

教育情報誌

きょうこう

2020
冬号

公益財団法人日本教育公務員弘済会 vol.30



「ふれあい しめ縄づくり」
兵庫県宍粟市立千種小学校

3 わたしらしく—巻頭インタビュー

浅田美代子

人生はおもいもかけないこの連続。

4 特集

日教弘のへき地学校 教育支援事業

—実施校2校の事例をレポート

10 心に残る子どもたち

静岡県立天竜特別支援学校 教諭 間瀬史子
鹿児島市立玉江小学校 校長 上村芳郎

12 教職員の健康を応援〈第4回〉

“ぼんやり”して幸せになろう
緒方俊雄

15 ここが知りたい！世界の学校 — カナダ

16 日教弘の事業 — 令和2年度「貸与奨学金」募集要項



▲名人のおじいちゃんと楽しい会話をしながら



▲ほら見て！できたよ！

表紙

しそう ちくさ
宍粟市立千種小学校
兵庫県宍粟市

本校は、千種川の清流と標高1,000mを超える山々に囲まれた自然豊かな地域にある、全校児童85名のへき地小規模校です。

毎年12月には、小・中学生が地域の老人クラブのみなさんと一緒にしめ縄をつくり、新しい年を迎える準備をします。中学生になると慣れた手つきで縄をない、小学生に教えているほほえましい姿が見られます。子どもたちは、できあがったしめ縄を手に「家の玄関に飾ってもらうんや。」と満足げな笑顔で話してくれます。

この「ふれあいしめ縄づくり」を通して、子どもたちはしめ縄の意味や作り方を学び、伝統文化を継承するとともに、地域の高齢者の方々とふれあうことで豊かな心や、ふるさと千種への愛着を育んでいます。

しめ縄づくりのあとは、みんなで手作りカレーを食べたりゲーム大会をしたりと、自治会ごとに工夫した楽しい交流会がおこなわれています。地域の高齢者の方々も、地元の子どもたちとふれあうことを楽しみにしておられ、地域の活性化にも貢献しています。

〒671-3201 兵庫県宍粟市千種町千草29番地
【自動車】

- ・JR姫路駅から…およそ1時間30分
国道29号線～山崎町～県道53-72号線
(佐用郡方面へ進む)
- ・中国道 山崎ICから…およそ45分
※別ルート…山崎～29号 波賀町～千種町



▲大人たちは力を合わせて神社に奉納する大きなしめ縄もつくります



▲飾りを付けて完成



▲できあがった立派なしめ縄を手にみんなで記念撮影

16歳で芸能界デビュー

小学校の頃は、授業に出すに花を摘んでいるような子どもでした。中学の頃は保健室によく行っていましたね（笑）。自由な子でした。

高校生のときにスカウトされ、大反対の両親をおしきって受けたオーディションで25,000人の中からまさかの合格。芸能活動は学校の規則でできなかったので自主退学し、芸能界に進みました。

ドラマ「時間ですよ」のお手伝いさん役で女優デビューしたときは、演技経験の無さから、演出家の容赦ない演技指導を受け、灰皿が飛んできたこともありました（笑）。歌手としてのデビュー曲「赤い風船」はそのドラマの挿入歌だったのですが、「へたくそ」と酷いパッキングにもあいましたね。ところがその歌が日本歌謡大賞新人賞を受賞。16歳でしたからわけも分からず、ただただ夢中でした。

その後、結婚と離婚を経験し、7年間のブランクの後に人生の舵を切りなおすことになります。当時「元アイドルが離婚して可哀そう」だと、離婚後につくる仕事は可哀そうな役ばかり。食べることに困っても断り続けました。私は可哀そうじゃない。暗いイメージで売りたくないとい、このときは親に借金をしてまで踏ん張りましたね。そしてバラエティ番組で、「元祖天然キャラ」と言われるようになり、ドラマに映画にと活動の幅が広がっていきました。

母の死から立ち直らせてくれた犬の存在

2001年に母が急性リンパ性白血病で2年間の闘病ののち70歳で逝きました。闘病中いっさい弱音を吐かない母で、私が生意気なことを言うと、「そんな偉そうなことを言うなら芸能界なんてやめてしまいなさい」とよく叱られました。「芸能人だからと偉そうにするな」。母の一番の教えです。

母が亡くなり泣いてばかりいた私を救ってくれたのが、2匹の愛犬でした。犬がいると、ごはんをあげなきゃ、散歩に連れて行かなきゃと、家にこもってばかりいられませんでしょ。犬のおかげで母の死から立ち直ることができた。このことが後の人生に大きく影響を及ぼしていくとは、そのときは考えもしませんでした。

人生は おもしろいもかけないことの連続。 浅田 美代子



PROFILE／浅田美代子（あさだ みよこ）

1956年東京生まれ。ドラマ「時間ですよ」のオーディションで応募者2万5千人の中から選ばれ芸能界へ。お手伝い役でデビュー、国民的アイドルに。デビュー曲「赤い風船」は1973年第15回日本レコード大賞新人賞を受賞。歌手や俳優のほか、バラエティ番組でタレントとしても活躍。1994年～2009年映画「釣りバカ日誌シリーズ」。2015年河瀬直美監督「あん」。2019年日比遊一監督「エリカ38」主演。2019年11月、ロンドンイーストアジア映画祭にて審査員特別賞を受賞。日本人女優がこの映画祭で審査員特別賞を受賞するのは史上初。2020年初夏、河瀬直美監督「朝が来る」全国公開。小学生に命の大切さを教える「いのちの教室」を開くなど、各地で講演等の活動を続けている。

（次回、春号「いのちの教室」へ続きます。）



日教弘の へき地 学校 教育支援事業

～実施校2校の事例をレポート～

当会は、へき地学校教育支援事業として、交通条件及び文化的諸条件に恵まれない山間地、離島その他の地域に所在する学校の教育内容を充実するために、これに寄与・貢献する教育振興事業を行っています。

