

2018
WINTER
vol. 165



教職員共済 だより

学校ではたらく人々

事務職員としての誇りをもって
学校運営に取り組む





2018年 vol.165

CONTENTS

- 2 新春のごあいさつ
教職員共済生活協同組合 理事長 加藤良輔
- 3 私のおすすめ! 全国の旨いもん②④ 島根県 天ぶら
- 4 学校ではたらく人々
事務職員としての誇りをもって学校運営に取り組む
- 6 知っておきたい 生徒・児童のネットマナー④
人としての成長がネットトラブルを防ぐ
～ネット時代に求められる教育とは～
一般社団法人 日本情報モラル推進機構理事長 竹村 順吾
- 8 不機嫌な教室⑨
「大津市いじめ事件」の調査報告書から考える②
～第三者調査委員会に参加して～
評論家・NPO法人「ストップいじめ!ナビ」代表理事 荻上 チキ
- 10 「疲れ」にうまく対処しよう①
内臓を休ませて、体の疲れをとる
- 12 交差点〔全国からのお便り〕
- 14 それでもここにあるふると③⑥
世界に目を向けるきっかけづくりを応援
～「難民についての教材活用セミナー」ルポ～
- 16 NOTICE〔教職員共済ニュース〕
- 18 無理なく備える保障のはなし⑦
知っておきたい
自動車事故の補償のはなし
特定社会保険労務士・CFR® 吉田 泰平
- 20 教職員のための防災基礎講座③
学校でできる防災の取り組み
一般財団法人 防災教育推進協会理事長 笠間 正弘
- 22 編集後記
- 24 頭の体操
連載まんが シンマイ先生②⑧ めまたこうたろう

教職員共済だより164号掲載の「いのちの重み」⑥において、2017年4月現在のフィリピンの人口を1億6028万人と記載していましたが、正しくは1億628万人でした。ここに訂正させていただきますとお詫び申し上げます。

発行人／加藤良輔 編集／事業メディア部
編集スタッフ／土川泉 日下部信博 佐藤かおり 瀧川真美



写真提供:和泉蒲鉾店



島根県 天ぶら

出雲グルメといえば、香り高く、風味と独特の食感のある「出雲そば」が有名です。また、出雲はぜんざいの発祥の地でもあることから、「出雲ぜんざい」も最近人気が出てきています。しかし今回紹介する「天ぶら」は、私が子どものころから親しんできた食べ物で、今でもしょっちゅう食している出雲の定番グルメです。

「天ぶら」というと、皆さんは魚や野菜等の食材に衣をつけ、油で揚げて調理する日本料理を思い出すかと思います。が、ここ出雲地方の「天ぶら」はそれとは少し違い、白身魚のすり身の中に玉ねぎ等を混ぜ合わせ、それを揚げた食べ物です。一口食べると、ぷりぷりした食感が味わえ、中に入っている玉ねぎの甘さと、ほどよく調和した旨みが口の中いっぱい広がっていきます。一度食べたら、忘れられない美味しさです。子どもの頃は直接蒲鉾店へ行き、天ぶらを買ってかじりついたものです。揚げたての「天ぶら」の味は格別でした。

「天ぶら」は、蒲鉾店によって、厚みのあるもの、しっかり味のついているもの、あご（トビウオ）のすり身が入っているもの等、さまざまな味があるので、食べ比べてみるのもよいかと思います。出雲大社にお参りされるときは、是非この「天ぶら」もご賞味ください。

(出雲市立湖陵小学校 吉川 征延様より)

「全国の旨いもん」の投稿を心よりお待ちしております。
ホームページの「楽しむ・応募・投稿」からお気軽に!

教職員共済

検索

<http://www.kyousyokuin.or.jp/>

掲載者にはQUOカードをプレゼント!



■新春のごあいさつ■

「安心」を皆さまの人生に

教職員共済生活協同組合 理事長

加藤 良輔

あけましておめでとうございます。新たな年、2018年を迎えるにあたり、年頭のご挨拶を申し上げます。

今年では中期経営計画（NEXT50 1st STEP）

最終年を迎えます。昨年は計画の中にもあります、「短期共済」の推進強化に力を入れ、9月に制度改定した自動車共済を軸に取り組みを進めてまいりました。その取り組みの中心においたのは、教職員にとって必要な商品を開発し、それにご加入いただくことが組合員の生活を支えることになるのだという思いです。どんなに良い制度・商品を開発したとしても、ご加入いただければ何ら意味を持ちません。商品の良さをご理解いただき、皆さまに加入していただいて初めて商品開発の意義が全うされるのだと思います。

昨年の3月、本部職員を前に私は次のような話をいたしました。作家の、故 遠藤周作氏の著作に触れながら、「生きる」ということは、誰かの人生を横切ること。そしてその人生に何らかの痕跡を残すということ」という遠藤氏が語っていた言葉への思いを交

え、かつて中学校の教壇に立っていた頃の思い出を語ったのです。

「中学校の教員になり、多感な子どもたちの前に立ったとき、『この子たちとかかわることは、この子たちの人生を私が横切り、何らかの痕跡を残すということなのだ』と、教育という営みの怖さや責任を思いました。彼らが、自分の中に残された私の痕跡にそっと触れたとき、勇気や暖かさを思い出してくれるのだろうか?そのことを今も考えます。」

私たち、共済の仕事ではどうなのでしょう?皆さまへの各種ご案内や、共済商品のご紹介、加入の受付や契約管理、給付などのプロセスを通して、私たちの仕事は皆さまの人生にどんな痕跡を残しえるのか、そのことを考えてまいりたいと思います。皆さまの人生の中に、「安心」という痕跡を残せることを願って。

「あんしん むすぶ」 教職員共済を、本年もよろしくお願ひいたします。



事務職員としての誇りをもって 学校運営に取り組む

学校の事務職員は、今どんな仕事をしているのでしょうか。
「チーム学校」としての取り組みが求められる現在、学校内での連携、保護者や地域の方々との連携、さらには他校との連携の中で、事務職員のあり方は昔と大きく変わってきました。大阪府寝屋川市立西小学校の事務職員、^{まさしたとしお}正下敏雄さんにお話を伺いました。

縁の下の力持ちから
誇りを持てる事務職へ



寝屋川市立西小学校は1903年に創立され、100年以上の歴史を誇る。ここで事務職員として働く正下敏雄さんは、事務職員歴40年のベテランだ。高校卒業後、大阪府の中学校事務職員試験に合格し、すぐに事務職員として着任したのが寝屋川市立第九中学校だった。

1970年代後半、新設校が次々と建てられていた。第九中学校もその一つで、しかも事務職員は経験のない正下さんだった1人。「右も左もわからない状態でした。備品も教材もすべて新しく、何がどこにあるかわからない。書類も山ほどありま



寝屋川市立西小学校 主幹 正下敏雄さん

した。当時は研修制度もなかったの
で、隣の第五中学校の事務職員の方
に教えてもらい、少しずつ仕事をこ
なしていくといった状況でした」と、
正下さんは振り返る。
数年が経ち、仕事にも慣れてくる
と、正下さんはさまざまな研修会に
参加するようになった。常々、「事
務職は縁の下の力持ち」といわれる
ことに疑問を感じていた正下さんは、
「事務職員でも創造的な仕事ができ
るし、逆に決まっていないからこそ
できることがある」と思い始めた。
「新しいことを始めるときは、何事
も壁を崩す勇氣が必要です。大多
数の職員は教員で、私たち事務職員
はわずかに1、2人。まず共感して
くれる人を増やす必要があります
た」と話す。

そうして取り組んだことの1つが
予算書作成だ。それまで各教科の
担当がそれぞれで行っていた予算書
作成を正下さんが行うようにした。
そうすることで、全体を見通した予
算立てができるようになり、保護者
に根拠を示しやすくなったという。
こうした努力を続けながら、茨
木市や門真市の小・中学校での勤務
を経て、再び正下さんが寝屋川市の

職員として戻ってきた後の2001
年、寝屋川市教育委員会は小・中
学校の事務職員の標準的職務内容
を定めた。これにより、正下さんの
長年の思い、府内の事務職員の思い
が形になり始めたと感じたという。

現在、寝屋川市教育委員会が通
知している小・中学校事務職員の標
準的職務内容には、「予算の管理、
執行に関すること」として、予算の
執行計画、執行・決算に関する業
務なども明記されている。「ただ、
今まではそうしたことはどこにも表
記されていなかっただけで、経験値
に応じてすでにやっていたものではあ
ります。もちろん、仕事の質や、仕
事内容の浅い深いがありますが、明
記されることで私たちも誇りを感じ
られるようになったと思います」と、
正下さんは言う。

