



教育センター・育成センター所報

GALILEI



弁天岩

新しい教育 柏崎からの発信

インターネット(カラー)版は
「柏崎市教育情報支援システム」
を検索し、トップ画面右上の所報
「GALILEI」をクリックすると閲覧
できます。

平成 23 年 10 月号

柏崎市立教育センター
柏崎市青少年育成センター

10月号 CONTENTS



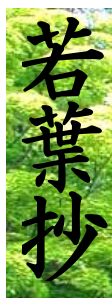
○ 今月の巻頭言	14年ぶりの中国訪問	
	教育センター運営委員 新潟工科大学准教授 小野寺 正幸	1
○ 教育センターたより		
● アクセス（教育研究班）	専門研修講座の様子～教育の充実に向けて～ スクールオフィス情報 他	2
● プロジェクト K（教育研究班・科学技術教育）	研修会・事業の一コマ（科学研究発表会 他）11月予定	7
● 心の窓（教育相談班）	ストレスと上手に付き合うには ふれあいルームの一日	10
○ 青少年育成センターだより		12
○ 所員随想「つれづれ」	小林 東 酒井 智子	14
○ 11月の行事予定表		15
○ 9月の教育センター参加・利用状況		16



◆先日、柏崎市立教育センターで「第46回柏崎刈羽地区児童生徒科学研究発表会」が行われました。中越沖地震（平成19年）で1回中止になりましたが、昭和39年から行われている大変歴史と伝統のある発表会です。過去には、柏崎刈羽地区発表会で認められ、さらに上位の大会である「いきいきわくわく科学賞」などに応募し、素晴らしい賞をいただいた人たちもたくさんいます。

今年は、昨年より8テーマ多い35テーマの発表がありました。夏休み中、あるいは中には何年間も同じテーマに取り組んでいる児童生徒もおり研究の深まりを感じました。

また最近では、パソコンを使っただけのプレゼン発表も当たり前になってきており、インターネットを利用して研究のための基礎資料を収集し、そこに自分のオリジナリティを付け加えて研究内容を深めるケースも増えており、時代の流れを感じています。



今年も、日常生活や身近な自然現象などから疑問や課題を見つけ、それを根気強く調べ、まとめた研究が数多くありました。また「エネルギー」（エコ）に着目した研究も例年に比べ多くありました。多分に「東日本大震災」の影響かと思われます。

さて、今「考える力の育成」が叫ばれ、思考力や判断力、表現力が大変重要視されています。科学研究は、このような力を身に付けさせる最適な学習の1つと言えます。

世界で初めて「iPS細胞」を開発した京都大学の山中伸弥教授が、先日テレビ出演していました。インタビューの中で、ご自身の経験を踏まえ「寄り道や失敗こそがチャンスを生む。」「予想外のことが起きたらチャンスだ。」などの話をされていました。児童生徒が行う科学研究にも、相通ずることがたくさんあると思いました。独創的なアイデアや研究を期待しています。（nh）

14 年ぶりの中国訪問



新潟工科大学・工学部・環境科学科
准教授 小野寺 正幸

この 9 月に 14 年ぶりに中国へ行って来ました。14 年前は、第 4 回環太平洋バイオテクノロジー会議に参加するためペキンへのみの訪問で一人旅でしたが、今回は、学生の海外研修の引率として、学生と職員いっしょにハルビンとペキンへの訪問でした。

9 月 4 日(日)に新潟空港から中国南方航空にてハルビンへと飛び立ち、昼過ぎにハルビン太平国際空港に着きました。天気は晴れで、気温は新潟市より低く、湿度も低かったせいか大変涼しく感じました。空港近辺には建物もあまり無く広大な原野が広がっているように見えてましたが、ハルビン市内へ入りますと、車線も片側 4～5 車線もあり、予想以上に車が走っていました。驚いたことに、その幹線道路を平気で横断する人々が多く、ガイドさんの話によると、横断歩道橋もあるがほとんどの人々は道路を横断しているとのことでした。横断する人々と車の運転者のあうんの呼吸というか、これが当たり前という感じでした。学生達も大丈夫かと皆びっくりしていました。たぶん事故もあるのではと勝手に想像しています。現在の中国では、車優先の社会で横断歩道が青でも右折車(中国は、アメリカと同じで日本とは反対です)が優先とのこと。14 年前のペキンでも車と自転車が接触した際、車の運転者が自転車の運転者へ大声で怒鳴っていたのを思い出しました。欧米や日本では考えられないことです。しかしながら、最近の中国新幹線衝突事故後のニュース等をみると人命重視みたいな意見も出始めていること等を見ますと、いずれは車より人が優先となる社会に変わるのも、もしかしたらそんなに遠くないかもしれません。

ハルビン滞在中は、ハルビン理工大学の日本語クラスの学生との交流会がありました。たしか 3 年生だったかと思いますが、皆さん大変上手に日本語を話していたのも驚きでした。中学から英語を勉強していますが、未だに英会話が上達しない筆者には何とコメントしたらよいのやら？また、中には、何度も東京の秋葉原へ行ったことがある学生もいたりして裕福な学生もいるものだとも思いました。本学の学生も会話が日本語だったかもしれませんが、かなり意気投合している学生もあり、大変有意義なものだったと思われます。さらに、交流会の一環として、日本人の日本語の先生とも話をする機会もありました。多くの日本語を勉強している学生は、大変勉強意識も高く、ネイティブな日本人と日本語での会話を渴望しているとのことでした。勉強したい学生へ教えることが出来ることは大変うらやましく思いました(問題発言だったりして?)。ペキンでは定番の万里の長城、明十三陵、天安門広場、故宮と研修というより観光の要素が強かったように思いましたが、筆者以外は皆初めてでしたので、それもよかったかもしれません。

