

五常

編集発行
コミュニティ協議会
広報委員会

人口
7,696人
世帯数
3,180世帯
令和元年12月現在

ひびけ楽の音 高らかに！ 第11回 五常文化祭 開催



去る10月27日(日)、恒例の五常文化祭が開催されました。今年で早くも11回を数えます。愛しいわが子同然の作品たちを披露して下さった出展者の皆様、有難うございました。いずれの作品も創意に加え、地道な辛抱強い作業の末に完成したのが見てとれ、頭が下がる思いです。龍の子太郎のお話を聴いて、心に残る一場面を絵で表現した四中学生の作品など、佳作揃いで驚きました。最近の中学校では、感受性



を育むこんなカリキュラムも実施されているんですね。最高の盛り上がりを見せたのは、今年もやはり香里丘高&四中のジョイントコンサート。震え踊る音の響きを、体じゅうで感じとれる、ライブの迫力に優るものはありません。魚たちが群れ泳ぐ、海中の美しい世界も、実際に体験すれば映像の比ではありませんものね。しばらくは会う人ごとに「♪よかったね」と賛嘆の声を漏らされ、余韻



いまだ消えずの感がありました。聞けば一年を通じ、ほとんど休みなく練習を積み、全パートが正確な音程を重ね合わせる事により初めて、心を揺さぶる重厚な音が出るそうです。こつとして多くの人によるこんで貰えるのは、奏者としても励みに

なるこの事なので、次回もまた一年の練習の成果として、力強く美しい調べを、聴かせてもらえればと思います。

今回の来場者数は、約270名。昨年比で微増といった所でしょうか。来年も引き続き開催を予定していますので、写真、絵画、園芸など、作品作りを趣味にしておられる方は、奮って出展下さいませよう、お願致します。



今年も会場設営から撤収まで、実行委員およびボランティアの皆様方に、大いに奮闘頂きました。深く感謝いたします。お疲れさまでした。



五常校区コミュニティ協議会

専門部会の紹介3

スマイル

校門安全監視ボランティア

代表 倉洋子



平成13年6月 大阪教育大付属池田小学校に男が侵入し、8名の児童が亡くなり13名の児童と2名の先生が大けがを負う事件が起こりました。この事件後、大阪府内の小学校は門を閉め、訪問者のチェックを厳しくしました。が、平成17年2月に寝屋川市の小学校に卒業生が侵入し、二人の先生を刃物で切り付け一人の先生が亡くなり、もう一人の先生が重傷を負うという事件が起こり、

教育関係者や市民・保護者に衝撃を与える事になりました。

これらの事件を受け大阪府教育委員会と枚方市教育委員会は正門の安全監視制度を作りました。

現在、五常小学校では正門を入つてすぐのところにあるボックスで安全監視活動を行っています。ボックスの中には携帯電話が設置してあります。さらにインターホンはモニター付きの解錠システムのついた鍵になっており、職員室で受けるインターホンの子機が増設され、正門の監視カメラで24時間監視と同時に録画されるようになっていきます。

現在、午前中の4時間は地域のボランティアや保護者ボランティアで、午後からはシルバー人材センターから派遣されている安全監視員で監視活動をしています。今まで不審者の侵入などの被害はなく安全が確保されています。

安全監視活動をしながらか、ボランティアの皆さんで校門付近の清掃や花の植え替えを行い、一年を通して季節を感じていただけるような取り組みもしており、児童や保護者の皆さんだけでなく、近隣の皆さんにも喜んでいただいています。

青少年育成指導員

代表 窪田 哲也

青少年育成指導員は、青少年の健全育成を目的とし、枚方市内で361名(5月1日時点)が枚方市長より委嘱されて活動にあたっています。現在五常校区では、校区内の世帯数に応じて、7名の青少年育成指導員が割り当てられ、香里ヶ丘5、6、7、8丁目、東中振1、2丁目、菊丘南町の各地区から1名ずつ選出されています。