学校間の連携と さまざまな取り組み



しかし、正下さんは、標準的職務
内容にとどまらず、さらなる取り組
みができないかを考えていた。

寝屋川市では、小中一貫教育・学
校経営改革の推進と学校間・地域と

の連携の推進を図るため、12の中学
校区に分かれ、職種や教科ごとにさ
まざまな取り組みを行っている。正
下さんが勤める西小学校が属する校
区での事務職員の部会は2011年
度にスタートした。

この部会では、当初から①事務
部門の連携、②小中一貫教育の推
進、③教育活動支援、④PTAお
よび地域教育協議会への参画、の4
点に取り組んできた。メンバーは7人
(2016年は6人)で、防災教育
と教育活動支援(教育課程)のグルー
プに分かれて活動している。

3年前からは事務職員自身が防
災について学ぶことから始め、中学校
での避難所運営訓練の授業を正下
さんたちが参観したり、意見交換
会に参加したりもした。さらに、校
内の管理職や教員等と話し合い、「学
校防災マニュアル」作りを進めてい
った。

まず、教室内にある物品が「落
ちてこない」「倒れてこない」「移動
しない」をポイントにすべての教室
を調べて回ったという。そして、気
がついた範囲内で廃材などを利用し、
自分たちでできる耐震補強を施し
た。さらに、作成した「学校防災マニ

「ちりめんモンスター」を使った 体験授業

寝屋川市では小学6年生を対象に、中学
校での体験授業を行っている。「事務部会」
のメンバーはそこでの活動として、理科教
材である「ちりめんモンスター」を提案した。
「ちりめんモンスター」とは、ちりめんじゃ
こに混じっている他の生物(イカ、タコ、
カニ、タチウオなど)を選び分けて観察し、
自分たちで生物図鑑を作成するという理科
の実験教材。小学6年生の「ヒトや動物の
体のつくりとはたらき」、中学2年生の「動
物のくらしやなかまと生物の変遷」という
学習内容に共通する「脊椎動物」の題材と
して、体験授業に最適であるという考え
から取り上げられた。



体験授業の様子

補助したことで、自分たちが提案し
た教材に対する子どもたちの反応を
実際に見ることができたという。

このような提案を行うためには、
行事や活動に適した教材について普
段からアンテナを張っていることが必
要となる。

現在、そして これからの事務職員は…



2017年4月1日の学校教育法
改正により、学校事務職員の職務
規定が「事務に従事する」から「事
務をつかさどる」と改められた。つ
まり、事務職員は単に事務に従事
するのではなく、学校経営の一翼を担

う存在へと進化したのである。

その2年前には中教審答申を受け
て、すべての学校教育現場に「チー
ム学校」としての対応が求められる
ようになっていく。事務職員も「チー
ム学校」の一員として、専門的な役
割を求められるようになったのだ。

正下さんは、「自分たちがやってきた
ことは間違いではなかった。『チーム
学校』の方が私たちを追いかけてく
れた感じです。ただ、追い風ばかり
でなく、事務職員がこの状況にあぐ
らをかいていると、向い風にもなる
ということを認識していなければなら
ないと思っています。決められた仕事
だけでなく、学校にとって、子ども
たちにとって必要な仕事をするとい
うスタンスでいることが大切です」と、
締めくくった。



正下さんたちの校区のメンバー(右端が正下さん)



生徒・児童のネットマナー

人としての成長がネットトラブルを防ぐ～ネット時代に求められる教育とは～

教職員編

4/4

今回は、ネット時代の教育のあり方についてお話させてください。「情報モラル」といえど、その根本は普遍的なモラルと何ら変わることはなく、決して特別な指導が必要なわけではありません。教職員の皆さまの日頃のご尽力こそが、ネット問題にとっても一番大切なことだと思います。

モラルのあり方はネットでも変わらない

これまで3回にわたって、ネットトラブルの実態や対策についてご紹介してきました。今回は「教職員編」の最終回として、少し大きな視点をテーマにお届けしたいと思います。

「情報モラル（あるいはネットモラル）」という言葉は、ひとつの教育ジャンルとしてかなり定着してきたように感じます。しかし、そもそも情報やネットに特化した「モラル」というのは存在するのでしょうか？

ネット炎上やネットいじめの事件に接するたびに、「人として」という言葉が頭に浮かびます。人として、悪ふざけを人に見せびらかすことに違和感を覚えなかったのだろうか？ 人として、他者を傷つけてはいけなさと感じなかったのだろうか……？

つまり、ネットにおけるモラルというのも、普段我々が大切にしている「人としてのモラル」と何ら違いはないと思うのです。

もちろん、ネット特有の知識やノウハウはあります。しかし、人として大切にすべきことは、家庭教育・学校教育の普遍的テーマのなかに十分含まれているはずで

「ネット教育は難しい」と感じてしまうかもしれませんが、決してそんなことはありません。普段、教職員の皆さまがご尽力されている、人としての成長を促す指導、そこそがネットトラブルを防ぐ「道しるべ」だと私は思います。

ネット時代に求められる能力とは？

一方、技術や知識をテーマにする話はがらりと変わります。社会で求められる能力は、ネットの登場によって確実に変化してきています。

私は、その中でも「言葉の技術（＝国語力）」を強調したいと思います。ネット社会では文字によるコミュニケーションが増えますので、「自分の考えを文章で正しく伝える」ことが極めて重要になるからです。

文字による伝達は、元々誤解が生まれやすいものです。そのうえ、チャットでは言葉が「短く」「単純」になっていく傾向があります。

友達同士では問題なくても、社会に出て仕事をしようと思ったら、それは通用しません。

言葉が十分かどうかは、相手をどれだけ思いやるかで決まります。ぜひ子どもたちに、「相手のことを考えながら言葉を選ぶ」ことの大切さを伝えていただければと思います。

子どもたちとの信頼関係が大切

ネットトラブルでは、事後に出来ることは極めて限られる……と前回書きましたが、その限られたなかのひとつに「いかに早く大人が介入できるか」があります。

例えば子どもが架空請求や脅迫を受けたとき、それをすぐに大人に相談するかというと、必ずしもそうではないでしょう。脅迫で口止めされ

ネットで困ったらいつでも相談において、という姿勢を示していただけると、きっと子どもたちも安心するでしょう。

教職員の皆さま向けの連載は、今回で一区切りとなります。

情報モラル講演で学校を訪問させていただくとき、いつも皆さまの熱意に胸を打たれます。子どもたちをネットトラブルから守りたい。仮に今はスマホを使っていなくても、将来必ず役に立つ時がくるから……という言葉に、たくさんの方のエネルギーをいただいています。

「子どもとネット」の問題は、社会全体で対応していくべきことです。教職員の皆さま、保護者の皆さま、関連企業の皆さま、行政、そして私たちのような啓発に関わる団体。その全員で手を取り合って、大人の責任を果たしていこうではありませんか。この連載が、少しでも皆さまのお役に立てば幸いです。

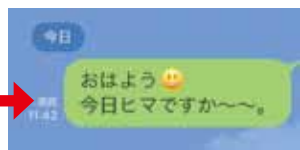
次回からは「保護者編」となります。

LINEの話 いまさら聞けない

「既読スルー」ってなに？

現在、日本国内で使われているSNS（ソーシャルネットワークサービス）のひとつ『LINE』。これは家族や友人と、閉じられたコミュニティでメッセージの交換ができるツールです。

自分が送ったメッセージを相手が読むと、メッセージの送信時間の上に「既読」と表示されます。この「既読」がついたのにもかかわらず、相手がメッセージを返さないことを「既読スルー（既読無視）」といいます。



「既読スルー」の是非

ネット上の調査でも、たびたび既読スルーについて調査が行われています。

さまざまな調査結果を見ると、既読スルーを気にする人は気にするし、気にしない人はまったく気にしていません。性的には、男性より女性のほうが既読スルーを気にする率は高めですが、男性は若い人を中心に気にする人が多いようです。

推測となりますが、社会人は四六時中スマートフォンを操作できるわけではないため、短時間でのメッセージのやり取りができなくても仕方がないと考えの人が増える。そのため、既読スルーに対し、学生ほど神経質にはならないようです。