何と言っても、「百聞は一見に如かず」です。十年後の中国はどうなっているのか自分の目で確かめたく思っています。

専門研修講座の様子 ～教育の充実に向けて～



9月に実施した講座の中から、「保・幼、小の円滑な接続」と「道徳教育授業づくり」の講座の様子についてお伝えします。

講師先生はじめ、受講されたみなさんのお陰で、とても充実した研修を行うことができましたこと感謝申し上げます。

9月1日(木)

保・幼、小の円滑な接続

上越教育大学教授 木村 吉彦 様

■ 講座の様子

保・幼、小連携の推進の関連講座は、今年度3回実施しました。今回はその最後の研修として、上越教育大学大学院教授 木村吉彦教授を招聘し「幼・保一小連携と子どもの育ちの見取り」と題して講義をしていただきました。市内全小学校と保育園、主な幼稚園及び教育委員会から100名を超える参加者を得ることができました。

①幼児教育と小学校教育の違い、②幼児教育と小学校教育をつなぐものとしての生活科のあり方、③自己実現体験としての遊びの意義、④スタートカリキュラム・アプローチカリキュラムの意義とポイントなど、大変分かりやすく提示していただきました。学校・園における明日からの実践や連携に寄与する有意義な研修となりました。



■ 受講者の感想から

◇子どもにとっての連続的な学びを考えることの大切さと、そのために小学校として、どのようなことができるのかを、改めて考えることができました。スタートカリキュラム、アプローチカリキュラム等による、それぞれの接続のために取り組みたいと思います。すばらしい内容のお話をありがとうございました。



◇「遊び」が「生きる力」の基礎を築く、とても大切な要素をたくさん含んでいることを教えていただきました。また小学校では、遊びの中で仲間とのかかわり方も学んでいくと考えています。幅広い見方で子どもの遊びの姿を見ていきたいと思いました。「In・About・For」でそれぞれの発達段階に応じて、子どもが身につけるべき力をわかりやすく理解することができました。中でも中学年の About については、個人の課題の追求が大切なのだということがわかりよかったです。

■ 講座の様子

上越教育大学から白木みどり准教授を講師に迎え、これからの道徳教育のあり方について研修しました。1回目は、道徳の時間における指導のポイント、2回目は道徳の時間を要とした教育活動全体を通じた横断的な指導の工夫について講義をいただきました。

①教育の目的から見える道徳教育の意義、②道徳の時間における導入、発問、終末の工夫（・資料を生かすポイントや補助資料の有効活用、・多様に考えその考えを深めていくための発問のあり方）、③学級や学校全体における道徳環境を整備するということの具体等、白木先生ご自身の豊富な実践を例示していただきながら、とても分かりやすく指導をいただきました。受講者にとって実践に役立つ実り多い研修になったと考えます。各校の道徳教育のさらなる充実に結びつけば幸いです。



■ 受講者の感想から

◇道徳の授業のあり方を考えさせられました。

自分の価値を押し付けている授業だったかもしれません。すべて生徒の生活に無理に落とそうとしていたかもしれません。そして、意見がなかなか出てこなかったのは、やはり自分の態度に問題があったのかもと、自分を顧みる機会にもなりました。生徒の多様な意見を引き出し、思考を深められる道徳授業を目指したいと思います。

◇道徳の時間に、子どもの多様な考えを引き出すことの大切さを改めて感じました。自分自身がねらいをしっかりともち、発問を吟味して

なければならぬ、授業での導入、展開、終末での工夫や発問、指名など、これからの授業を組み立てていく中で、生かし考えていきたいと思っています。授業の中で誰もが話し、思考を深めていく授業を実践できるよう心がけたいと思いました。具体的な実践例を交えながらのお話がわかりやすく、常に自分の授業と比較しながら聞くことができました。ありがとうございました。



◇たいへん勉強になりました。学校の教育活動全てに「道徳的配慮」が大切になるということが、心に残っています。清掃、給食指導など、子どもを育てる大切な場面であることを再確認しました。授業の話では、「難しいからできないのではなく、ギャップを埋める手段を考える」ということが心に残っています。大きい枠で、道徳の授業を考え、つくっていく視点を得ることができました。「道徳を苦しいもの」として考えるのではなく、自分から道徳に向き合い、興味関心をもっていくことが大前提だと、改めて考えることができました。ありがとうございました。

◇これまで、どの資料を扱うかということが優先され、どのように指導に生かすと効果的なのかという発想が不十分だったと感じました。今回のみの参加でしたが、構成するポイント、ヒントとなる視点をたくさんいただいたと感じました。自分の授業を見直すとともに、横断的な指導となるよう、年間指導計画等の再検討につなげられるよう、今後取り組んでいきたいと感じました。

■ 柏崎教育情報支援システム情報

講習会のテキスト・資料を登録しました

実施日	講座名／資料名
9/20	100_Word 活用 5
	Word 活用 5 .pdf (テキスト第 1 版)
	Word 活用 5 演習用例題.doc (演習用例題集)

■ スクールオフィス情報

学期構成設定の注意点

前期の通知表作成のテスト運用から、以下の点が明らかになりましたのでご注意願います。

■前期と後期の間に秋季休業が設定されている場合、設定によっては通知表の授業日数の集計が意図する値になりません。後期の開始日より前に休業日が設定されていると、その月の末日まで前期の授業日として計算されてしまいますので、秋季休業を含めて後期に設定してください。

×以下のような設定では正しく計算されません

4/1~	10/11-12	10/13~
前期	秋季休業	後期

○以下のような設定にすれば、正しく計算されます

4/1~	10/11~
前期	後期(10/11-12 は秋季休業)