主な活動としては、毎月1回校区内をパトロールしています。その際、非行に走る子どもがいなかの確認とともに、大阪府青少年健全育成条例に「正当な理由がないかぎり16歳未満の者は、午後8時以降の外出を禁止する」という保護者の努力義務の条項がありますので、それに基づいて、公園等で保護者の監督なしに遊んでいる子どもがいたら、早く帰るように声掛けもさせていただいています。また、青少年にとっての「有害図書」が適正に販売されているかの調査をしたり、研修会を実施し近隣校区の青少年育成指導員との交流もしています。その他、「五常こ見守り隊」の活動と連携しながら、登下校中や校区内で遊んでいるときに子どもたちが

が不審者に出会ったときに緊急避難できる場所として「こども110番の家」の黄色い旗を設置していただけるようお願いし、子どもたちが安心して登下校や遊ぶことができる地域環境を整える活動もしています。

五常校区の現状ですが、パトロールをしているかぎりでは、夜暗くなつても公園で遊んでいるという子どもはいませんし、「有害図書」を販売している店舗もほとんどありません。また、現在28件のご家庭・事業所に「こども110番の旗」を設置していただいています。



この旗を設置していただくご家庭が多ければ多いほど、不審者に対する心理的圧迫となり、犯罪を未然に防ぐことができると考えられます。

今後も地域の皆様とともに、五常校区の子どもたちが健全に育つように活動してまいりますので、よろしく願います。

怒りをコントロールすることができません(3)

怒るときのNGワード やってはいけない怒り方 ②

◎避けるべき四つの怒り方

(1)強度の強い怒り方

- ・一度怒りだすと、止まらない
- ・気が済むまで怒ってしまう
- ・周囲を気にせずに大声で怒鳴る

・相手が反省しているにもかかわらず、とことん怒り続ける

このような怒り方は、相手に自分の気持ちや要望を伝えられないばかりか、自分の怒りを倍増させ、收拾できない状況に陥る恐れがあります。

(2)持続性のある怒り

- ・いつまでも忘れられない、根に持つような怒り
- ・思い出せば再燃するような怒り

このような怒りは相手に対する恨みや憎しみになることがあります。要注意です。

(3)攻撃性のある怒り

- ・他人にあたったり、他人を責める怒り方
- ・その場にある物を投げつけたリ、ドアを叩きつけたりする怒り方(物にあたる怒り方)
- ・自分を必要以上に責めて、自ら落ち込むような怒り方

攻撃性のある怒りとは、相手や自分を必要以上に責めてしまう怒りです。さらに、その場にある物を投げつけたり、ドアを叩きつけたりする怒り方は、怒りの感情を静める方向ではなく、怒りを増幅したり、新たな被害や問題を起すことにもなりかねません。攻撃性のある怒りは、思わずカッとなって反射的に怒る場合が多いので、このような時には衝動をコントロールする「6秒の時間稼ぎ」を試みてください。

怒りの衝動を抑える6秒の時間稼ぎ法

1	深呼吸する	ゆっくり腹式呼吸すると怒りが納まりやすい。
2	その場から離れる	いったん、立ち去る。席をはずす。水を飲むことも効果がある。
3	数を数える	100から3ずつ引き算をするなど、少し頭を使うと効果が高い。
4	受け流す	「はい・、そうですね」といったり、相手の言葉を繰り返すなどして、受け流す。
5	怒りを数値化する	心穏やかな気持ちを「0」、絶対に許せないを「10」として数値化する。点数付けに意識を向けると冷静になる。
6	落ち着くフレーズを唱える	「ま、イイか!」「大丈夫、大丈夫」などと唱える。フレーズをあらかじめ決めておくとう良い。