また、「既読」がついたことで相手が自分のメッセージを確認したのだから問題ない、という人も少なくありません。

「既読」がつく理由

既読がつくことがLINEの特長のひとつであり、LINEの存在価値のひとつであるのは、ネットに詳しい方ならご存知でしょう。

LINEは家族や友人たちで連絡を取り合えるツールとして、東日本大震災をきっかけに誕生しました。既読機能も「メッセージを読んだ＝相手は無事」という安否確認が発端だそうです。実際、熊本地震では、電話が繋がらないなかで、LINEをはじめとしたSNSを利用して安否確認を取り合った被災者もいます。

そのため、既読スルーなどを気にする利用者たちから機能をなくして欲しいという声が上がっていても、LINEの開発会社は「なくさない」と明言しています。

ていたり、怒られるのを恐れたり、あるいは「大人ではどうせ分らない」と思ったり……。こうして自分だけで対処しようとした結果、より深刻な事態を招いてしまう恐れがあります。

早い段階で大人に相談してくれば、それだけの解決の可能性も高まります。子どもと保護者、子どもと先生の間にしつかり信頼関係があるかどうか、早期解決への分かれ道です。

SNSによる相談窓口開設へ

SNSの社会的利用

国や自治体は、LINEをはじめとしたSNSを利用して、子どもたちのいじめ・悩み相談窓口の設置を検討しています。すでに長野県や柏市（千葉県）、札幌市（北海道）などで試験的な運用を行っており、大津市（滋賀県）では現在、試験導入中です（2018年3月31日まで）。

どの自治体でも、電話に比べてSNSからの相談が圧倒的に多いのが特徴で、子どもたちにとって、SNSのほうが敷居が低いことが分かります。文部科学省も、2018年度より一部の自治体でSNSを利用した相談窓口を設置する方針を固めています。

スマホ生活が当たり前の10代

総務庁「平成29年情報通信白書」によると、スマートフォンを持っている10代で、SNSを利用している割合は81.4%。さらにLINEを使用している人は79.3%です。

インターネットの利用時間を見ると、2016年は1日平均143分で、そのうちSNSを利用している時間は73分。スマホを持っている子どもの8割は、SNSで1時間以上交流していると考えられます。

友達との長電話で怒られた経験がある方もいらっしゃるでしょうが、今は電話を使わなくてもSNSでリアルタイムの会話（チャット）ができる時代。相談窓口がSNS対応になるのも、自然の流れなのかもしれません。



竹村 順吾

一般社団法人
日本情報モラル推進機構理事長

千葉大学工学部卒。輸入業、出版を経て株式会社ウォンツへ。技術者としてITやネットに関わるようになる。

近年、子どもとネットの関わりが社会問題化したことを受け、子どもたちへの情報モラル啓発活動を志して「一般社団法人日本情報モラル推進機構（JIMA）」を設立。子どもたちが、ネットやIT機器を、正しく安全に使いこなすための講演活動を行っている。

※インターネットなどのネットワーク上で、リアルタイムで文字による会話を行う行為

「天津市いじめ事件」の調査報告書から考える②

第三者調査委員会に参加して

前回の概要

滋賀県大津市の全小中学校で行っている、いじめに関する実態調査から明らかにしたことを紹介しています。前回は「いつ」「どこで」「どんな」「いじめを」「誰から」受けるのが、日本の傾向なのかを整理しました。平たく言えば休み時間の教室で、男子は同性のクラスメイトから、女子は同性だけでなく男子からも、主にかかいや仲間はずれなどの「コミュニケーション操作系」のいじめを受けることが、最も多い。これは、暴力系のいじめがメジャーであったり、クラス制を採用していなかったりする国とは異なる特徴でした。

今回は、いじめのエスカレーションについて考えてみましょう。いじめというのは、環境によって育てられるもの。入学したりクラス編成がなされたりした初日に、いきなりいじめのターゲット

トが固定され、「明日10万円持つてこい」と言われる、というようなことはまず起こらないでしょう。最初は軽い小突きやいじりから始まり、反応などを伺いながらいじめを「成長」させていく。いじめ被害者の反応だけでなく、クラスメイトや教師など、周囲の反応を見ながら、「ここまでやるのはセーフなのだ」と学習して、次の段階へと進めていくのです。こうした「いじめのエスカレーション理論」は、アンケート結果からも見て取れました。

徐々に激化 内容は複合型の傾向

アンケートでは、いじめの内容を便宜上3つに分類しています。(1)軽易ないじめ(「からかわれたり、悪口やおどし文句、嫌なことを言われたりした」「仲間はずれにされたり、無視されたり、陰で悪口を言われたりした」「軽くぶつ

かられたり、遊ぶふりをして叩かれたり、蹴られたりした」、(2)重篤ないじめ(「ひどくぶつかられたり、叩かれたり、蹴られたりした」「お金や物を、おどし取られたり、おどし取られそうになつたりした」「お金や物を隠されたり、盗まれたり、壊されたり、捨てられたりした」「嫌なことや恥ずかしいこと、危険なことをされたり、させられたりした」、そして、(3)ネットいじめ(「パソコンや携帯電話で、嫌なことをされた」)です。こうして分類したうえで、被害経験率を整理しました(図1)。

すると、まず「軽易ないじめ」が最も多いこと、続いて「軽易ないじめと重篤ないじめの両方」が多いことがわかります。このことから、「重篤ないじめ」だけを受けるといふ児童生徒は、全体から見ると少数で、いじめが軽易なものから重篤なものへとエスカレートしている実態が明らかです。ネットいじめについ

て言えば、被害経験がある児童生徒は全体の中でごく少数です。

このうち、ネットいじめを受けたことのある児童生徒のみを抽出して、先の3分類でクロスさせました(図2)。サンプル数はとても少ないですが、「ネットいじめと軽易ないじめと重篤ないじめ」が最も高いことがわかります。これはまず、ネットいじめはそれ単体で発生するものではないということ。教室でのいじめがエスカレートしていく過程で、ネットを用いたいじめも発生するという関係性が見て取れます。

ここ10年間、「学校裏サイト」「LINEいじめ」など、ネットいじめに関する報道が後を絶ちません。そうした議論の多くは、「ネットリテラシーを身に

図1 いじめの度合い

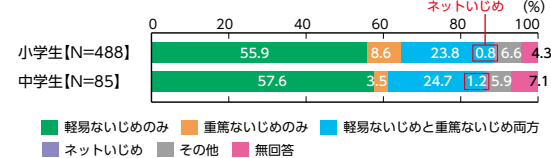
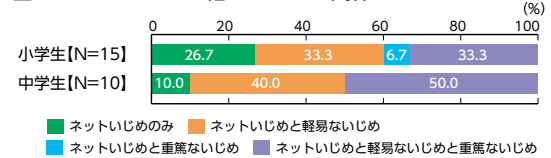


図2 ネットいじめと他のいじめの関係



相談すること 抑制効果約7割も

さて、こうしたいじめを受けた際、児童生徒たちはどの程度、周囲に相談しているのでしょうか(図3)。全体としては、誰かに相談したことのある児童生徒の割合が多い一方で、「教師」の割合がまだまだ低いことが気がかりです。教師がいじめを認知しなければ、具体的な対策を取ることができません。「誰にも相談しなかった理由を聞いてみると、小学生は「誰にも心配や迷

図3 相談相手

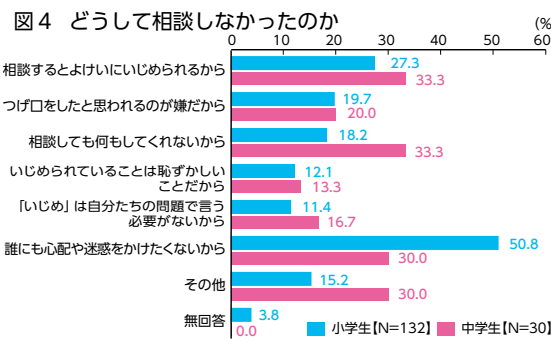
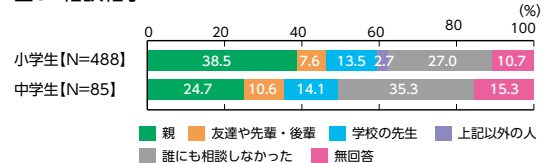
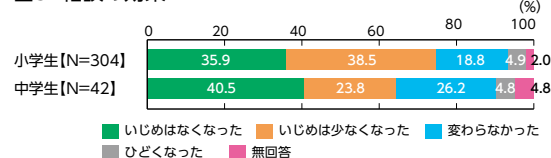