スクールオフィス 2.0 学期構成の設定
学校基本情報管理 > 学期構成の設定

1年間の構成(学期)を設定します。

保存 リセット

学期

削	No.	名 称	開始日 (MMDD)
☐	1	前期	0401
☐	2	後期	1011
☐	3		

休業日

削	No.	名 称	開始日 (MMDD)	終了日 (MMDD)
☐	1	学年始休業	0401	0405
☐	2	夏季休業	0724	0825
☐	3	秋季休業	1011	1011
☐	4	冬季休業	1224	0107
☐	5	学年末休業	0325	0331
☐	6			

後期の範囲に入れて登録

■休業日となる行事の登録は、時間を指定しないこと。時間指定をした行事を「休業日」扱いで登録すると、行事予定表では休業日のように見えなくなります(色が授業日と同じになる)。しかし、出席簿、通知表、指導要録では授業日にカウントされない(休業日扱いになる)ようですので、年間行事予定表の授業日数と通知表や指導要録の授業日数のつじつまが合わなくなります。

■ 情報関連講習会のご案内

11 月に実施される講習会

◆H23.11.17(木) スクールオフィス名簿管理講習

スクールオフィスの学校基本情報における児童生徒名簿の管理について学習します。名簿の登録・修正、クラス分け、就学予定者、特別支援学級の児童生徒の登録方法などを扱います。

◆H23.11.18(金) スクールオフィス行事予定管理講習

スクールオフィスの学校基本情報における学校行事の管理、Excel との連携による効率的な管理について学習します。

◆H23.11.29(火) 疑問やトラブルに答える フリーQ&A その6

ICT 活用に関すること、パソコンのトラブルや疑問など、自由に相談できる機会を設けました。前日までにメールや電話で相談内容をご連絡頂ければ、内容に応じた準備をさせていただきます。(今回は他の講座との関連で日程が変更になる場合があります。参加希望の方は事前にご連絡をお願いします。)

■ セキュリティ情報

セキュリティアップデート情報

マイクロソフトより、10 月 12 日付で 10 月の定期更新として、Windows などの重要な更新が下記のように公開されました。まだ Update が済んでいないようでしたら、至急 Windows Update などを実施していただくようお願いします。

No.	更新の内容	対象	深刻度
1	MS11-075 Microsoft Windows の脆弱性に対処 Microsoft Active Accessibility の脆弱性により、リモートでコードが実行される (2623699)	Windows XP,Vista,7, 2003Server, 2008Server	重要
2	MS11-076 Microsoft Windows の脆弱性に対処 Windows Media Center の脆弱性により、リモートでコードが実行される (2604926)	Windows Vista,7	重要
3	MS11-077 Microsoft Windows の脆弱性に対処 Windows カーネルモード ドライバーの脆弱性により、リモートでコードが実行される (2567053)	Windows XP,Vista,7, 2003Server, 2008Server	重要
4	MS11-078 .NET Framework の脆弱性に対処 .NET Framework および Microsoft Silverlight の脆弱性により、リモートでコードが実行される (2604930)	Windows XP,Vista,7, 2003Server, 2008Server	緊急
5	MS11-079 Microsoft Forefront の脆弱性に対処 Microsoft Forefront Unified Access Gateway の脆弱性により、リモートでコードが実行される (2544641)	Forefront Unified Access Gateway 2010	重要
6	MS11-080 Microsoft Windows の脆弱性に対処 Ancillary Function ドライバーの脆弱性により、特権が昇格される (2592799)	Windows XP, 2003Server	重要
7	MS11-081 Internet Explorer の脆弱性に対処 Internet Explorer 用の累積的なセキュリティ更新プログラム (2586448)	IE6,7,8,9	緊急
8	MS11-082 Microsoft Host Integration Server の脆弱性に対処 Host Integration Server の脆弱性により、サービス拒否が起こる (2607670)	Host Integration Server 2004,2006, 2009,2010	重要

注意 **警告** **重要** **緊急** は右側ほど深刻度が高く、緊急の対応を要します。



平成23年10月26日
(科学技術教育センターだより)

研修会・事業の一コマ

・・・ 研修会の様子&参加者の声など ・・・

たくさんのご参加、ありがとうございました！

○ 第46回柏崎刈羽地区児童生徒科学研究発表会

◇内 容 10月4日(火)に教育センターを会場に、小・中学生あわせて35グループが研究の成果を報告しました。研究テーマの着眼点の面白さや、工夫を凝らした実験方法に驚かされました。また、発表者の堂々と受け答えする姿から、研究内容が自分のものになっている様子をうかがうことができました。特に中学校の部では、発表会が進むに連れて質問の内容の質がどんどん上がっていく様子がとても印象的でした。子どもたちのがんばりとともに、先生方の丁寧なご指導にも感謝いたします。継続研究も数点ありましたが、新しく科学研究にチャレンジした子どもたちが多く、次回へのステップアップが楽しみです。たくさんの子どもたちに、「研究することの楽しさ（新しいことを見つけだす楽しさ）」を味わってもらいたいと思います。



★入賞おめでとうございます！（第46回柏崎刈羽地区児童生徒科学研究発表会 審査結果一覧）

【小学校中学年の部】

No	学校名	学年	氏 名	ふりがな	題 目	審査結果
1	剣野小学校	4	松本 陽花	まつもと はるか	水をすい上げる力	奨励賞
2	二田小学校	4	米山 瑞希	よねやま みずき	さびについてくせいしつやどうしてそうなるか大研究	優秀賞
3	大洲小学校	3	品田 大誠	しなだ たいせい	電気の研究	奨励賞
4	剣野小学校	4	木村 翼沙	きむら つばさ	紙飛行機がよく飛ぶ紙の種類を見つけよう	奨励賞
5	刈羽小学校	3	小林 可廉	こばやし かれん	わりばしの台の強さの実験	奨励賞
6	野田小学校	4	山田 凌	やまだ りょう	氷を なかなか とかさない方法	優秀賞
7	大洲小学校	4	米谷 佳也	よねたに かや	料理は科学	奨励賞
8	剣野小学校	3	田村 柚子	たむら ゆず	わたしのカナヘビ図鑑	優秀賞
9	二田小学校	4	中澤 桃花	なかざわ もか	カイワレ大根の育ち方	奨励賞
10	榎原小学校	3	小林 未来	こばやし みらい	野さいのうきしずみ実けん	奨励賞