具体的には、「へき地教育振興法」に基づいた指定学校のうち、へき地等級2～5級の学校を助成対象としています。平成29年度からの5年間で、1校あたり10万円を上限とし、予算総額は5,675万円の支援を実施・計画しています。

対象事業としては、次のような事業があります。

(1) へき地学校がもつ課題等に対して研究・活動を行う事業

(例：少人数・小規模校における効果的な授業方法の研究、意欲的に学ぶ子どもを育てるための指導研究)

(2) へき地学校の課題を解決するために備品・教材を購入し教育環境を整備する事業

(例：ICT教材、体育用品の提供)

(3) 地域や保護者、近隣の学校及び各教育団体等と連携し、子どもたちの資質・能力を高めることを目的とする事業

(例：運動会、公開授業、学芸会、一輪車講習会、各教育団体等との協賛事業)

今回は、実際に助成した2校をご紹介しながら、当会のへき地学校教育支援事業をみていくことにします。

「わかる楽しさ、できる喜びを
実感できる授業の創造
～特別支援教育の視点に立った複式授業～」
**山口県阿武町立福賀小学校
の取り組み**

まず始めにご紹介するのは、山口県阿武町立福賀小学校の取り組みです。福賀小学校は、平成30年度のへき地学校教育支援事業として採用され、「わかる楽しさ、できる喜びを実感できる授業の創造～特別支援教育の視点に立った複式授業～」という研究主題で研究活動を行いました。今回、福賀小学校を訪問し、福井章夫校長先生に研究活動を中心にお話を伺いました。



山口県阿武町立福賀小学校の校舎



福賀小学校の所在地

山口県阿武町立福賀小学校は、児童数が12名（平成31年4月1日現在）、学校の近くに阿武火山群の一つ「伊良尾山」がある、海拔380mの高地に水田が広がる美しい自然に囲まれた学校です。学校のある福賀地域は、総面積はおよそ49.8km²で、人口はおよそ540人です。主な産業は農業で、高原性気候を生かし、お米、スイカ、梨、ほうれん草、白菜、大豆などの良質な農産物を生産しています。

子どもたちは、完全複式学級で学習しており、緑化活動やふるさと太鼓の演奏、子ども

自転車大会への出場など、豊かな体験学習にも取り組んでいます。教育に対する地域の関心も高く、コミュニティ・スクールとして地域ぐるみで育てる教育、学校を核とした地域力の強化に取り組んでいます。子どもたちは、徒歩や保護者による送迎（遠方の場合）による通学をしています。



地域の指導者と太鼓演奏の体験学習

研究活動についてインタビュー

—— 貴校の研究主題には、どのような願いが込められていますか。

研究には、大きく分けて2つのテーマが含まれています。

1つは、現代社会で子どもたちに求められる「主体的に問題を見出し、他者と協働しながら解決していく力」を育むことです。これは、全校児童12名の完全複式学級のなかで、入学時からお互いの特徴をよく知る子どもたちに、他者に依存するのではなく、自分でより主体的に思考・判断する力を身につけて欲しいという思いからです。

もう1つは、「どの子どもたちにも分かりやすい授業づくり」です。特別支援教育の観点から授業のユニバーサルデザイン化を充実させ、通常学級の授業においても個に応じた配慮や工夫を取り入れることへの期待が込められています。

—— 研究目標である授業の創造のため、実施された取り組みや創意工夫についておきかせください。



(左から順に)
和田雅芳教頭先生と福井章夫校長先生

まず、「主体的に問題を見出し、他者と協働しながら解決していく力」を育むために、話す力や説明する力といった表現力を育てるに取り組みました。具体的には、リーダーを決めて学習を進め、ペアやグループ



リーダー学習の様子



ホワイトボードを活用した授業

で積極的に意見交換をするなど、子どもも自ら表現し合う学習に取り組んでいます。その他にも、バーチャルなキャラクターを使用して、授業に対話する機会を意図的に取り入れるように工夫しました。これは、在籍1人という学年が存在するため、大きな効果を発揮しました。

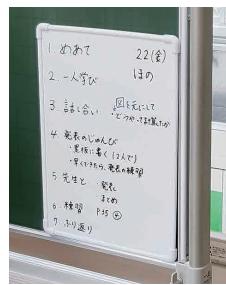
また、特別支援

教育の観点から、「どの子どもたちにも分かりやすい授業づくり」のために、学習の流れの明確化に取り組みました。誰にもわかりやすい授業を進めるためには、教師と児童が授業の流れを具体的に共通理解しておく必要があります。そこで、学習活動を、①つかむ（学習課題の提示、解決の見通し）、②考える（一人学び、自力解決）、③高め合う（協働解決、ペア、全体）、④まとめる（ふりかえり）の4つの段階と考えました。そして、例えば第3学年・第4学年の算数の授業では、4つのラミネート加工した「流れカード」（つかむ・考える・高め合う・まとめる）を黒板に掲示し、活動が分かるようにし、今はどの段階で何をする時間なのかを明確にしました。また、活動前に明確な指示（どの活動までするのか、時間の目安）をするようにしました。その他にも、わかりやすいノートを書くように指導したり、授業では振り返りの時間を設けたりすることで、表現力や理解力を育成しています。さらに、身近な地域のことを授業に取り入れたり、地域と連携した体験活動に取り組んだりすることで、「ふるさと愛」を

育むとともに、学習内容を身边に感じ「わかった」を実感できるような授業にしています。

加えて重要なことは、複式授業ならではの授業実践や工夫について

です。複式授業では、異なる学年を、同じ授業時間内で並行して指導する必要があります。そのため、一方の学年は自分たちで学習を進めなければなりません。その際、学習の質をできるだけ落とさないことが重要です。リーダー学習の質の向上が問われます。また、在籍児童が学年1人の授業において、他者とのかかわりや多様な意見との出会いをいかに保障するかが課題です。異学年交流の場の設定や、PC端末を用いたバーチャルクラスメイトを活用し、別の視点からの意見や問題解決の際にヒントを得て自力解決できるようにしています。