図5 相談の効果

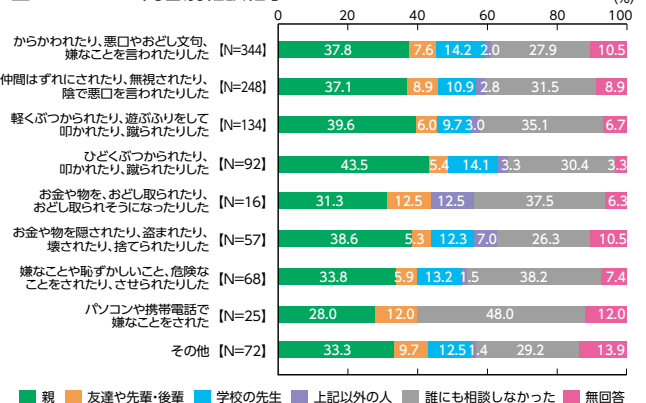


こうした実態を踏まえると、いじめの相談を躊躇するような心理的障壁を取り除き、相談しやすい体制を作り、「相談することで適切な解決に結びつくのだ」ということをあらかじめ丁寧に伝えておくことが重要です。「いじめをするな」という漠然としたイメージではなく、「もしこの教室でいじめがあった場合、学校側はどのように解決していくのか」というフローを開示しておくのです。

もう一歩踏み込んで、どんないじめを受けている児童生徒が、相談から遠ざかっているのかを見ていきましょう(図6)。すると、軽易ないじめについては比較的相談しやすい一方で、「お金や物をおどし取られた」「嫌なことや恥ずかしいことをさせられた」「パソコンや携帯電話で、嫌なことをされた」という経験については、なかなか相談しにくいということがわかります。

こうしたいじめを受けている段階で、いじめが一定以上エスカレートしているという上エスカレートしているといふことを踏まえると、いじめを早期発見し、初期段階で解決していくこと。およびストレスのない教室環境を作

図6 いじめの内容別相談相手



り、なおかついじめについては適切に対処する、というメッセージを発信していくことで、いじめの予防抑止をしつかりと行っていくことが重要です。

いじめのエスカレートをくい止めるための大人の役割はとても大きい。だからこそ、いじめの実相やパターンをデータで把握しておき、具体的な対策をシミュレートしていくことが重要なのです。



荻上 チキ

1981年生まれ。シノドス編集長。評論家・編集者。主な著書に「ネットいじめ」(PHP新書)、「社会的な身体」(講談社現代新書)、「いじめの直し方」(共著、朝日新聞出版)、「ダメ情報の見分け方」(共著、生活人新書)、「未来をつくる権利」(NHK出版)など

内臓を休ませる「プチ断食メニュー」

週に1度、野菜ジュースとおかゆで、内臓をリフレッシュ!

朝・1日に必要な野菜を 昼・ジュースで補給

休日の1日を朝食と昼食ともに400ccの野菜ジュースで過ごします。内臓に負担をかけず、ふだん不足しがちなビタミンやミネラルをしっかり補給しながら、半日で体内を浄化できます。

●にんじんジュース

材料
にんじん小3本(約420g)
りんご大1個(約300g)

●ゴーヤジュース

冬は手に入りにくいゴーヤは旬の季節に冷凍しておくとう便利!冷凍する場合は縦半分に切り、中の種とわたを取り除いて、薄切りにしておきます。

材料
ゴーヤ 1/4本(約130g)
市販の100%オレンジジュース300cc
りんご大 1/4個(約75g)
レモン汁小さじ 1 はちみつ小さじ 1
※材料はともにジュース約400cc分

作り方(共通)

- ①材料をよく水洗いする。
- ②材料を皮付きのままジューサーに入れる。果物は種も一緒に入れる。

夕・夕食はおかゆなどの 消化のよいものを

断食直後の内臓はナイーブな状態。回復食となる夕食はおなかにやさしいおかゆを。翌日からふだんの食事に戻しましょう。

●回復食はおかゆで

材料(4人分)
米100g 水4カップ

作り方

- ①炊く30分前に米を洗ってザルにあげ、水気をきる。
- ②大きめの鍋に水と米を入れ、強火にかけ、煮立ったら弱火にして、好みの加減に煮る。しらすおろしや梅干を添えて。



現代人の

インスタント食品 の多用

塩分と脂肪分が多く、
血圧を上げて心臓に負担
をかけている恐れが。

ビタミン・
ミネラルが
豊富な海藻や
大豆製品を
摂取。

ビタミンやミネラル、たんぱく質を分解する酵素などが不可欠です。しかし、内臓が働きづめだと、その多くが消化・吸収活動のために優先的に使われてしまい、修復に回ることができません。

食生活の問題点と改善のポイント

ながら食い・ 早食い

かむ回数が少なくなり、
無意識のうちに
食べすぎに。

ゆっくりと時間
をかけて、
食事を楽しむ
気持ちを。

朝食抜き・ 深夜の食事

朝食を抜くと脳が
栄養失調に、深夜の
食事は胃や腸が疲弊。

毎日朝食を
しっかり。
夕食は就寝の
3時間前までに。

高たんぱく・ 高脂肪の食事

高エネルギー食の
過剰な摂取が
内臓の大きな負担に。

食事量を1割減。
低エネルギーの
和食中心に。

食べすぎは
内臓に負担をかけ、
体調を崩すもと

現代人の体の疲れがなかなか取れない大きな要因のひとつが「食べすぎ」です。現代の食事は、食習慣の欧米化で高たんぱく・高脂肪になりがち。しかし、このような食生活は、日本人が本来体質的に備えている消化酵素などの働きとマッチしていません。そのため、消化・吸収・代謝などを行う内臓を疲れさせます。しかも、摂取エネルギーを代謝させるために必要なビタミン・ミネラルもますます消耗され不足気味になります。

「疲れ」に
うまく対処
しよう
①

お正月に食べすぎて胃が疲れていませんか?

内臓を休ませて、
体の疲れをとる

「プチ断食」で内臓を
休ませ、体の各機能の
メンテナンスを

弱った体内の組織や細胞の修復には

それなのに、疲れたから体力をつけなければと、ますます食べているから問題なのです。その結果、内臓はフル稼働でクタクタ。さらに疲れやすい体になってしまいます。



せん。そこで週末などに、「プチ断食」をしてはいかがでしょうか。それまで消化に費やされたビタミン・ミネラルや酵素を修復作業に回すことができます。こうしてはじめて、弱った免疫力は正常に戻り、また、ホルモンの分泌リズムが安定し、自律神経のバランスも整います。しかも、余分な栄養が入らないので、血管内の血液浄化や、ダイエット効果も期待できます。

しかし、断食といっても、何も食べないわけではありません。必要なビタミン・ミネラルは、野菜ジュースなどで、きちんと補給します。

まずは週に1日、上記で紹介する手作りジュースを参考に、「プチ断食」にトライしてみませんか。



交差点

[全国からのお便り]

まるで亜熱帯？

大分県 高倉 理恵
昨今の気候の変動はすごいものがある。大分県は、2016年の地震に続き、翌年は大水害と、大きな被害を受けています。夏の暑さも34度、35度と、真夏日が続いたと思ったら、スコールのような夕立がくる。まるで亜熱帯のようだね、と職場でも話しています。

学校現場も気候も、昔のような穏やかな頃に戻れないのでしょうか…。

命を守る訓練

鹿児島県 北原 健
2017年夏、突然来た地震。このあたりは大きな地震は来ないだろうと勝手に思い込んでいた自分にとって衝撃的な出来事でした。子どもた

ちも校庭に避難することになり、訓練が生かされたと思います。

教職員共済だより163号「教職員のための防災基礎講座①」の記事のように、教室以外の場所での授業を受けていた子どもたちは、どのような行動を取ったのか気になります。

命を守るためには、いつも同じ訓練ではなく、教室以外からの避難訓練も必要だと、改めて感じました。

ネットの危険性

大阪府 宮井 勝則
教職員共済だより162号「生徒・児童のネットマナー」がとても勉強になりました。私たち大人も含めて、生徒たちは炎上という言葉は耳にしたことがあっても、詳しくその危険性までは知らなかったり、関心がなかったりしました。ただ、顔が見えないから人を傷つけないように書き込みの言葉に気をつけたり、見ても反応しないようにする程度のものでした。

LINEにしてもTwitterにしても、そこから様々な個人情報を取り出してしまう危険性や、削除できない状態になってしまうほど世界につながってしまっていることの恐ろしさ