【小学校高学年Aの部】

No	学校名	学年	氏 名	ふりがな	題 目	審査結果
1	荒浜小学校	5	品田 圭輔	しなだ けいすけ	カビの研究	奨励賞
2	剣野小学校	6	本多 泰我	ほんだ たいが	でんぶんのある野菜調べ	奨励賞
3	内郷小学校	5	中野 健太	なかの けんた	カビのふえ方の研究	奨励賞
4	榎原小学校	6	内山 憲生	うちやま けんせい	油の不思議	優秀賞
5	新道小学校	6	村山 圭吾	むらやま けいご	アゲハチョウの成長の観察（2）～食草の違いから考える～	優秀賞
6	大洲小学校	5	小堺 夕海	こざかい ゆな	リトマス試験紙で実験	奨励賞

【小学校高学年Bの部】

No	学校名	学年	氏 名	ふりがな	題 目	審査結果
1	内郷小学校	6	鈴木 鴻介	すずき こうすけ	浮き草の増え方とその条件	優秀賞
2	比角小学校	5	伊藤 琴海	いとう ことみ	じょうぶなシャボン玉のまくをつくる研究	優秀賞
3	大洲小学校	6	内山 七海	うちやま ななみ	私の野菜づくり ～パートII～ ジャガイモづくり	奨励賞

4	荒浜小学校	6	巻口 将一郎	まきぐち しょういちろう	塩水の研究	奨励賞
5	野田小学校	5	新澤 真衣	しんざわ まい	野菜のうきずみ	奨励賞
6	剣野小学校	6	栗林 文香	くりばやし ふみか	虫たちのすきな色と光	奨励賞

【小学校高学年Cの部】

No	学校名	学年	氏 名	ふりがな	題 目	審査結果
1	大洲小学校	6	浅賀 海瞳	あさが かいと	酸性雨の研究III	優秀賞
2	米山小学校	5	伊藤 万紘	いとう まひろ	クモの研究	奨励賞
3	柏崎小学校	6	小杉 夏実	こすぎ なつみ	しょうゆの酸化について	奨励賞
4	剣野小学校	5	片桐 啓太	かたぎり けいた	紙飛行機を遠くに飛ばす方法	優秀賞
5	内郷小学校	6	野村 陽奈子	のむら ひなこ	カップめんの秘密 ～めんは時間がたつとどう変化するの？～	奨励賞
6	比角小学校	6	小野寺 凜	おのでら りん	打ち水の効果	優秀賞

【中学校の部】

No	学校名	学年	氏 名	ふりがな	題 目	審査結果
1	第二中学校	2	南雲 恭	なぐも きょう	コイルガンの制作と威力の測定	優秀賞
2	瑞穂中学校	1	山崎 海登	やまざき かいと	「液化現象についての自由研究」	奨励賞
3	西山中学校	1	五十嵐 由樹	いがらし ゆうき	燃料電池の研究	奨励賞
4	刈羽中学校	2	室星 拓翔	むろほし たくと	貝の研究	優秀賞
5	第三中学校	1	小林 成海	こばやし なるみ	電気が全くいないエコ・ラジオを作る!! 2011～鉱石の代わりの物を作る!～	奨励賞
6	東中学校		科学部	かがくぶ	風力発電の研究	奨励賞
7	西山中学校	1	石積 美唯	いしづみ みゆ	布の水にしみこみやすさの研究	奨励賞

○ 小学校5年「流れる水の働き①鵜川方面」(10月12日実施)

◇講師 柏崎市教育委員会 品田 やよい
◇内容 夏の大雨の影響で延期していた(8月4日開催予定)研修会でしたが、無事開催することができました。鵜川の源流から河口までをたどるコースでした。鵜川の源流の1つである市野新田の不動滝を見た後、上流の折居橋で水の働きで削られた崖と大きな石を観察しました。また、野田地区では、少しずつ広がっていく河床と次第に小さくなっていく石を見ることができました。川原に降りて実験したり、観察したりできる場所もいくつかありました。中流域である黒滝、新道地区では、上流域と比較しながら流れについて確認しました。時間の関係で河口までは行くことができませんでしたので、最後に新金曲橋たもと(常盤台)から、川幅、川の流れの速さを実感しました。川の観察には、地区の施設を借用することもあると思います。その場合のお願い等についても確認しました。



○ 要請研修「科学実験教室」(10月11日実施)

◇会場 剣野小学校
◇内容 液体窒素を使って-196℃の世界を体験しました。花を凍らせたり、ゴムボールを割ったりするなどの定番実験のほかに、温度の変化による体積変化や状態変化の実験を行いました。子ども達にとっては、空のフラスコを冷やすといつの間にか液体がたまっていたり、膨らませた風船が縮んだりもとに戻ったりする様子がとても不思議だったようです。

★紹介します！おススメ教材！

（センターの教材は貸し出し可能です。どうぞご利用ください。）

※センターの教材については、貸し出し期間は原則1週間です。ほかに予約が入っていないければ延長することも可能です（要電話連絡）。

○実験用カセットコンロ 実験用カセットコンロが6セットあります。実験用のコンロは、炎がビーカーの底に集中して当たるので、速くお湯を沸かすことができます。家庭用のカセットコンロもあります。お問い合わせください。	○液体窒素実験セット 液体窒素の実験をするために必要なジュワービン、液体窒素貯蔵容器があります。液体窒素はシマキユウで購入することができます（市会計伝票可）。面白実験や、状態変化の実験でご利用ください。
○ペルチェモジュール実験セット 演示用にプロペラモーターセットのついたペルチェモジュール実験セットが1組、班実験用のペルチェ素子実験セットが6組あります。ペルチェ素子に電流を流すと素子の裏表で温度差が生じる「ペルチェ効果」やペルチェ素子の上面と下面の温度差を与えることによって発電する「ゼーベック効果」を確認することができます。	○透視度計 川の水の濁り具合を、確認するのに使います。アクリルパイプに水を入れ、中の白い板に描いてある十字が見えなくなったときの水深を調べます。総合的な学習などで、水質調査を行うときにご利用ください。