学習の流れを掲示して明確化する



複式授業の様子

——当会のへき地学校教育支援事業はどのような効果がありましたか。また、研究活動を通じてどのような変化がありましたか。



バーチャルクラスメイト活用したか。

研究主題とそれに対する実践・工夫のために、貴会のへき地学校教育支援事業による助成を活用し、プロジェクト投影が鮮明に映るホワイトボードを購入し、研究協議の際に個々の教師の意見を可視化したり、映像を通して指導方法を学んだりするなど、研修内容の共有を図る際に大変効果的でした。また、外部講師を招聘した研修会を

実施することにも活用させていただきました。教科指導の専門性を高め、研究を深めることができました。

研究活動を通して、日常の業務においても変化がありました。研究活動や子どもの表れが教職員の日常の話題にのぼるようになり、普段から研究主題について考えるようになりました。授業の段取り、研究時間の確保や他行事との両立など苦労した点もありましたが、教育活動の意識向上の一つのきっかけになり、子どもをより多面的に育



校内研究協議会の様子

てていくことにつながりました。人材育成としてのOJTの場となり、指導する教職員の意欲も高まりました。

——今後の取り組みや展望についておきかせください。

今後、へき地校をはじめとする他校との交流、複式学習指導における間接指導のさらなる充実を図りたいと思います。そして、教師は異動しても本校の授業づくりが継承できるように努めています。複式指導の経験がない教師が赴任しても、授業の質は落とさないシステム作りが急務です。複式授業は子どもが主体的に取り組める可能性のある授業だと考えており、今後もへき地の学校教育の充実に貢献していきたいと考えています。

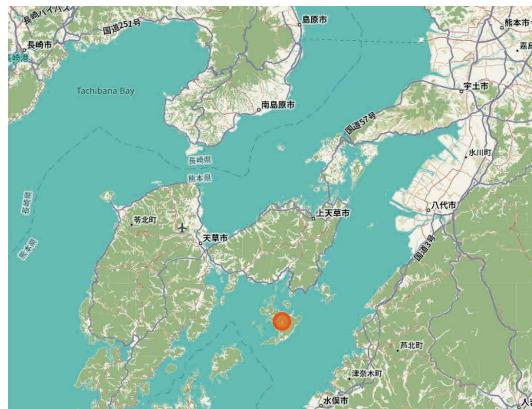
「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業の創造」

熊本県天草市立御所浦小学校の取り組み

続いてご紹介するのは、熊本県天草市立御所浦小学校の研究活動です。御所浦小学校も、当会の平成30年度のへき地学校教育支援事業として採用され、「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業の創造」という研究主題で研究に取り組みま



熊本県天草市立御所浦小学校の校舎



御所浦小学校の所在地

した。御所浦小学校を訪れ、今回の研究や実践について、佐藤洋一校長先生にお話を伺いました。

御所浦小学校のある御所浦島は、化石の宝庫といわれるほど、恐竜、古代草食動物、アンモナイト、小さな珍しい巻き貝など、多くの貴重な化石が発掘されています。学校の校門にも化石のレプリカが飾ってあり、訪問者を迎えてくれます。過去、御所浦町には5つの小学校がありましたが、段階を経て統合を重ね、現在は御所浦小学校のみとなりました。児童・生徒数は73名（平成31年4月1日現在）、学校の目の前に御所浦港が広がります。

児童のうち52名が、横浦、牧島、御所浦の3つの島から、スクールバスとスクールボート（14名）を利用して通学しています。PTAを含む地域の方々は、積極的に学校



（左から順に）
佐藤洋一校長先生と福山哲也教頭先生



校門の上にある
化石のレプリカ



明るくたくさん話しかけてくれた子どもたち

踊ったりします。また、子どもたちにはバーレーボールが大人気で、隣接する御所浦中学校は前回県大会3位の強豪校です。地域の方々も、小学校や中学校に出向いて指導してくれます。冬が近づく12月から1月には御所浦港はイルミネーションでライトアップされ、子どもたちは周りの大人たちに交じってイルミネーション点灯式の準備や司会をし、島の暮らしと一緒に盛り上げています。

研究活動についてインタビュー

— 研究活動に取り組むきっかけについておきかせください。

本校は、教育目標を「夢や希望を持ち目標に向かって実践する子どもの育成」として、へき地でもどこでも、夢や希望をもって将来に向けて努力し、学んだことを実践に活かせるような子どもになってほしいという思いを掲げています。子どもたちは中学校を卒業すると、ほとんどが島を出ていきます。自宅から通える高等学校も、現在は熊本県立天草高等学校倉岳校しかありません。他の地域と比べて早く島を巣立つ児童も多く、自分で夢に向かって道を切り開く力がこの小学校の子どもには必要であり、いつでも夢とか希望を持ち続ける子どもたちであってほしいと思います。

それに関し、学習指導要領も来年度から本格実施され、「新しい授業づくりに向けた取り組みを学校としても準備をしていきたい」という思いで、校内研究も昨年度から内容を新学習指導要領に合わせ、研究テーマを「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業の創造」として掲げ校内研究に取り組んできました。その矢先、貴会のへき地学校教育支援事業の募集があり応募しました。

行事に参加してくださいます。大きな行事として御所浦の各地域でお祭りがあり、子どもたちは地域の方々の指導を受け、太鼓の演奏をしたり獅子舞を

— 「主体的・対話的で深い学びの実現」に向けた具体的な取り組みや創意工夫についておきかせください。

授業の中では、子どもたちが自分で進んで学習をしていくように興味・関心を高めるための発問や教材の提示を工夫しました。また、子どもたちが自分で考えたことを交流し合いながら新しい「気付き」や「発見」が得られるような場面をしっかりつくれるように取り組んでいます。