を感じることも大事なのだとよく分かる内容でした。

私自身も家族も生徒たちにも、便利さや楽しさとともに、そういうことをきちんと伝えることが大事だと再確認した内容でした。とても勉強になりました。



中学校の部活動

広島県 末廣 康子
中学校の部活動が話題となっています。顧問の教員の負担と時間外勤務は、計り知れないものがあります。

好きでやっている教員は、積極的に取り組んでいます。その後を引き継いだ人がそうでない場合は、大変な苦勞を背負うことになりました。

また、生徒や家庭の負担も金銭的、時間的に相当なものです。「生徒指導にも有効」と合宿も行われます。余計に負担が増します。義務教育の段階で、どこまで部活動に期待するか、大いに議論してほしいです。

高齢ドライバーと事故

岡山県 垣内 淳子
教職員共済だより163号「頭の体操」の答え「自動運転」から、日頃思っていることが頭をよぎりました。今まさに、高齢ドライバーの運転の誤操作による事故が問題になることがあります。運転技術だったり老化現象だったり、理由は違っていますが…。今後、高齢者がまだまだ増加していくであろう未来に、自動運転や自動ブレーキが多くの人に普及していけば、事故は、いくらかでも減少していくのではないだろうか、ひそかに考えています。

教職員の健康保険

大阪府 伊藤 めぐみ
教職員共済だより163号「無理なく備える保障のはなし」が大変分かりやすく、参考になりました。医療保険はどのくらい加入すればよいのか悩むどころですが、教職員の健康保険制度は、思ったより充実していて驚きました。それを理解した上で、医療共済で備えるように考えてみたいと思います。勉強になりました!!

10年後の自分へ

滋賀県 大谷 彩音
「10年後の自分へ」そう決めて小さな箱に手紙を詰めた小学5年生の春。先日、やっとその手紙を開封する時がきました。

「元気ですか？友達とは今でも仲良くしていますか？パティシエか美容師になつていますか？」中には、今の私への希望がたくさん詰まっていました。

「過去の私へ」、「元気だよ！今でも小学校の友達とは、毎年夏になるとみんなで集まるよ！お菓子作りは苦手だし（笑）、美容師でもないけれど、小学校勤務もなかなか楽しいよ！」

次は何年後にしようかなあ？なんて思いながら、今年も計画を練っています…。（笑）

子を思う親の愛

東京都 須田 由美子
友達に嫌なことをされて、泣いて学校から帰ってきた男の子のお母さんから翌朝、電話がありました。そのお母さんは電話で「本人に乗り越える力をつけてほしいから、相手の子を指導せずに見守ってほしい」と話されました。これまで「相手の子が悪い。学校は何をやってるんだ」といった電話は数多くありましたが、

このお母さんは我が子が力強く自分の人生を歩んでいくための力をつけようとしているのだと感じました。

「ああ、これが本当の親の愛情なのだなあ」と思ってた嬉しくなりました。このお母さんの思いに込めるべく、生活指導主任として先生方と連携して頑張っていきたいと思っています。

赤ちゃん学校訪問

滋賀県 文室 康志
私の勤務している中学校の2年生で、「赤ちゃん学校訪問」という取り組みをしました。1歳前後の赤ちゃんとそのお母さんに学校に来てもらって、生徒たちと交流してもらいます。

はじめは、赤ちゃんを抱っこするのを怖がっていた生徒もだんだん慣れて、生き生きとした表情を見せていました。また、お母さん方からも子育てのお話を聞かせてもらい、とても貴重な体験となりました。



教員生活を振り返って

奈良県 森本 忠弘
間もなく退職を迎えます。教員生活を振り返るとやっぱり「失敗」「申し訳ない」がいっぱい浮かびます。

この38年間、いつも一生懸命ではあったのですが、独りよがりや思い込みも多く、担任していた子どもたちには、「ごめん」の思いも強いのです。

もともと教員を目指したのが、小学校のある担任の先生に対する反発からスタートしたので（けっこうマイナス思考）、結局いつも全力でできたし、分からない、できないは悔しいので必死でした。

どんどん伸びた子も多かったのですが、不適応を起こした子も。リテイクとはいきませんが、これから精一杯地域に役立っていきたいと思っています。

皆、元気がな

北海道 柴田 日出実
先日、眼の調子がおかしいので鏡で見ました。男はあまり鏡で自分の顔をじっくり見ることはないの（自分だけか!?）、改めてみると「老けたなあ」。よく考えると、あと数年で退職年齢。最近、よく昔の同僚や先輩のことを考えるようになりました。皆、元気かな。

自動車共済

自動車共済の見積書を
ご請求いただくと

もれなく
あむりんパズルつき定規
プレゼント!

(車1台につき1個)

お見積りキャンペーン 実施中!

2018年1月1日~2月28日

WEBでご請求
または各事業所
にお問い合わせを!



セミナープログラム

基礎知識編

難民問題と UNHCR の基礎知識

- ・ UNHCR の歴史と難民問題の現状

難民問題 授業応用編

- ・ 教材の紹介

実践編

「いのちの持ち物けんさ」

- ・ 実践と質疑応答

「あるものないものワークショップ」

- ・ 実践と質疑応答

ディスカッション

- ・ 2つのワークショップと認知の拡大について



『教職員共済だより』を見て、名古屋会場に参加しました！

三重県鈴鹿市立神戸小学校 眞弓博子先生

夏休みに『教職員共済だより』を読んでいて、このセミナーの告知を見つけました。無料で会場がそんなに遠くなかったので、気軽な気持ちで参加しました。

鈴鹿市は第三国定住による、難民の受け入れを行ってきた背景があります。私が在籍する神戸小学校には外国をルーツにもつ児童が1割程度いることから、難民問題に自ずと興味を湧きました。

難民問題の現状を効率よく理解できたこと、参加者の先生たちと自己紹介し合っ、意見を交換できたことはとても有益な体験でした。その後、難民映画祭にも足を運びました。これからも自分なりに模索しながら、児童・生徒たちに難民問題を伝えていけたらと思っています。



▲『難民についての授業の手引き』に加え、ご希望の方にはパンフレット「もしも難民になったら」をご提供しています。選択方式のQ&Aで進み理解しやすい内容です。お問い合わせは以下のメールアドレスまでお願いします。
school@japanforunhcr.org

◀50頁にわたる『難民についての授業の手引き』

「あるものないものワークショップ」は、難民の現状を伝える写真を見ながら、彼らと自分たちの現状において「あるもの」と「ないもの」をリストアップし、そのリストを難民と参加者の立場から比較することで、多角的な視点をもてるよう進めていく内容です（教職員共済だより158号にて詳細を紹介）。主に小学6年生の社会科の授業に活用できます。

セミナーでは、午前の基礎知識編から活発な質疑応答が行われました。ある

学校現場ならではの意見交換授業に還元して

授業ではないため、ディスカッションを重ねるほど、参加者の想像力や発言力を高められる仕組みになっています。授業のゴールでは、主体的に「自分には何ができるのか」をみんなで考えることになります。



▲福岡会場

会場では、「家族、家など」という言葉が出るが、学校によっては家族がいない児童・生徒もいる。どういう配慮をしているのですか？「万が一、同じ教室に難民の児童・生徒がいた場合は、どう対処すればよいですか？」など、様々な背景を持つ子どもたちへの配慮を忘れない先生からの質問が出ました。それに対し、他の参加者先生から「ケースバイケースですが、当事者生徒が国際問題に興味を持っていない場合もあるので、あえて意識して避けるのではなく、ダイレクトに向き合うべきでは」となどの意見が交わされました。

全国の参加者からは、「難民問題を生

教職員の皆さまへ

「難民についての教材活用セミナー2018」開催予定 国連UNHCR協会主催

学習の一つとして「難民支援」を取り上げませんか。国連UNHCR協会ホームページ上、「UNHCRを支援する」内の『団体・学校の皆さまへ』に、学校での学習実践例など、参考情報を掲載しています。また春休み・夏休みに合わせたセミナー開催情報も決定次第、掲載していきます。ぜひ、ご覧ください。

<http://www.japanforunhcr.org/>

近な問題に感じました。「実際、支援の現場で尽力されている方の話は迫力があり心に刺さりました」という声が聞かれました。また、ワークショップに参加した感想について、「一方的に知識を与えられるより主体的に学び、実感しながら理解できるので学習の手応えがあった」、「写真や図もわかりやすかった」、「いろいろ実践しながら、いつの間にか難民の方々の本質にたどり着く感じがよかった」という声もありました。ディスカッションでは、「同じ立場の先生方とお話ができて、いかに授業に生かしていくかというテーマで深く話し合えた」との感想が聞かれました。