ご協力おねがいします！

○ 青少年のための科学の祭典 スタッフ募集！

青少年のための科学の祭典2011（秋）を11月19日（土）に工科大学で開催します。今回も、先生方にブーススタッフとしてご協力いただきたいと思います。科学クラブのネタに困っている、子どもたちと一緒に楽しめるものづくりネタを探している先生方、どうぞご参加ください。

11月の行事予定（研修会など）

○ 小学校4年「ものの体積と温度」

◇日 時 11月25日（金）

◇内 容 温度の変化によって体積が変化することを視覚的にとらえることができる教材を紹介します。つまづきやすいところの指導法について、具体的に実験をしながら予備実験を兼ねた実習をしましょう。

○ 小学校5年「もののとけ方」

◇日 時 11月8日（火）

◇内 容 再結晶の様子をダイナミックに観察できる実験や、観察の視点を焦点化する実験、「溶ける」様子（シュリーレン現象）の観察に適した実験方法などを紹介します。重さを手掛かりに「溶ける」現象を考えさせる単元の構成にもふれながら、予備実験を兼ねた実習をしましょう。

○ 青少年のための科学の祭典2010 柏崎刈羽大会

◇日 時 11月19日（土）10:00～15:30

◇会 場 新潟工科大学

◇内 容 現象の不思議を体験し、楽しみながら原理に気づかせる実験などを行います。子供たちは原体験があってはじめて、その仕組みを学んだときに実感をもって深く理解できるようになります。子どもたちが今後の科学概念を伸ばしていくための原点となるような多くの体験を準備します。

心の窓

No.146

〒945-0833 柏崎市若葉町2-31

TEL 0257(23)4591 (代表)

FAX 0257(23)4610

カウンセリングルームから

ストレスと上手に付き合うには…



ストレスという言葉は、とても一般的な言葉になりました。大人だけではなく、子どもとストレスという観点からも、多くの研究がなされています。

ストレスをため続けていくと、心身に様々な問題が発生する危険性が高くなります。例えば、身体の変化としては、腹痛や頭痛、肩こりなどが考えられます。心の変化としては、イライラすることや、気持ちの落ち込みなどが挙げられます。さらに、行動面では、引きこもりや攻撃的行動なども現れやすくなります。

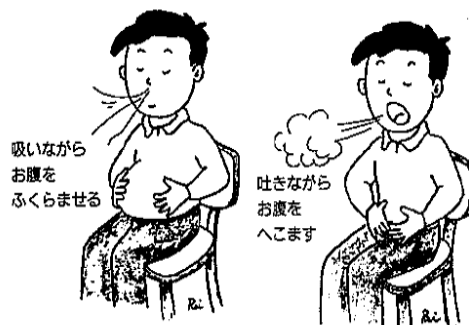
そこで、ストレスと上手に付き合うためには、ストレスを、「問題となる出来事や状況」と、そのことに伴う「心・身体・行動の変化」とに分けて対処を考える視点が重要です。まず、「問題となる出来事や状況」そのものへの対処です。例えば、問題に関する情報を集める・十分練習して自分のスキルを高める・話し合って人間関係の調整を図ることなどが挙げられます。その際、実際に行動する前にイメージトレーニングをすることも有効です。次に、問題に直面することに伴って起きる「心・身体・行動の変化」への対処です。例えば、音楽を聴いたり、身体を動かしたりすることに効果があるとされています。後者に関して、心理学的な技法も多数あります。そのうちの一つを紹介します（下記を参照ください）。

ストレス対処の方法は、複数ある方がよいとされています。日ごろから、自分に合った方法を幾つか考えておき、ストレスと上手に付き合い、親子で心身の安定を目指しましょう。

【呼吸法】

- ①姿勢を整える
- ②静かに閉眼する
- ③吸っている息をすべて口から吐き出す
- ④「1, 2, 3」で鼻から息を吸いながら、
お腹をふくらませる
- ⑤「4」でいったん止める
- ⑥「5, …, 9, 10」で、口から息を吐き出しながら、
お腹をへこませる
- ⑦ ④～⑥を3分間行う
- ⑧肘の屈伸や伸びなどをする

- 1, 2, 3……………鼻から息を吸い
- 4……………いったん止め
- 5, 6, 7, 8, 9, 10……口から息を吐き出す
- ※「吸う」より「吐く」ほうに重点を!



[引用文献・参考文献: 山中寛 富永良喜(編著)(2002). 動作とイメージによるストレスマネジメント教育(基礎編)—子どもの生きる力と教師の自信回復のために— 北大路書房]

[参考: <http://heart311.web.fc2.com/stressmanagement.html>]

(文責 相談員 栗脇 瞳)

今更ですが…。ふれあいルームの一日を紹介します。

< ふれあいルームの一日 >

- 9:30 朝の会 今日の活動・学習の確認
9:45 <個人学習> マイブランチタイム
10:45 <相互の交流活動> ふれあいタイム
11:45 活動の後片付け
帰りの会 反省と日誌の記入
- ☆ 年間計画に基づき“体験活動”を（下記参照）午前・午後通して行います。
☆ 通級児童生徒の希望により、午後の時間を自主的な学習等をして過ごすことも可能です。