さらに、本校の子どもたちの学力を保証するためには家庭学習の充実も必要です。そこで、1年生から6年生まで家庭学習の指導にも力をいれています。特に、島の子どもたちなので語彙力を高めたいと思い、国語の教科書を読む音読や文章を書き写す練習を取り入れました。読書活動にも力を入れ、朝の時間に地域のボランティアの方に読み聞かせに来ていただいたり、御所浦町図書館

の移動図書
(ブックカー)
を利用して
して読む冊数
を増やしたり
しています。



先に問題を解き、教え合う子どもたち

— 外国語活動及び外国語における指導力向上において、目標や重視された点についておきかせください。

熊本県内では、天草市が教育課程の特例区として指定されていることから、先行して「英会話科」の授業を、1年生から6年生に実施しています。1・2年生は年間で20時間、3・4年生は週に1時間、5・6年生は週に2時間と、各学年に応じてALTや英語指導補助教員の方が来校します。英語の免許を持っている教員がリーダーシップをとり校内研修を行い、各担任が指導をしています。お互いに授業を見ながら、英語を楽しみ、「英語に慣れ親しむ」ことを目指しています。

子どもたちの英語に関する意識調査では、英会話科の授業については「楽しい」と100%の子どもが回答し、91%が英語を「好きです」と回答しています。本校の6年



生が受けた全国学力・学習状況調査でも、「外国のことに関心がある」、「学校のことや地域のことを外国に紹介したい」といった項目で全国の平均を大きく超え、子どもたちの「外国に興味があり」「外国人と話して伝えたい」という意識の高さに驚きました。この意識が今後も年々引き継がれることを期待しています。

—— 外国語授業における児童の様子をおきかせください。

授業ではニュージーランド出身のALTの先生と音楽やリズムに合わせて英単語の練習をしたり、簡単な会話文をお互い繰り返したりしています。質問には自分で答えを準備し、みんなの前で発表しています。各学年の人数も少ないので、子どもたちそれぞれが積極的に先生と会話し、分からぬことを話しあって理解を深めています。英語指導補助教員の方はALTの先生とは別の日にきてもらい、ALTの先生同様に担任の先生と一緒にになって児童が興味を持つ授業作りをしています。

また、修学旅行で長崎に行く際には、長崎には多くの国からの外国人観光客が来ることから、子どもたちから観光客に話しかけるチャレンジをさせたこともあります。子どもたちも平和記念公園等で積極的に外国人に話しかけて、自己紹介やどこから来たかを楽しそうにやりとりしていました。

—— 研究活動を通して、苦労した点はありましたか。また、へき地学校ならではのエピソードがあればお願ひします。

子どもたちの自尊感情を高めるのが大きな課題だと感じています。子どもたちの生活の様子を見ていると毎日を楽しく過ごし、自信を持って生活していると思われたが、いざアンケートを取ってみると「自信がない」といった回答がありました。事実、陸上や水泳大会などの対外スポーツでは本番で力を発揮できなかったこともあります。自尊感情を高め自分に自信を持ってもらいたいというのがこれから課題です。

全校的に学力の面では、県や全国の平均を超えていくので、「自分に力がある」と

思ってもらいたいと思います。先生方も子どもたちの良いところをよく褒めています。今後はより一層、地域や保護者の方、島外の方などに認めてもらう機会、褒めてもらう機会が必要ではないかと考えています。

—— 今後の取り組みや展望についておきかせください。

現在、若い先生が赴任していくことが多いので経験年数も少なく、授業力もまだ高くはありません。先輩教員から学び協働しながら授業力を高めていくことが重要であり、少人数の良さを生かし、一人ひとりの子どもたちに力をつけさせる授業を目指したいと思います。

—— 当会のへき地学校教育支援事業はどのような効果がありましたか。

教職員の資質向上のために、書籍や資料の購入に助成金を使用させていただきました。子どもだけでなく、先生たちにも夢や希望をもって努力し、へき地の学校で教員としての資質を高める勉強を続け、優れた授業を実践して欲しいと思います。

そのためにも先生たちには研修を通して、目の前の子どもたちのために還元して欲しいです。そして、その環境だけに満足せず、今の時代の様々な課題を勉強しながら自分の能力を高め、それをこれから出会う多くの子どもたちのために生かして欲しいと思っています。今回の助成は、子どもだけでなく教員にも多くの資料提供ができ、大変有意義に活用させていただきました。

.....
取材を終えて

今回は、当会のへき地学校教育支援事業で、実際に助成した2校をご紹介しました。各校がそれぞれの想いを込めて、創意工夫をしている様子が伺えます。当会のへき地学校教育支援事業は、へき地学校における教育内容充実に貢献しその一助となるよう、今後もその役割を果たしていきます。



心に残る子どもたち

生徒の気持ちに寄り添つた
指導の大切さ



本校は病弱特別支援学校で、児童生徒の大多数が精神的な病気を抱えながら学んでいます。

これは、私が担任したAさんとの話です。Aさんを高等部2年生のときから担任しました。Aさんはクラスのムードメーカーである一方、自分の気持ちを伝えるのが苦手で、ストレスを溜め込んでしまう特徴がありました。

1年生の頃、遅刻や早退が目立っていたAさんに、保健室で休養を取りながら学校で過ごす時間を増やしていくことを提案しました。しかし、「前日の夜更かしで眠いから。」という理由で保健室を使うことは減らず、学校で過ごす時間は増えましたが、授業への参加はなかなか増えませんでした。このような保健室の使い方は良くないと思いつつ、いらいらするAさんの気持ちを荒立てないように、「調子が悪いなら保健室で休んだら。」と言うこともあれば、少し強い口調で「もう少し頑張って授業に出ようよ。」と励ますこともあります。当時の私は、Aさんができるだけ穏やかに、学校に留めておくことばかりに躍起になっていたのです。