(4)頻度の高い怒り

いつも不機嫌で、イライラしているような、頻度の高い怒りも避けてください。ホントはそうではなくても、怒りっぽい人と思われれます。

◎怒りに隠された感情

怒りには、不安、苦しい思い、悲しみ、辛さなどのネガティブな感情が隠されている場合があります。怒りが第2次感情であるからです。心のなかのコップが、不満やイヤな思い、辛い気持ちなどの感情(第1次感情)で一杯になっていると、あふれでて怒りになるの

です。このような負の感情の蓄積が怒りの原因になっている場合は、自らの本当の気持ち(隠された感情)を理解していないと、負の感情による怒りに振り回されることとなります。

不安やイヤな気分をわかって欲しいという自分の気持ち(隠れた本当の気持ち)を理解し、この改善に取り組むことができれば、怒りを爆発させることを防ぐことができます。

◎おわりに

怒りは物事をやり遂げるエネルギーや自分を変革するエネルギーにもなりますが、衝動的な怒りによって、人間関係や信頼が崩壊するなど、怒ったことを後悔やむことがあります。ストレスが多い世の中ですので、怒りの種が充満していますが、後悔しない怒り方の参考になれば幸いです。

本特集にあたっては、日本アンガーマネジメント協会代表理事安藤俊介氏の「アンガーマネジメント入門(朝日文庫)」、同協会のホームページを参照して作成しました。

校区だより

第58回 五常小学校運動会

五常小学校校長 林元 隆司

9月28日(土)に第58回目の運動会を実施しました。

昨年度まで6月に実施していたものを、今年から9月に変更したのですが、残暑が厳しく子どもたちに影響が出ないか少し心配をしました。しかし、小まめに休憩を取るなど工夫したこともあり、五常小の子どもたちは、最後まで元気に練習することができました。

天気予報では土日ともに雨の予報で、開催が危ぶまれました。雨プログラムで行うと判断したのですが、当日は、良い天気となりました。取り越し苦労となりました。お祭りなどの行事でもいえることですが、開催する側の判断というのはとても難しいですね。どちらに判断しても苦情は来るものです。コミュニティの皆様のご苦労がよくわかります。さて、運動会当日の子どもたちの活躍は素晴らしかったです。

雨プログラムでは1年生から順に団体演技を行うのですが、それぞれの学年の成長具合がよくわかりました。1年生の演技に感心していたら、2年生が出てきて「やつぱり1年たつとすごいなあ。」といった具合に、6年生まで順に成長の跡を見ることができ、それぞれの学年で精一杯頑張っていることを確認することができました。



狙え！3ポイントシュート

団体競技や徒競走などでも、全力で頑張る姿が見えました。今年もとても楽しく、有意義な運動会だったと思います。

最後になりましたが、今年から児童席に暑さ対策としてテントを張ることにしました。そのテントのほとんどをコミュニティからお借りしました。お蔭様で、子どもたちは安心して競技をすることができました。この紙面をお借りしてお礼申し上げます。ご協力ありがとうございました。

今後のイベント

○ とんど祭り

正月飾り、しめ縄、書き初めなどをお持ち寄り下さい。校庭中央に設置する檜で燃やします。お神酒、ぜんざい、豚汁、焼辛のお振る舞いも、お楽しみに！

○ 防災フェスティバル

いざというとき役に立つ、消火器やAEDの使い方、簡易担架の作り方等が学べる防災訓練です。地震や風水害など、大きな災害が頻発する昨今、自分はもちろん大切な人たちの命を守るため、必要な知識を身につけましょう。

第30回「とんど祭り」

2020年1月12日(日) 10:00~12:00

第17回「防災フェスティバル」

2020年3月1日(日) 9:00~12:00

※会場はいつでも、五常小学校 校庭です。

編集後記

「怒りのコントロール」は、今号にて完結です。自分は怒りっぽいと自覚されている方、つい怒鳴り散らして後悔した経験のある方は、バックナンバーをひもといで、怒りの感情とのつき合い方を、実践してみたいかがでしょうか？ (広報委員会)