体験内容例



- マイブランチタイム 教科学習・読書・絵画・工作 等
ふれあいタイム バトミントン・卓球・キャッチボール・バレーボール・パズル・オセロ・将棋・トランプ・UNO・折り紙 等
体験活動 遠足・登山・宿泊体験・サイクリング・栽培活動・収穫活動・調理・笹だんご作り・そば打ち体験・水泳体験・陶芸教室・ヨガ体験スケート教室・スキー&スノーボード教室等

7月頃から、ふれあいルームの通級生が増えています。現在ふれあいには、16名在籍しています。（完全に学校復帰している生徒もいます。）

学年も様々で、下は小2、上は中3と幅広い年齢です。この異学年が、ふれあいルームという部屋で一緒に学習したり遊んだり活動しています。

ふれあいルームの一日は、左の表の通りです。

1時間の学習の内容は、様々です。計画的に学習を進めている通級生もいますし、教科書を受け付けられない状態の通級生もいます。そんな時は、本人がやれそうな教科や内容のプリントを選んでやっています。

ふれあいタイムは、自由な活動の時間です。人との関わりに

不安・緊張が大きい通級生が少しずつでも他の通級生と関わりがもてるように支援しています。最初の頃、いじめ体験がトラウマとなり、人と接することができなかった子が今では、自信をもって関われるようになっていきます。「子どもたちは、やる気スイッチが入りそのことを認め励ましてくれる親や見守ってくれる誰かがいれば、予想もしないほどの結果を出すことができる」のです。ふれあいルームは、みんな頑張っています。

（文責 ふれあいルーム指導員 池田恵里子）

教育相談班 11月の予定

《カウンセリングルーム》

いろいろ体験グループ(SST)

- 4日(金)16:30~17:30 小学生Aグループ
11日(金)16:30~17:30 小学生Bグループ
18日(金)16:30~17:30 小学生Cグループ
24日(木)18:30~20:00 中学生第1グループ
25日(金)18:30~20:00 中学生第2グループ



《ふれあいルーム》

- 9日(水) 陶芸教室(2)
中旬 調理実習
18日(金) 陶芸教室(3)

育成センター通信

0831

柏崎市青少年育成センター
〒945-0833 柏崎市若葉町 2 番 31 号
TEL0257-20-7601 FAX0257-23-4610
ikusei@city.kashiwazaki.niigata.jp

11・12月の予定

(11月)

日	曜	こ と が ら
8	火	昼間育成
17	木	夜間育成 (南中 P 第一中 P)
28	月	昼間育成

(12月)

日	曜	こ と が ら
9	金	昼間育成
14	木	夜間育成 (松浜中 P 鏡沖中 P)
22	木	昼間育成

中高生と大人の座談会が開かれる！

～世代を超えて活発な意見交換～

去る8月21日(日)に「中高生と大人の座談会」が市民プラザで開催されました。「地域の中で自分を生かす～夢を語ろう～」をテーマに、市内の中学校12か校から37名、高校7か校から14名、PTA40名そして青少年育成委員46名を合わせ総勢132名が参加しました。開会式に引き続いて、各校の高校生の代表者からテーマに沿って発表があり、その後、7部会に分かれ、地域とのかかわりについて、熱心に話し合われました「中高生は、地域にどうかかわるかを考える機会に、大人は子どもたちにどうかかわっていったらよいかお互い意見交換を行いました。

中高校生からは、「地域と交流を深めるためには、地域行事に積極的に参加することが大切



だ」「あいさつも地域とのかかわりには大事なものだ」と改めて感じた」「あいさつから始めていろいろな活動に参加していきたい」「地域とのかかわりについて、色々なことを学ぶことができた」「夢をもつことは大事だ。将来柏崎に恩返しするという意味でもこのまちで働きたい」などの意見がありました。PTAから

は、「今の中高生の意見を聞いてとても感動した。これからの地域や、家族とのかかわりについてとても参考になることがたくさんあり、有意義な時間だった」の声がありました。



平成23年度「青少年を取り巻く社会環境の実態調査」 結果をお知らせします

青少年を取り巻く社会環境の実態を把握し、青少年を非行から守り、健全育成を図るため、毎年7月「青少年の非行問題を取り組む全国強調月間」において県内一斉に実態調査を行っています。青少年育成委員や青少年健全育成市民会議の皆さんのご協力により、調査した柏崎市の結果です。

調査項目 \ 年度	17 年度	18 年度	19 年度	20 年度	21 年度	22 年度	23 年度	前年比
酒類自動販売機台数	21	23	※	18	13	13	9	-4
タバコ自動販売機台数	232	211	※	189	175	172	159	-13
酒類販売のコンビニ店数	15	26	※	28	31	31	36	+5
タバコ販売のコンビニ店数	20	29	※	31	35	35	36	+1
有害ビデオ自動販売機台数	26	17	※	16	11	11	15	+4
一部有害図書販売書店数	11	11	※	—	10	10	8	-2
一部有害図書販売コンビニ店数	24	28	※	30	34	34	34	0
ゲーム場数	7	10	※	8	9	8	6	-2
エアースフトガン取扱店数	5	7	※	6	4	4	4	0
大人のおもちゃ販売店数	1	1	※	—	1	1	1	0
成人向ビデオ販売書店数	10	10	※	—	6	6	5	-1
成人向ビデオ貸出店数	7	7	※	8	5	5	5	0
カラオケボックス店数	4	4	※	4	4	4	4	0
マンガ喫茶・インターネットカフェ			※	2	1	1	1	0

○ 有害ビデオ自動販売機台数+4は、昨年度調査もれのためであり、既に実在している。

※ 19年度は、地震のため未実施

調査結果から

昨年と比較すると、実態はコンビニ店が若干増えてきていますが、一方タバコ自販機や酒類自販機、ゲーム場は減少しています。特にタバコ自販機の大幅な減少は、喫煙率の低下やタスポの普及低迷、コンビニとの競合によるものと思われます。これは、全国的な傾向といえます。