いつものように、保健室で寝たいと言うAさんに授業参加を促していました。いらいらがピークに達していたのでしょう。「この前と言っていることが違うじゃん。」と言われ、私ははっとしました。今まで「Aさん

間渕 史子

静岡県立天竜特別支援学校 教諭



のため」と思ってやっていたことは、本当は「ただAさんを荒れさせたくない」という私の気持ちで彼を振り回していただけなのだと気付きました。その後はAさんと面談を行い、保健室を使う時間を10分ずつ減らしていくという目標を一緒に立てました。そうすることで、少しづつですが、保健室を利用する回数や時間が減り、授業参加の時間が増えていきました。

2年生の学年末のことでした。「先生、専門学校に行きたい。」Aさんは自分の気持ちをはっきりと、でも少し不安そうに言いました。「卒業後すぐに働く自信がない。今の登校状況だと進学が厳しいのも分かっている。でも、将来事務の仕事をするために、パソコンの勉強がしたい。」私はとても嬉しく思いました。苦手なことを避けることが多かったAさんが、自分の課題ときちんと向き合い、真剣に悩み、考えていることが分かったからです。そして何より、自分の気持ちを正直に話してくれたことが嬉しかったのです。

3年生に進級したAさんは、進学に向けて遅刻せず登校し、授業に参加しました。悩みや不安を自分から伝えられるようになりました。私はAさんとの関わりの中で、生徒の気持ちに寄り添いながら支援していくことの大切さをあらためて学びました。



だ
れ
が
決
め
る
の
で
す
か
？



夢見るクリスマスカードが、5年生のKさんから校長室に届けられた。そしてここに、思いがけない願いが書かれていた。

「校長サンタさんへお願いがあります。どうか来年もまた、Y先生を私たちの担任にしてください」

正直なところ、少し戸惑った。そして、あれこれ考えを巡らしてみて気付いた。彼女には、よっぽど強い願いがあったのだろう。年度が変わる3月になると、たまに子どもたちから発せられる「新担任お願い」の言葉ではある。

でもまさかこんな早くに、しかも校長をサンタに仕立ててしまうカードは初めてのことだ。取りあえず、なかなか簡単にはいかない大人の事情を伝えて帰した。

さて、年が明けて、この母親と会う機会があった。実はKさんが突然、こんなことを言い出したらしい。「今年はサンタさんに、おもちゃや本を頼まなくていいの。もう『もの』はいらないから、6年生になるために、今の大好きな先生に変わってほしくないことを、どうしても聞いてほしいの」

私は、以前この子が真剣に「担任の先生は、毎年だれが決めるのですか？」と質問してきたことを思い出した。そして、彼女がこのY先生を熱望している理由をどうしても確かめたくなった。授業がとても分かりやすく上手なのか？それとも、限りなく優しい先生だからなのか？と。

すると、とても不思議な答えが返っ

上村 芳郎

鹿児島市立玉江小学校 校長



てくる。クラスでトラブルが起こったとき、Y先生はとても柔らかく諭している。そして、いつの間にか何事もなかったかのように収めてしまっている。その指導が、まるで魔法のようで、見ていてすばらしいと思えるらしい。彼女は、こんな先生の姿に憧れ、この担任と一緒に卒業を迎える、将来は小学校教師を目指している。

私たちは、これまで多くの学校で多くの子どもたちに出会ってきた。地区は？学校は？だれが決めたのだろう。さらに学年・学級は？だれが決めたのだろう。

教師というものは、ピンポイントで勤める学校や学級を選ぶことができない宿命にある。と同時に子どもたちも、自分たちが願う先生を選ぶことなど到底できないのである。それでも子どもは、毎年の担任発表に一喜一憂しながら、出会った先生を信頼し、その中で一年一年たくましく成長していく。

だからこそ、教師は日々「あなたたちに出会えたことがうれしい」「何万の子の中から、あなたに出会えてよかった」と真に感謝して働くべきではないだろうか。

教職生活最後の年になって、これまで縁のあったすべての子どもたちを改めて思う。心に残らない出会いなど一つもなかったと。すべてが必然だったのだと。

「私たちの先生はだれが決めるのですか？」Kさんの素朴な問いに、私は多くを学ばされた。

“ぼんやり”して 幸せになろう



緒方 俊雄

臨床心理士

PROFILE／緒方俊雄（おがた としお）

早稲田大学理工学研究科修士課程修了。大手電機メーカーにて、研究開発、マーケティング、カウンセリングなどの業務に従事。現在、SOTカウンセリング研究所所長。心理カウンセリング、メンタルヘルス関連の講演、執筆などを行う。著書に、『慢性うつ病は必ず治る』（幻冬舎新書）、『「いい人」をやめる7つの方法』（主婦の友社）などがある。

正月も終わり、今年度もあと少しになりましたね。

お元気にされていますか。

早いもので、このシリーズも最終回となりました。

今回は私の大好きな“ぼんやり”について考えてみたいと思います。

残念ながら“ぼんやり”は余りいいイメージではないようです。

仕事中に“ぼんやり”していると上司から暇だなと思われて仕事を頼まれたり、子どもが“ぼんやり”していると母親が心配したりします。

『チコちゃんに叱られる!』では、「ボーッと生きてんじゃねーよ!」という決めゼリフも有名になりました。

今の世の中、仕事や家事とやらなければならないことがてんこ盛りで、何しろ忙しいのです。

子どもも学校から帰ったら塾や習い事、そして家に帰っても学校の宿題と休む暇が

ありません。

2013年のベネッセ教育総合研究所の調査では、「もっとゆっくり過ごしたい」と答えた小学生が74.2%もいるそうです。

私のような“ぼんやり”愛好家は肩身の狭い世の中なのです。

ところが最近の脳科学の研究で、“ぼんやり”は脳が休んでいるのではなく、大切な活動をしていることが分かってきました。

① 情報が整理される

“ぼんやり”している時に記憶を思い出す“楔前部（けつぜんぶ）”と価値判断を行う“前頭葉内側”が活動して、視覚や聴覚などから入ってきた膨大な情報が整理されるのです。