2017年のセミナーが好評だったことから、2018年も各地でセミナー開催が予定されています。機会があれば皆さんも参加してみたいかでしょうか。

それでも
ここにある ふるさと 31

難民にないのは
モノだけですか？

世界に目を向ける きっかけづくりを応援 ～「難民についての教材活用セミナー」ルポ～

今、児童・生徒を取り巻く環境は、急速なスピードで国際化が進んでいます。インターネットで、遠く見知らぬ国の人とつながることもあれば、教室や地域の中で、外国をルーツにもつ友だちに出会うこともあるでしょう。その傾向は2020年東京オリンピック・パラリンピックに向け、ますます強くなると考えられます。そのような状況から、授業で国際問題を取り上げたいと考えている先生も多いのではないのでしょうか。そこで今回は、難民問題への理解を深めるために開催された「難民についての教材活用セミナー2017」の様子をお伝えします。

▲東京会場

◎国連UNHCR協会

全国各地から 現場の先生方が参加

「難民についての教材活用セミナー」は、国連UNHCR協会（以下…協会）が企画・運営しています。協会は、国連の難民支援機関であるUNHCRの活動を支える、日本の公式支援窓口です。セミナーは教職員の方々や教職を志す学生の方々を対象に、総合的な学習の時間や社会科の教科指導、人権教育、キャリア教育における活用、グローバル人材の育成やアクティブラーニングへの貢献を目的として企画されました。世界における難民の現状を丁寧により詳しく解説した教材を使用し、参加者が模擬授業を受ける形で進行する構成です。

2017年は札幌、東京、名古屋、大阪、福岡で開催され、全国から約1000名の方が参加。参加者内訳は教員64%、学生17%、一般19%と、半数以上が小・中・高・大学で教壇に立たれている先生方でした。教科は社会科、世界史、英語、家庭科、福祉など多岐にわたり、開催地以外の遠方から参加された方もいらっしゃいました。

難民支援活動の最前線から ワークショップを提供

授業構成は、午前に基礎知識編として全員に配付された「難民についての授業の手引き」を見ながら、難民問題とUNH

workshop 「いのちの持ち物けんさ」

赤・青・黄色の3色の付箋を使って、自分のアイデンティティを構成する要素、自分を証明するものや支えているものを書き出す。

- 赤色「あなたにとって替わりのないもの」
ex. いのち、健康な身体、家族、友人、故郷
 - 青色「あなたにとって替わりのあるもの」
ex. 衣服、くつ、筆記用具、教科書、携帯電話
 - 黄色「そのどちらでもないもの」
ex. 国籍、社会的地位、名前、資格、思い出の品
- それらをなくしたら、どんな気持ちになるか想像する。

CRの基礎知識を協会職員が解説、午後に行われるワークショップ「いのちの持ち物けんさ」と「あるものないものワークショップ」の概要と活動履歴が紹介されました。

「いのちの持ち物けんさ」は、協会と学生団体SOAR主催の「大学生×難民支援」学生アイデアコンペにて最優秀アイデア賞を受賞した、難民支援を身近にするためのワークショップです（教職員共済だより152号にて詳細を紹介）。主に中高生以上向けに企画されており、自分のアイデンティティを構成する要素、自分を証明するもの、支えてくれるものを書き出し、それらをなくしてしまったりどうなるのかを想像する「喪失の疑似体験」を通じて、難民問題を「自分ごと」として感じてもらう内容です。

教職員共済の社会貢献活動

3団体4事業に助成金を贈呈

教職員共済は、「人と人が支えあう豊かな社会」を実現するための活動を支援することを基本に据え、社会貢献活動を行っています。2017年度は以下の3団体4事業に助成を行うことを決め、助成金を贈呈しました。

また、高齢化社会への貢献として、全国健康福祉祭／ねんりんピックに30万円の寄付を行いました。



団体名	事業名	助成金額
公益財団法人 日本障害者リハビリテーション協会	障害当事者が参加する地域防災の事例研究とシンポジウム事業	300万円
	医療的ケアを必要とする障害児・者の学びと暮らしを総合的に支えるためのシンポジウム	200万円
社会福祉法人 日本身体障害者団体連合会	地域社会と障害者団体の関わりと障害者理解にかかる啓発促進	350万円
社会福祉法人 視覚障害者支援総合センター	東京メトロバリアフリー・視覚障害者への情報提供事業	150万円

●共済金請求のご連絡●

☎ 0120-065411

受付時間：平日午前9時～午後5時30分

●自動車事故・ロードサービスのご連絡●

☎ 0120-492509

24時間受付

●教職員共済お問い合わせ先一覧●

共済についてのお問い合わせや、お名前・住所・勤務先等変更時のご連絡は、下記までお願いいたします。

※国立・公立大学(附属等含む)、高等専門学校に勤務されている方は大学事業所へ、私立学校に勤務されている方は私学事業所へご連絡ください。

事業所	電 話	事業所	電 話	事業所	電 話
北海道	(011)533-1801	新 潟	(025)281-8145	広 島	(082)264-1752
青 森	(0120)79-9431	富 山	(076)441-4073	山 口	(0120)585-080
秋 田	(0120)245-681	石 川	(0800)200-9431	東四国 (香川・徳島)	(0120)27-8140
岩 手	(019)687-6760	福 井	(0776)23-1334	愛 媛	(089)998-2141
山 形	(0120)31-8528	愛 知	(052)251-1800	高 知	(088)823-4546
宮 城	(0120)384-206	岐 阜	(03)5228-0657	福 岡	(092)631-4601
福 島	(024)523-3011	三 重	(059)225-2220	佐 賀	(0952)31-8730
栃 木	(028)652-8600	京 滋 (京都・滋賀)	(0120)21-7490	長 崎	(095)825-8173
茨 城	(029)301-7151	奈 良	(0120)34-3503	大 分	(097)556-4300
群 馬	(0120)26-0753	和歌山	(0120)21-9431	熊 本	(096)372-1311
埼 玉	(048)823-4055	大 阪	(06)6768-4910	宮 崎	(0120)27-3228
千 葉	(043)224-3701	兵 庫	(078)221-9730	鹿児島	(099)225-2587
東 京	(03)3230-0818	鳥 取	(0120)26-6750	沖 縄	(098)867-1767
神奈川	(045)242-6660	岡 山	(086)273-2359	※大 学	(0120)628-095
山 梨	(055)221-2248	島 根	(0120)21-8361	※私 学	(03)5228-0657
長 野	(026)235-0659	広島(高校)	(082)909-7100		
静 岡	(054)251-1085				

今春ご退職の皆さまへ

年度末が近づくと、ご退職を迎えられる組合員の皆さまから「退職後も共済を続けられるの?」というお問い合わせをよくいただきます。

ご安心ください。「総合共済」以外の共済は、ご退職後も引き続きご利用いただけます。これからも教職員共済は、皆さまの安心ライフをサポートします。



利用できる
共済は?

**教職員共済の下記共済は、
ご退職後も引き続きご利用いただけます**

火災共済 & 自然災害共済

(住宅災害等給付金付火災共済)

レスキュースリー

(交通災害共済)

新・終身共済

(終身生命共済)

トリプルガード

(団体生命共済・医療共済)

年金共済

(年金共済・適格年金共済)

自動車共済

(車両保険)



ご契約を
ご確認
ください

総合共済、年金共済をご契約の皆さまへ

総合共済

「退職見舞金」をお受取りいただけます(契約期間1年以上)。
定年退職の方には、お手続きのための書類をお届けいたします。
早期退職される場合や、再任用のため総合共済の継続を希望される場合は、次ページ記載の各お問い合わせ先までご連絡ください。

年金共済

A型・B型をご契約の方

60歳を迎える4ヵ月前頃に年金受取手続きに関するご案内をお送りいたします。ご案内をお読みいただき、必要な「手続き内容」をご確認ください。
※ご案内が届く前に年金受取をご希望の場合は、次ページ記載のお問い合わせ先までご連絡ください。

適格型をご契約の方

次のいずれかの時期に掛金払込終了と年金受取手続きに関するご案内をお送りいたします。ご案内をお読みいただき、必要な「手続き内容」をご確認ください。
・60歳を迎える4ヵ月前頃(満60歳時点で掛金払込期間が10年以上となる方)
・10年間の掛金払込期間が終了する3ヵ月前頃(満60歳時点で掛金払込期間が10年に満たない方)