被害者の心のケア再考

教育相談係長 小林 東

2010/11/27に内閣府が主催した「犯罪被害者週間国民のつどい兵庫大会」で、犯罪被害者遺族のきょうだいの立場から基調講演された伊藤裕美さんの手記が「犯罪被害者兄妹の手記」として内閣府のホームページに公開されている。

http://www8.cao.go.jp/hanzai/whitepaper/w-2009/html/zenbun/part2/s2_6_7c9.html

事件当時大学生だった伊藤さんの兄は、ひったくりの車を止めようとしてひき逃げされ車体に巻き込まれて引きずられて死亡してしまう。その後、伊藤さんは周囲からの何気ない言葉によって深く傷ついていく。「ご両親は大変だから、あなたが頑張って、ご両親を支えてあげるんだよ」「過去を振り返らないで」「お兄さんの分まであなたがしっかり生きなくては」etc。

そんな中、身近な人のかかわり、特に学友からの気遣いや支えによって疲れ果てた心とからだが癒されていったという。「周囲の人の幸せが自分の我慢の上にあるなんて嘘だ。まず自分が幸せじゃなきゃ、周囲の人を幸せにはできない。」それを聞いて伊藤さんは頑張りすぎることをやめる。

傷ついた遺族の心に寄り添い心のケアをするのは専門家にしかできないということは無い。また、同じ遺族同士・家族同士の力だけできょうだいをケアするのは十分ではない。親も悲しみに打ちひしがれている自分を保つのに精一杯で、夫婦関係や親子関係がぎくしゃくしてしまうのは当然だ。「こうすべき」を超えて、ありのままの心に寄り添ってくれた、ともだちの力、仲間の力、に伊藤さんは救われる。

最後に伊藤さんは手記の中で、「事件後に学校に心のケアが提供されるというニュースを聞きますが、遺族のきょうだいに臨床心理士が寄り添ったというニュースを聞いたことがない。是非、遺族のきょうだいを支援してほしい。」と訴えている。全くの同感である。当事者の訴えであるだけに強く胸に突き刺さる。

未来予想図

教育研究班（科学）

協力員 酒井 智子

先日、姉から一枚の写真がメールで送られてきた。「え？誰コレ？私？ではないよね？」どうやら、データの整理をしていて甥の子どもころの写真を見つけたらしい。

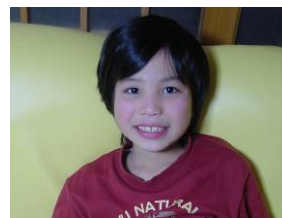
甥は、私達が子どもころを思い出させる顔をしていた。幼いころ、姉に連れられ我が家に遊びに来て迷子になった際も、「この顔は絶対酒井さんちね」とその顔を手がかりに無事送り返されてきたツワモノだ。酒井の血、強し！

昔から我が家はそっくり母娘で通っている。さらに、母と伯母も似ている。本人達を目の前にしているときはあまり思わないのだが、写真などを通すとびっくりだ。・・・酒井の血というよりは、母方の血か？

私は三人姉妹の真ん中だ。中学生のころまで、よく妹と双子に間違われていた。大人になり、お互い顔つきが変わってきたようで、間違われることもなくなったが、最近は、姉とよく間違われる。「この間、〇〇にいたでしょ～」の話題は、注意が必要だ。大体の場合、私はそこにいない。怖いのは、鏡や写真を見ながら「自分でも（姉と）似ているよな～」と思うことだ。

以上のことから見えてくるものがある。これから、私が年を重ねていくと、こういう顔になっていくということか・・・。

※ちなみに、冒頭の彼は10年を経て、幸か不幸か、今はすっかり向こうの家の顔になっている。



####

平成23年度 月間予定表

11月

柏崎市立教育センター

日	曜	研修・行事・会議	内部事務▼・出張等	関係事業・施設貸出等
1	火	科・上越地区教職員理科研究発表会	▼所内会議 13:00 就学指導小中部会 (教育分館；小林) 13:30～	
2	水		スクールカウンセラー等活用事業連絡協議会(新潟市役所：小林)14:00～16:30 市教委計画訪問(荒浜小：矢沢)	
3	木	文化の日		
4	金	研・技家第三中学校研究発表会(三中) 相・いろいろ体験G小A	第三中学校研究発表会(中山)	
5	土			
6	日			
7	月			社会性育成リーダー研修会
8	火	科・小5「もののとけ方」(15:00～16:45) 情・スクールオフィス行事予定管理講習	市教委計画訪問(松浜中；矢沢) 第2回就学指導委員会(教育分館；小林) 14:20～	育・昼間育成(16:00～18:00)
9	水	小中合同音楽会 ふ・陶芸教室②	キッズサポート(元気館；小林)13:30～	いなほの会相談会(小林)19:00～
10	木	小中合同音楽会 科・いきわく二次審査	学校訪問(北鯖石小；小林、笠木)15:00～	
11	金	科・いきわく二次審査 相・いろいろ体験G小B	12月補正予算ヒアリング(所長)9:00～ 大手町小研究発表会(矢沢)	
12	土	南鯖石小学校閉校式典	南鯖石小閉校式(所長・矢沢)	
13	日			
14	月	相・班会議 研・子どもの虐待防止講演会(市民プラザ)15:00～16:45	第一部決算委員会(所長・小林)10:00～ 子どもの虐待防止講演会(所長)13:30～ 要対協研修会(市民プラザ；小林、矢嶋)13:00～	
15	火			
16	水		市教委計画訪問(二中・矢沢) らっこクラブ(元気館；矢嶋)9:15～12:00	
17	木	情・スクールオフィス名簿管理講習(15:00～16:45)	木曜研(精神医療センター；矢嶋)13:30～	育・夜間育成(南P・第一P)
18	金	科・科学の祭典前日準備 ふ・陶芸教室③ 相・いろいろ体験G小C 日吉小学校研究発表会	算数研究発表会(日吉小・矢沢)	育・県青少年指導員等研修会 新発田市生涯学習センター
19	土	科・青少年のための科学の祭典② 石地小学校閉校式典	石地小閉校式(所長・矢沢)	
20	日			
21	月		鏡が沖中学校区訪問(半田小・矢沢)	
22	火	研・性教育(15:00～16:45)	定例教育委員会(所長)13:30～	
23	水	勤労感謝の日		
24	木	研・思春期における精神障害を起こす子への対応(15:00～16:45) 相・いろいろ体験G中②	キッズサポート(元気館；矢嶋)13:00～	
25	金	科・小4「ものの体積と温度」(15:00～16:45) 相・いろいろ体験G中	中越地区管内指導主事連絡会(アトリウム・矢沢)	
26	土			
27	日			
28	月	科・上越地区センテキスト会議 相・班会議 研・中学校英語教科指導法(15:00～16:45)	OJT研修(教育分館；矢嶋)15:30～	育・昼間育成(16:00～18:00)
29	火	研・同和教育現地研修(上越)13:30～16:45 情・疑問やトラブルに答えるフリーQ&A⑥		
30	水	研・大洲小学校国語研究発表会(大洲小) ふ・ルーム会議	大洲小学校研究発表会(中山)13:00～	
研・教育研究班 科・科学技術教育 相・教育相談班 ふ・ふれあいルーム 情・情報教育研修 育・育成センター 【 】は未確定の行事・時間				