多くの情報を取り入れても、“ぼんやり”しないと、それらの情報は本で言うと、沢山の本がただ適当に積まれているようなものです。

ところが“ぼんやり”することにより、これらの情報が図書館の本のようにきちんと





整理されていきます。

こうして必要な時に、いつでもアクセスして取り出せる意味のある情報になるのです。

② 記憶力がよくなる

“ぼんやり”している間に、記憶の司令塔の海馬から、短期記憶が記憶の倉庫の大脳皮質に送られて、長期記憶として定着していくことも分かってきました。

“ぼんやり”しないと大切な記憶がどんどん忘却の彼方に消えていくのです。

勉強も“ぼんやり”した時間を設けた方が、学んだ内容を記憶に定着させることができます。

③ “ぼんやり”しているとひらめく

アルキメデスは“ぼんやり”と風呂に入っていた時に、浮力の原理をひらめきました。

ニュートンは“ぼんやり”と木からリンゴが落ちるのを見て、万有引力の法則に気づきました。

また、山中伸弥教授は“ぼんやり”していた時に、iPS細胞のアイデアを思いついたそうです。

このように、大発明は“ぼんやり”している時にひらめくことが多いのです。

あなたも“ぼんやり”しているといいアイデアがひらめくかもしれませんよ。

④ 仕事や勉強の効率がよくなる

現代は効率を重視して、複数のことを同時にしたり、隙間時間があるとどんどんスケジュールを詰め込みます。

ただ人の脳は同時に二つのことをするようにはできませんし、集中して仕事や勉強をしていると疲れて効率が落ちてしまいます。

実は時々“ぼんやりタイム”を入れて、気分転換した方が仕事でも、勉強でも、効率がいいのです。

⑤ 体調がよくなる

“ぼんやり”が習慣になると体の凝りがとれて、リラックスしていきます。

食事もゆっくり味わって食べると、とても美味しく感じます。

ぐっすりとよく寝られて、気持ち良く朝が迎えられます。



そして、副交感神経が優位になるので、辛い体の症状も取れて、体調がよくなっています。

うつ病などの心の病気にもなりにくいですよ。

⑥ 幸せを実感する

天気のいい日に芝生の上で大の字になって“ぼんやり”していると、とても幸せです。心も体もポカポカしてきます。

星空を“ぼんやり”眺めていると、とても幸せです。日々の苦労がちっぽけに思えてきます。

実は“ぼんやり”と幸せにはポジティブスパイクルがあるのです。

最近、このように“ぼんやり”的大切さが分かってきて、“ぼんやり”を取り入れる企業や学校もでてきました。



あなたも“ぼんやり”を見る目が変わって、“ぼんやり”したくなりましたか。

難しいことは考えず、頭を空っぽにして、ただ“ぼんやり”すればいいのです。

疲れた時やイライラした時に“ぼんやり”してみましょう。

朝起きた時に布団の中で、通勤電車で座っている時に、仕事が終わって家に帰ってほっとしている時にとか、場所と時間を決めて“ぼんやり”してもいいですよ。

お風呂で湯船に浸かる、散歩をする、犬や猫などペットと遊ぶ、植物を育てるなども、お勧めの“ぼんやりタイム”です。

土日は公園やハイキングで自然に接して、思いっきり“ぼんやり”しましょう。

“ぼんやり”が昂じて、瞑想に挑戦してもいいかもしれませんよ。

自分なりの“ぼんやりライフ”を楽しんで、幸せになりました。

このシリーズでは、教職員の方が病気にならないように、ストレス対処法、リラクゼーション法、睡眠法、そして“ぼんやり”について紹介してきました。

自分に合った健康法を見つけて、継続することが大切です。

仕事のストレスに負けないで、お元気にお過ごしください。



カナダ

カナダの国旗は、赤白赤の縦縞で、中央に赤いサトウカエデの葉が配されています。カエデの一種であるサトウカエデはカナダを代表する木で、紅葉の美しさやその樹液からメープルシロップが作られることで良く知られています。葉の周りの白は雪の降る様子をイメージしており、国旗の両側にある赤は向かって右側が大西洋、左側が太平洋を示しています。また、葉の12本のとげは10州と2準州（国旗制定当時）とを意味しています。

- 面積 9,984,670 平方キロメートル
- 人口 3,725 万人
- 首都 オタワ
- 民族 ヨーロッパ系白人 76.7%、黒人 2.9%、先住民 4.3%、中南米系やアジア系などを含むその他 16.2% など
- 言語 英語、フランス語
- 宗教 キリスト教、イスラム教、ユダヤ教、仏教、ヒンドゥー教、シーカー教など
- 識字率 99%

カナダは10州3準州から成る連邦制国家です。教育制度は完全な地方自治制で、カナダ連邦政府には教育省ではなく、各州の教育省によって管理・運営されています。

義務教育の年齢も州によって異なりますが、一般的に6・7歳から16歳までです。カナダの公立学校では小・中学校だけでなく、高校も授業料は無料です。日本では新学期は4月に始まり、3月に終わりますが、カナダでは9月に始まり、12月のクリスマスまでが1学期、クリスマスの休みの後から3月末までが2学期となり、3学期は6月に終わります。6月に終わってから9月の新学期までは、長い夏休みとなります。

今回は、オンタリオ州の公立学校としてセント・グレゴリー・スクールをご紹介します。オンタリオ州の公立学校には、英語系の学校、フランス語系の学校、カトリック系の学校の3種類があります。この学校は、その中のカトリック系の学校に属し、カナダの首都オタワ市内にあり、1960年に開校。幼稚園から（小学校）6年生までの約200人の幼児・児童が通っています。カトリック系の学校ではありますが、カトリック信者ではない子どもたちも受け入れています。学校区も広いカナダでは、家族による送迎かスクールバスでの通学が一般的です。