お手続きを
お忘れなく

ご住所等に変更がある皆さまへ

ご住所が変わられる方は、必ず所属の事業所までご連絡ください。また、ご契約が失効とならないよう、振替口座を変更される場合も必ずご連絡をお願いします。

お問い合わせ・資料のご請求は次ページに記載のお問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

ホームページからも資料請求・お見積りいただけます

▶ <http://www.kyousyokuin.or.jp/> または

教職員共済

検索





無理なく備える 保障のはなし

Part 7

知っておきたい 自動車事故の補償のはなし

自動車を運転する方なら自動車共済（保険）に加入するのは当たり前のことですが、どこで加入しても補償内容や事故対応は同じだと思って、自動車保険を選ぶ方を見かけます。しかし、本当にそれで良いのでしょうか？

そこで今号は、教職員にとって知っておきたい自動車共済（保険）の選び方のポイントについてご説明します。

特定社会保険労務士・CFP® 吉田泰平

Q1

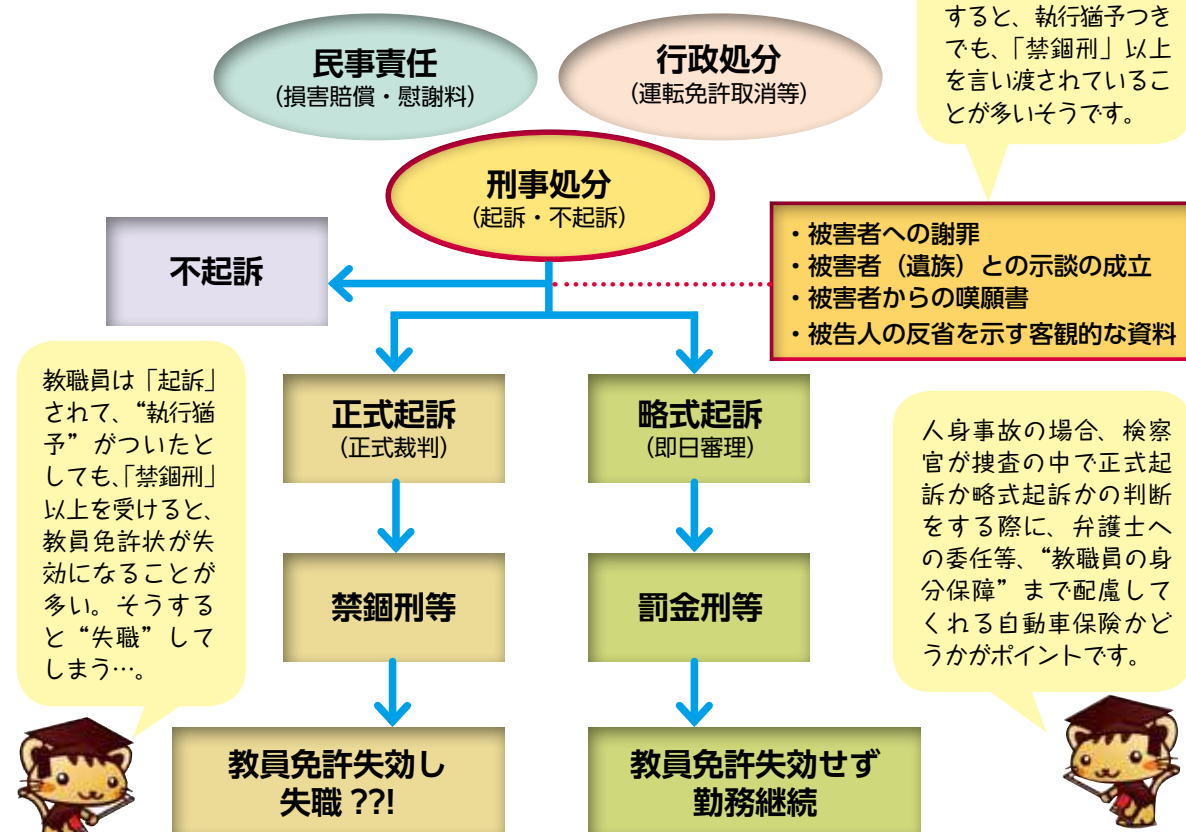
教職員の自動車共済（保険）の選び方のポイントは？

A1

文部科学省の調査によると、教職員の懲戒処分が一番多いのが、交通違反や交通事故でした。交通事故が原因で免職や停職になった方も、2015（平成27）年度だけで80人もいます^{（※）}。教職員が交通事故で相手を死傷させてしまったときにご注意いただきたいのが、「刑事処分（刑事責任）」です。

（※）2016（平成28）年12月22日「平成27年度公立学校教職員の人事行政調査について（概要）」より

●図1 教職員が人身事故を起こすと…



近年の交通事故の厳罰化を背景に、正式起訴されて実刑判決になるケースが増えてきています。たとえ執行猶予つきであっても、禁錮刑以上を受けた場合、教職員は失職する可能性が高いのが実状です。そうならないように、教職員の身分を守ることまで考えた被害者対応へのアドバイスや事故対応をすることが重要ですが、一般的な自動車保険では、そこまでの配慮が行なわれているとはかぎりません。

Q2

教職員の身分保障まで配慮した事故対応をしてくれる 自動車共済（保険）はありますか？



A2

たとえば教職員共済の「自動車共済」は、教職員しか加入できない共済なので、全国にいる専門スタッフが事故を起こしてしまった教職員の身分を守ることを最大限考慮しながら示談交渉し、円満な事故解決をめざします。また、万一人身事故で相手を死傷させてしまい、刑事訴訟になったり、なりそうときは「刑事訴訟弁護士費用」として、弁護士費用を1回の事故につき最高300万円まで補償します。

●図2 教職員共済の自動車共済「刑事訴訟弁護士費用」とは

自動車事故で
刑事訴訟に
なってしまったら

刑事訴訟弁護士費用

自動車事故により相手を死傷させてしまい、被共済者が刑事訴訟の被告人になったとき、または、なるおそれが生じたときに要した弁護士費用を補償

1事故につき 最高 300万円

自動車共済のこれまでの支払事例をみると、弁護士費用は40万円～100万円台でした。1回の事故につき最高300万円の補償があれば、十分カバーすることができるのではないのでしょうか。

その反対に、もらい事故のような自分に過失のない被害事故にあったときは、弁護士費用を負担する「弁護士費用特約」（図3）が2017年9月より新たに付帯できるようになりました。

●図3 教職員共済の自動車共済「弁護士費用特約」2017年9月よりスタート

NEW 弁護士費用特約（任意付帯）
年払掛金2,870円

被共済者に過失のない被害事故（もらい事故等）は法律により損害調査員は示談交渉ができません！

自動車事故（もらい事故等）により被害を被ったとき、法律上の損害賠償請求のために要した弁護士費用や、法律相談費用を補償します。

1事故1被共済者につき
弁護士費用共済金／最高 300万円 法律相談費用共済金／最高 10万円

弁護士費用特約のみを使用しても、次年度の等級は下がりにません。

たとえば…

信号待ちで追突されたのに
相手が修理費を払ってくれない！
弁護士さんに相談したいなあ



相手が無保険の場合でも対応
できるので、つけておくと安心！

また、教職員のための自動車共済ならではの取扱いとして、「公務使用中の事故」は等級据置、さらに加入コースが「補償充実コース」で6等級以上の場合は、「通勤中の事故」も等級据置となり、掛金が上がらないことも大きなポイントです。

自動車共済（保険）なら、どこに加入しても補償内容は似たり寄ったり。だからできる限り掛金の安い自動車共済（保険）に加入すればいいという考え方もあります。しかし、「教職員」にとってメリットのある補償なのかについてもじっくりお考えいただき、いざというときに本当に頼れる自動車共済（保険）を選んではいかがでしょうか。



教職員のための
防災基礎講座③

学校でできる防災の取り組み



今回は、避難訓練以外に学校でできる防災の取り組みについて紹介します。

保健委員会での防災活動

学校の委員会活動のひとつ、保健委員会では、健康や安全に関する活動を行っています。ですが、健康づくりや交通安全・防犯という活動に比べて、防災への取り組みはまだ少ないのではないのでしょうか。そこで防災をテーマにボスターや学校だよりを作成したり、委員会発表を行うなどの活動を取り入れたりする活動からはじめませんか。

過去に大きな災害が起きた日には、昼休みの校内放送を使って、その出来事を伝えるという活動もオススメです。過去の災害の風化防止にも繋がりますし、地域で起きた過去の災害を取り上げれば、子どもたちに防災をより身近なことから感じてもらえる効果があります。

