼玉県唯一の農業科と商業科の二つの専門学科を有した専門高校

# 産業教育を実践的に学ぶ 産官学連携の取組

地元の人たちから「はじつ」と呼ばれ親しまれている 埼玉県立羽生実業高校は、農業科と商業科をもつ伝統 ある専門高校だ。農業経済科環境資源コースでは、今 年度から授業の一環として養蜂をスタートし、週に一 度専門家を招いて蜂蜜づくりに挑戦している。防護服 を着た生徒たちが養蜂箱から静かに巣枠を取り出し、 蜜の量や健康状態を観察。授業が始まった当初は、「怖 い」「刺される」と怖気づいていた生徒も、今では可愛い と目を細め、ミツバチを食べてしまう天敵のスズメバチ の対処にも慣れてきた。

そもそも羽生実業高校での養蜂は、藤の花や金木犀など豊かな地域資源を有する羽生市(観光協会が所管する「全国まちづくり交流協会」)と、先端技術によるスマート農業を手掛ける「ワイズ技研(東京)」との産官学連携の実証実験として始まった。仲山校長は、「産業教育(生産、流通、販売、経営等)を実践的に学ぶ場を求めている中でのタイムリーな提案でしたし、本校と連携実績のある方々からのお話だったため、受け入れから実施までスムーズに進むと判断し、即決しました」と相談を受けた日のことを振り返る。すぐに養蜂授業の準備が始まり、羽生市のふるさと納税返礼品に加わることも決定した。

羽生市のふるさと納税の伸び率は全国からも注目を 集めているが、これは市観光協会事務局長澤田光夫氏 が地元事業者を地道に回り、意識を変え、返礼品という 新たな販路を活かしたことが大きい。羽生実業高校がコ ロナ禍で農作物などの販売機会が失われ悩んでいたと きも、市や観光協会がふるさと納税の返礼品として後押 し。昨年度は、ドローンを使って生産した県産米「彩のか がやき」も返礼品に加わった。全国の購入者から好評で、 生徒たちへの応援メッセージも多く寄せられたという。

行政と企業と高校の三位一体の取組は、ギネス記録をもつ「世界キャラクターさみっとin羽生」でも力を発揮する。これは2010年から羽生市の羽生水郷公園で開催されるゆるキャライベントで、2015年の来場者数は45万人を記録した。羽生実業高校は毎年運営に協力。会場で販売する農産品も行列ができる人気ぶりだ。民間企業も協賛し出展する。コロナ禍でオンラインが続いたため、この秋は2年ぶりの開催になるが、実行委員長は農業経営科の内木先生だ。「まずはやってみよう」と、スピーディにタッグを組む産官学の取組は、こうした垣根を越えた連携の積み重ねがあってこそなのだろう。

国産蜂蜜は流通全体の6%に満たない。羽生実業高等学校の生徒たちが精魂込めて作った蜂蜜は、「羽実ハニー」と命名され、間もなく羽生市のふるさと納税返礼品として全国へ羽ばたいていく。



産官学チーム推進メンバー 右から

株式会社ワイズ技研 事業本部長 柏木真太郎さん 羽生市観光協会事務局長/全国まちづくり交流協会 代表理事 澤田光夫さん 埼玉県立羽生実業高等学校農業科教諭 増田利久さん

埼玉県立羽生実業高等学校農業科教諭 内木雄飛さん 羽生市観光協会次長/全国まちづくり交流協会 幹事 白川剛司さん





# 「教職員の皆さまへ」



もう一度考えてみませんか あなたがいなくなった後の大切な人のこと

# 生命保険 信託

生命保険

信託

# 生命保険信託とは…

生命保険信託は、プルデンシャル信託とジブラルタ生命間での代理店契約に基 づき、お客様がご契約いただいた保険契約に対してご活用いただける仕組みで す。(信託契約代理業務の種類:媒介)

生命保険信託を利用することで、ご自身に万一のことがあったとき、死亡保険金 をご自身の希望するかたちで大切な方へお届けすることが可能となります。

万一の際に 財産を創り出す 残された財産を安全に管理する

# 生命保険業界初の信託子会社です

# 「プルデンシャル信託」ってどんな会社?

プルデンシャル生命の100%子会社として、 2015年9月に管理型信託会社として登録\*、同年 10月から営業開始。世界最大級の金融サービス 機関プルデンシャル・ファイナンシャルの一員です。 ※登録番号:関東財務局長(信3)第14号

# こんな想いや ご心配はありませんか? 生命保険信託で

解決できるかも しれません!