引用：外務省ホームページ「世界の学校を見てみよう！」
ウィキペディア（Wikipedia）



学校の校舎



校庭で遊ぶ児童達

一クラスには低学年では約20人、高学年では約30人の児童がいます。授業は月曜日から金曜日までの週5日で、1时限が75分の授業が午前と午後にそれぞれ2时限、合計4时限あります。学校は朝9時から始まり、通常午後3時半に终わります。放課後は、アイスホッケー や サッカーなどのスポーツクラブに参加する生徒が多いようです。

情報教育に力を入れており、すべての教室にスマート・ボードと呼ばれるパソコンにも接続可能なタッチパネル式の電子黒板が設置されている他、コンピューター・ルームも備え、無線インターネットや、児童向けにiPadやノート型パソコンも導入されています。

英語と並んでカナダのもう一つの公用語であるフランス語教育にも積極的で、幼稚園から一部の教科がフランス語で行われるなど、子どもたちが自然にフランス語でコミュニケーションを取れるようになるための環境づくりがなされています。また、多民族国家であるカナダらしく、異文化・異民族理解を深めるようなカリキュラムも社会科の授業に含まれています。

今回で「シリーズ ここが知りたい！世界の学校」は最終回となります。
次号より新シリーズの連載となりますので、お楽しみに！

貸与奨学生事業

令和2年度「貸与奨学生」募集要項

① 応募資格

奨学生を貸与する奨学生は、国公私立大学院、大学、短期大学、高等専門学校および専修学校専門課程に在学し、学資金の支払いが困難と認められる者とします。ただし、高等専門学校については、第4学年以上の在学生に限るものとします。

② 奨学生額と 貸与期間

奨学生の貸与期間は、正規の最短修業期間とします。貸与する奨学生の額は、修業期間1年につき25万円以内とし最高100万円とします。

③ 奨学生の利息

無利息です。

④ 延滞金

支払期日を過ぎた場合は、その日から6ヶ月を超えるごとに滞納している年賦金額(元本)に2.5%の割合で延滞金が発生します。

⑤ 奨学生 申請手続き

奨学生志望者は、親権者の在住する都道府県支部長の推薦を受け必要な書類を支部奨学生担当窓口に提出して申請します。

⑥ 奨学生の採用

当会は、奨学生志望者の希望、家庭の事情などを参照し、選考委員会の議を経て、理事長が採用を決定し、都道府県支部を経由して本人に通知します。

⑦ 奨学生 貸与方法

当会は、手続き完了後、奨学生の金融機関口座に一括して振り込みます。

⑧ 奨学生 返還方法

貸与を受けた奨学生は学校卒業(退学等を含む)の年まで据置きその年の12月から7年以内(ただし、奨学生100万円借用者に限定し、それ以外は5年以内)に年賦の方法で全額返還していただきます。

なお、年賦金の返済金を滞納したときは延滞金が発生します。(→④)

⑨ 成果報告書の 提出

奨学生の貸与を受けた者は、学校卒業後、速やかに卒業論文概要または、学習成果報告及び奨学生の主な使途を理事長に報告します。

⑩ その他

詳しくは、支部へお問い合わせください。



私は、日本教育公務員弘済会様より奨学生の貸与を受けられたことで無事、大学を卒業することができました。私立大学に入学しましたが学費が高額でしたしその上、1年後には父が単身赴任、そして姉も千葉県に進学することになり3世帯となり、益々、経済状況が悪化した為、奨学生で家計を助けたいという想いでした。

状況が悪化した為、奨学生で家計を助けたいという想いでした。

大学では勉学とスポーツに励みました。スポーツに関する知識には特に興味を持ち深く探究いたしました。健康論では、体についての知識や食事、栄養素について詳しく学ぶことができ、その

心理学ではスポーツ知識を私生活で生かすことができました。また、心理学ではス

ポーツにとても大事なメンタルの部分を学ぶことができました。

スポーツでは向上心や自立心の大切さを改めて感じました。大学の部活動は今までの育成年代とは違い自分で考え、自分で行動しなくてはいけません。自分は何が足りないのか、その足りない部分はどのような練習をすれば身に付くのか、それを考え、身に付くまで練習します。

部活動でも多くの事を学び、そして多くの仲間と出会うことができました。部活動を4年間続けられたのもしっかり勉学に励み単位を取ることができたので続けられました。私にとってすごく有意義な大学生活を送ることができました。

本当にありがとうございました。

(札幌大学 R・K)



奨学生からの
声をご紹介

大学では、奨学生の援助をいただきながら教育について幅広く勉強することができました。大学4年間を通して、大学での講義だけでなく、ボランティアや教育実習などの様々な経験をしてきました。3回生では、京都府の教員を目指す者が受ける講座にも合格し、大学に通いながら教員としての経験を積むことができました。4回生では、ずっと勉強してきたことを活かし、教員採用試験を受け、合格することができました。

大学4年間の締めくくりである卒業論文は、教育実習時に自身が行った授業について、どのような改善が考えられるかについて研究し、まとめました。様々な文献を読んで、子どもたちに教えずに考えさせるのではなく、ある程度の知識は教えて考えさせることが大切であることがわかりました。研究したことを活かし、子どもたちにとってわかりやすく、楽しい授業を組み立てていきたいと考えています。

(大和大学 M・S)

ジブラルタ生命は未来を担う子どもたちを応援しています。

こどもたちの夢と希望を応援する
『Magic of the Dream』

2017年から「Magic of the Dream」という名称のもと、未来を担う子どもたちの夢や希望を応援する活動に積極的に取り組んでいます。その根底には、子どもたちの「夢を叶える力」を育む、感動や驚きの体験をプレゼントし、『希望にあふれる未来』への架け橋になりたい、との想いが込められています。