平成23年度 柏崎市立教育センター参加・利用状況

研 修 講 座 ・ 事 業 名			6月の 利用数	7月の 利用数	8月の 利用数	9月の 利用数	H23年度 利用合計数	
教育 研究 班	専門研修講座(情報・科学を除く) *		9回	7回	17回	7回	47回	
			265人	189人	368人	250人	1210人	
	共催研修、研修講座		1回	0回	0回	0回	2回	
			49人	0人	0人	0人	95人	
	調査研究員会,教科研修員会		1回	3回	0回	0回	5回	
			6人	3人	0人	0人	31人	
	教育情報化研修講座 *		7回	12回	9回	4回	42回	
			38人	83人	97人	14人	338人	
	情報教育主事の要請支援等		12回	8回	7回	14回	62回	
334人			25人	35人	128人	650人		
教育 研究 班 ・ 科学 技術 教育	その他の相談・利用・参加数		0回	0回	0回	0回	1回	
			0人	0人	0人	0人	22人	
	教科書センター利用閲覧数		159人	91人	12人	9人	293人	
	理科研修講座 *		2回	3回	6回	0回	15回	
			13人	40人	60人	0人	166人	
	学校等の要請研修		1回	9回	1回	1回	14回	
			30人	474人	1人	113人	831人	
	地域の自然研修・観察会		1回	0回	0回	0回	3回	
			13人	0人	0人	0人	53人	
科学教育振興事業(科学の祭典・科学教室等)		2,000人	0人	771人	2,425人	5196人		
理科教育の相談・支援		7件	12件	5件	14件	67件		
理科教材・物品の貸出		3件	9件	7件	10件	33件		
(教職員研修の合計)		13人	40人	60人	2人	168人		
教育 相談 班	カウンセリングルーム来室相談		新規相談件数	28件	23件	21件	19件	152件
			のべ相談件数	80件	78件	89件	104件	454件
	学校訪問相談		17回	9回	6回	11回	62回	
	電話相談		1件	3件	1件	2件	9件	
	ソーシャルスキルトレーニング		4回	4回	4回	0回	16回	
			21人	21人	22人	0人	90人	
	ふれあいルーム在籍人数		小学生	3人	6人	7人	7人	27人
			中学生	9人	9人	9人	9人	54人
	ふれあいルーム通級日数		22日	15日	3日	20日	96日	
	ふれあいルーム通級のべ人数		小学生	17人	29人	13人	71人	169人
			中学生	90人	63人	14人	86人	423人
ふれあいルーム学校復帰人数(部分復帰を含む)		7人	9人	5人	13人	49人		
教育団体, P T A, 市民等の利用			238人	156人	437人	276人	1726人	
教育センター事業の参加・利用総数			3,409	1,308	1,959	3,532	12,070	
教育センターにおける教職員研修講座 (* 印の合計)			18回	22回	32回	11回	104回	
			316人	312人	525人	264人	1,714人	

ガリレオ・ガリレイはイタリアの天文学者
で近代科学の父と言われ、経験的・実証的方
法を用いる近代科学の端緒を開いた人です。

新しい教育の創造を志向する私たちにも
ガリレオ・ガリレイのごときたゆまざる創造
と検証の精神が必要であるという趣旨から
情報紙の名称を「GALILEI」としています。

教育センター・青少年育成センターの情報
とともに、柏崎の教育を広く発信していきま
す。

所報「GALILEI」 平成23年10月末日発行

編集・表紙写真 中山 博迪

「ガリレイ」に関する意見・感想は、下記へ

E-mail nakayama@kenet.ed.jp



柏崎市立教育センター

TEL(代表) 0257-23-4591
FAX(代表) 0257-23-4610

教育研究班・情報教育 TEL・FAX 23-1168
教育研究班(科学技術教育) TEL 20-0212 FAX 20-0205
教育相談班(カウンセリングルーム) TEL 32-3397
// (電話相談) TEL 22-4115
E-mail k-center@city.kashiwazaki.niigata.jp

柏崎市青少年育成センター

TEL(代表) 0257-20-7601
FAX(代表) 0257-23-4610

〒 945-0833 新潟県柏崎市若葉町 2-31