# 夫婦のみ世帯

配偶者の次は自分の両親に 保険金を

使ってほしい



# お一人で お子様を育てている

幼い子供に 多額の保険金をの 残すのは不安…



# 受取人の財産管理 能力に不安がある

受取人が保険金を浪費して しまわないか心配…



# 高齢の親が 受取人になっている

両親が高齢なので 認知症など が心配…



# お子様に 障がいがある

障がいのある子供に 多額の保険金を 残すのは不安…



\*プルデンシャル信託株式会社 信託契約代理店 ジブラルタ生命保険株式会社(信託契約代理業務の種類:媒介)

共済事業(提携保険事業)提携会社

# ジブラルタ生命保険株式会社

本社/〒100-8953 東京都千代田区永田町2-13-10

教職員のお客様

0120-37-9419

※ご契約の際はジブラルタ生命のライフプラン・コンサルタントを通じて「契約概要」「ご契約のしおり・約款」をご確認ください。



# 2022年2月1日より 日教弘クラブオフに変わりました福利厚生サービスが 日教弘クラブオフに変わりました

日教弘クラブオフへのログイン方法

# SIEP 日教弘クラブオフの専用ホームページへアクセス。



パソコンで

https://www.club-off.com/nikkyoko/

# STEP 2 ログインIDとパスワードを入力してログイン。



### ログインID

会員証に記載されている「支部コード(2桁)」 + 「会員番号(8桁)」計10桁の半角数字

### 初期パスワード

ご自身の生年月日(半角数字8桁)

- ※例:2003年4月15日生まれ→20030415
- ※初回ログイン時にパスワードを変更いただきます。

# さらに<u>ログイン</u>後に

# こんな方法でも

クラブオフアプリを ダウンロードして、 もっと便利に!









※Apple および Appleのロゴは米国その他の国で登録されたApple Inc.

※Google Play および Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。

# \ PICK UP MENU / 日教弘クラブオフ会員様限定





**1年版** 最大3デバイスまで

日教弘クラブオフ特別補助適用で

60%

「ダークウェブ モニタリング」が

# 3,608円→無料!

ダークウェブ上 でお客様の個人 情報を検索し、 潜在的な脅威を 通知します。



※掲載内容は2022年6月現在の情報です。予告なく内容が変更になる場合がございます。※画像はすべてイメージです。

■日教弘クラブオフに関するお問い合わせは

0800-919-6189 まで。 通話料無料 営業時間10:00~18:00 (年末年始除く)

広告

東京海上日動は、公益財団法人日本教育公務員弘済会の福祉事業「教弘まなびやスーパープラン|「教弘フルガード|「教職員収入ロングウェイサポート」の引受保険会社です。





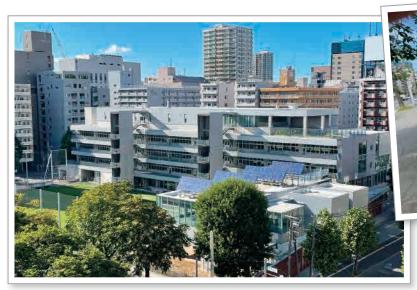
東京海上日動

www.tokiomarine-nichido.co.jp

To Be a **Good Company** 

# 多様な地域と多様な人と共に学ぶ 札幌市立資生館小学校

※表紙写真:芝生のグラウンドで楽しく活動しています。



敷地内に「どんぐりころころ」を作曲した 梁田貞氏の胸像があります。氏は、資生 館小学校の前身である「創成小学校」を 卒業しました。

校舎の全景

本校は、札幌市の中心部の4つの小学校が統合し、保育園・子育て支援センター・ミニ児童会館を併設した「札幌都心部子ども関連複合施設」として開校しました。そしてこの4月には、北海道初の公立夜間中学「星友館中学校」が校舎内に開校し、朝から夜まで、多様な地域、多様な人々の学び舎となっています。

子どもや家庭の「願い」「思い」「困り」にしっかりと寄り添いながら、恵まれた教育施設を活用していきたいと考えております。



小学生一人一人に寄り添う指導を 行っています。



冬にはグラウンドに雪山を作り、スキー学習をします。

•

〒060-0063 北海道札幌市中央区南3条西7丁目

【鉄 道】札幌市営地下鉄南北線「すすきの駅」徒歩5分





# 日教弘マークについて

公益財団法人 日本教育公務員弘済会<略称:(公財)日教弘>は、 都道府県を含む総称を「教弘」としていることから、 アルファベットの「K」がそのイニシャルです。

「K」を中心にした楕円形は、日教弘本部・支部が一致協力して事業推進していることを象徴しています。 全体のイメージは、未来への飛躍を展望したものです。

※2022年、(公財)日教弘は設立70周年です。



公益財団法人 日本教育公務員弘済会<略称:(公財)日教弘>の教育振興事業(奨学事業、教育研究助成事業、教育文化事業)及び福祉事業は教弘 保険の契約者配当金により運営されており、日本の教育界に貢献しています。



公益財団法人 日本教育公務員弘済会 https://www.nikkyoko.or.jp