各活動には、全国各地の社員がボランティアスタッフとして積極的に関わりながら、子どもたちにエールをおくっています。



PRUDENTIAL SPIRIT OF COMMUNITY

ボランティア・スピリット・アワード



ジブラルタ生命ほか主催

ボランティア・スピリット・アワード(SOC)は、ボランティアに取り組む中学生・高校生を応援するプログラムで、1995年にアメリカでスタートしました。日本では1997年から開催され、今では世界各国で行われる国際的なプログラムとなっています。SOCでは、青少年たちのボランティアへの取り組みを称え、「ありがとう」という言葉とともに感謝の気持ちを贈ります。また、参加者同士が出会い、お互いの活動を知り、交流を深めるためのさまざまなプログラムを用意しています。



ドリーム・スクール・キャラバン



ジブラルタ生命特別協賛

**プロからの直接指導に
“ドキドキ”“ワクワク”**
全国の小学生を対象に、47都道府県をキャラバンしていく本プログラムでは、スポーツや文化活動などさまざまな教室を実施し、たくさんの子どもたちに夢のような時間をプレゼントしていきます。



ドリームナイト・ アット・ザ・ズー



ジブラルタ生命協賛

来園者をおもてなし!
障がいのある子どもたちとそのご家族を動物園や水族館に招待し、気兼ねなく楽しむひとときを過ごしてもらう国際的なイベント、ドリームナイト・アット・ザ・ズー。当社は、このイベントを実施している動物園・水族館を2012年からサポートしています。イベント開催日には、社員ボランティアが着ぐるみパフォーマンスや園内の案内・誘導等でイベント運営を手伝うほか、フェイスシールサービス、スタンプラリーなどのオリジナル企画で来園者をもてなします。

数学オリンピック



ジブラルタ生命・(公財)日本教育公務員弘済会協賛

(公財)数学オリンピック財団への協賛を通じて、数学的才能に恵まれた子どもたちをコンテストで励まし、才能を伸ばす手助けや交流の場の創出に協力しています。毎年、日本代表選手を「国際数学オリンピック大会」に派遣しています。

後援:文部科学省ほか

おこづかい教育出前教室

ベルマーク運動に参加しています



日本PTA全国協議会の推薦図書をベースに、こどもの「お金力」を高め、賢く生きる力を養う、家庭での「おこづかい教育」の秘訣をそつとお教えするセミナーを無料開催しています。



子どもたちの未来に向けて100点満点の笑顔をサポート!!

ジブラルタ生命は「ベルマーク運動」に生命保険業界第1号の協賛企業として参加しています。個人のお客さま向け生命保険の全商品の新規ご加入一契約に一律100点のベルマークポイントを付加しています。この「ベルマーク付き生命保険」は、生命保険商品で初めて日本PTA全国協議会の推薦商品として認められています。



ジブラルタ生命保険株式会社は、公益財団法人日本教育公務員弘済会の共済事業(提携保険事業)の提携会社として、60年以上にわたる提携を通じて教職員の皆様の福祉向上をお手伝いさせていただいております。

(本広告の掲載内容に関する問い合わせ先)

ジブラルタ生命保険株式会社 提携団体チーム TEL:03-5501-6520

www.gib-life.co.jp/

ジブラルタ生命

検索

子どもたちに聞かせてあげたいノーベル賞

2019年度のノーベル賞コンテンツを公開しました！

聴くだけで
理解できちゃう

…「科学」はちょっとびりニガテな大人のみなさんにも…

※ 公益財団法人日本教育公務員弘済会がご提供する、ネットラジオ番組です

2018年

ノーベル生理学・医学賞

本庶 佑先生

Tasuku Honjo



本庶先生は免疫機能のブレーキの解除、つまり私たちの体内に侵入した異物を排除する仕組みを活性化することによって、免疫細胞にがん細胞を異物と認識させて、攻撃させる。新たながん治療方法を確立しました。

免疫チェックポイント阻害因子の発見とがん治療への応用

2019年

ノーベル化学賞

吉野 彰先生

Akira Yoshino



吉野先生によるリチウムイオン電池の発明によって、私たちの身近な電子機器は小型化し、再生可能エネルギーの蓄電や長距離を走行可能な電気自動車の開発が可能となりました。さらに、それらの新技術は地球温暖化の阻止に対しても大きな役目を担います。

リチウムイオン電池の発明

2016年

ノーベル生理学・医学賞

大隅良典先生

Yoshinori Ohsumi



細胞は異物を取り除いたり、新陳代謝をするために、細胞内構造物の分解と組み立てを繰り返すリサイクルをしています。大隅先生はそのメカニズムを遺伝子レベルで解明し、細胞がいつまでも健康でいる仕組みを明らかにしました。

オートファジーの仕組みの解明

2015年

ノーベル生理学・医学賞

大村 智先生

Satoshi Ohmura



寄生虫はいろいろな病気の原因になるので、特に貧困層地域においては衛生状態や医療制度などの点から寄生虫が蔓延しやすい環境があり、大きな問題となっています。大村先生は線虫による感染症に対する新規治疗方法を見つめました。

動物や人に感染する病気を治療するための画期的な薬の発明

近年の日本人受賞者

2014年

ノーベル物理学賞

赤崎 勇先生

Isamu Akasaki

天野 浩先生

Hiroshi Amano

中村修二先生

Syuzi Nakamura

白光の照明を作るために必要だった青色発光ダイオードの発明

2015年

ノーベル物理学賞

梶田 隆章先生

Takaaki Kajita



ニュートリノの振動はニュートリノに質量があることを示す証拠です。宇宙の根源を説明するための理論はこれまでニュートリノには質量がないとして構築されてきましたので、梶田先生の発見は素粒子物理学の標準理論に何らかの参考を求めるものです。

ニュートリノが重さをもつ証拠を発見

●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。

READY TO GO!

その挑戦が、未来を変える。

東京海上日動



東京2020 ゴールドパートナー（損害保険）



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：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」を中心とした楕円形は、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。