■防災に関する日

1月17日
・防災ボランティアの日 阪神・淡路大震災(1995年)
3月11日
東日本大震災(2011年)
9月1日
・防災の日 関東大震災(1923年)
11月5日
・津波防災の日 ・世界津波の日 安政の南海地震(1854年)

防災クラブ(部)を作ろう

学校で子どもたちの防災クラブや防災部を作り、防災活動に取り組む動きがあります。

東京都荒川区では、2015年4月に区内のすべての中学校(10校)に、防災部を作りました。将来の防災活動や地域活動の中核となるリーダーを育てることを目的としており、D級ボンプやAEDの操作訓練、地域の防災訓練への積極的な参加などの活動を通じて、技量の向上を図っています。

また、地域の高齢者の家を訪ね、学校だよりや行事案内などを届けて交流を重ねる『絆ネットワーク活動』も行っています。この活動は、災害時に支援が必要となる高齢者の把握に加え、顔見知りになることで住民の不安を解消することもできる、大変優れた取り組みといえます。

防災自由研究を夏休みの課題に

夏休みの宿題といえば自由研究。防災の自由研究は、子どもと保護者が一緒に取り組めるテーマとして最適なもののひとつです。定番の防災

防災アイテムとしてスマホの活用

学校では、スマートフォン(スマホ)の扱いについて意見が分かれるところですが、最後に、防災に役立つスマホの活用方法について紹介したいと思います。

学校にとって、登下校時に災害が発生した場合、子どもたちの安否確認が大きな課題です。通学時間の長い児童・生徒は、安否確認が難しいという問題があります。そこで、スマホの活用です。

LINEやTwitterなど、子どもたち

■防災アプリの例	
☐ 災害情報	 Yahoo!防災速報 (Android / iPhone 対応) 地震や豪雨など災害・避難情報などを速報する
☐ ラジオ	 NHK ラジオらじる★らじる (Android / iPhone 対応) NHK ラジオ第1、第2、NHK-FM 放送を聞ける
	 radiko.jp (Android / iPhone 対応) 地域のNHK・民放ラジオ・FM 放送を聞ける
☐ ホイッスル	 SOS ホイッスル (Android のみ対応) ホイッスルを鳴らしてSOSを知らせる
☐ 安否確認	 LINE (Android / iPhone 対応) 無料でチャットや通話ができるアプリ
☐ 交通情報	 トラフィック情報 (Android / iPhone 対応) 道路、鉄道、航空機の交通情報を確認できる
☐ 帰宅困難者支援	 Waaaaay! (うえ〜い!) (Android / iPhone 対応) 目的地まで矢印と距離でガイドするナビアプリ

マップ作りから非常食の調理実習、防災施設での体験レポートなど、さまざまな研究課題が考えられます。それらを秋の文化祭や各種発表会で発表することで、より教育効果が上がります。当協会が実施している『ジュニア防災検定』でも防災自由研究が課せられており、壁新聞やポスター、レポートや工作などさまざまな作品が提出されてきます。優秀作については公共の防災施設で展示されたり、子どもが商業施設の防災イベントで発表したりと、地域の防災意識の向上にも役立っています。



防災自由研究発表の様子

そのほか2017年10月、JICA(国際協力機構)主催の防災イベントでは、防災研修に來た海外の行政関係者の前で、生徒が防災自由研究を発表するという機会もありました。

このように、防災を通じて子どもたち

が普段から使っているアプリは、災害時の安否の確認にも利用できます。災害が発生して不安になっている子どもたちにとっても、誰かと繋がつていることで安心感を得ることができます。

防災では、大きな地震で家が倒壊するなど閉じ込められた場合に備え、枕元に懐中電灯やホイッスルを置くことが推奨されています。自分の居場所を光や音を使って知らせることができるようですが、しかし、実際に、懐中電灯やホイッスルを置いている人は少ないというのが現状です。

その点、スマホは、“常に身近”にあり、寝ているときでも枕元に置いておく人が多いので、防災アイテムとしてうってつけといえます。ライト機能、音の出るアプリをはじめ、災害情報の通知やラジオなど、さまざまな防災に備えられるアプリがあります。どれが役立つのか、いろいろ試してみましょう。スマホが“防災アイテム”となることを学校でも教えていただければと思います。

多様な活動の場や機会を数多く与えることで、子どもたちの防災意識を高めましょう。



笠間正弘
一般財団法人
防災教育推進協会理事
1961年宮城県生まれ。子どもたちが自ら考え行動する真の“防災力”を育むため、「ジュニア防災検定」や「防災寺子屋」などの防災教育事業を行っている。著書『わたしたちの防災』

教職員共済のホームページが スマホ対応になりました！



コチラから

サイトリニューアルを記念して「あむりん壁紙」プレゼント！

WEBからもアクセスできる！

自動車共済
お見積り
キャンペーン



お見積書を請求いただくと
「あむりんバスルつき定規」
もれなくプレゼント！
——2018年2月28日まで——

ご加入者の声を紹介

「こんなとき助かった！」
そんなご加入者の
生の声をご紹介

スマホからも
見積りしやすく
なりました！



便利な見積り機能

気になる掛金は
ここから
サクッと見積り！



動画で分かる

総合共済、レスキュー
スリー、自動車共済を
あむりんが紹介します

保障額のめやすが分かる

質問に答えると
必要な保障額が
分かります

スマホからも
どんどん応募・
投稿してね！



教職員共済だよりも読める

「頭の体操」の応募や
「交差点」「旨いもん」への
投稿もWEBからラクラク

いつでも資料請求

夜遅くても、移動中でも
気になったときに
資料請求できます

パソコンからご覧になる場合はこちらで検索ください▶

教職員共済

検索

<http://www.kyousyokuin.or.jp/>

編集後記

本年もご愛読のほど

よろしくお願ひ申し上げます。

二〇一八年元旦

編集スタッフ一同



■「あなたは今、幸せですか？」この質問に間髪いれずに「もちろん」と答えられる日本人はどのくらいいるのだろう。かくいう私も考え込んでしまう。

今、街にはあらゆるものがあふれ、パソコンがあればもはや買えないものはなく、ロボットやAIは人間の代わりにたくさんの方が活躍できるようになっている。しかし、国連から発表されている世界155カ国を対象とした「幸福度ランキング」では、日本は51位である。政府には、憲法を変えることよりも国民の幸福度を上げる努力をしてほしい。

(目下部)

■私の通っていた高校では、体育の授業は学校の外周1km(アップダウンあり)を2周するのが準備体操がわり。2学期はマラソン大会の練習で、毎週、外周走の周回数が増えて…。と、体育は3年間でした。

それから20有余年。運動もせず溜め込んだ脂肪撃退のためジムに通い始めたところ、インストラクターさん曰く「学生時代にしっかり走っていたか

ら、運動する身体の土台ができていますね」。学生時代の頑張りが今に生きているとは！でも、二度とあの距離は走りたくない(笑)。(瀧川)

■先日、家族揃ってコンサートに行った。某ゲームの曲をオーケストラが演奏するもので、子ども達も最初は初め、私にとっては久しぶりのコンサートだった。会場のざわめき、演奏前のチューニング：独特の雰囲気、演奏前の子ども達も達。それでも演奏が始まると一気に気持ちが曲に向かい、指揮者のゲーム愛に満ちたトークに笑顔を見せていた。アンコールに戸惑いながらも一緒に拍手を続けた次男。神妙な面持ちでアンケート用紙をスタッフに渡した長男。初コンサートは子ども達にとってよい経験になったようだ。(佐藤)

■メガバンクの人員・店舗が大幅に削減されるという。あらゆる決済がすべてスマホなどで可能になれば、いずれはATMにさえ行く必要がなくなるのだろうか。銀行だけの話ではない。AIの進化に伴って人が携わる仕事は否応なく変化していく。努力して身につけた技能が全く無価値になってしまうこともあるだろう。一方で危険で正しい仕事は負担が減るだろう。しかしテクノロジーの進化についていけない人はどうなるのか。小学生の65%が、将来、今は存在しない職業に就くという説もある。あなたは未来にわくわくしますか、それとも不安を感じますか。(土川)

宿泊
LODGING

宴会
BANQUET

公立共済やすらぎの宿を
用途色々、お得に利用！

婚礼
WEDDING

会議
MEETING

公立共済やすらぎの宿
やすらぎポイントカード
宿泊利用料金(税抜)100円ごとに3ポイント貯まります。

やすらぎの宿をWebでカンタン予約！
Web会員登録中!!! スマホからも予約OK!
PCサイト <http://www.kourituyasuragi.jp/>
スマートフォンサイト <http://www.kourituyasuragi.jp/smart/>

