

2021
SPRING
vol. 178



教職員共済
だより

伝えたい「いのちの重み」²¹ 安田 菜津紀
3.11「帰還困難区域」の未来
—大熊町で愛娘を失った父の想い—



今号の壁紙プレゼントは
コチラから!



教職員共済 だより

2021年 vol.178

CONTENTS

- 3 私のおすすめ! 全国の旨いもん③⑦ 三重県 伊賀米こしひかり
- 4 伝えたい「いのちの重み」②
3.11「帰還困難区域」の未来
—大熊町で愛娘を失った父の想い—
フォトジャーナリスト 安田 葉津紀
- 6 教えて! スクールロイヤー
事例から学ぶ
学校現場のトラブル解決④
〈保護者対応について考える〉
本郷さくら総合法律事務所代表弁護士
兵庫教育大学大学院学校教育研究科 准教授 神内 聡
- 8 ヨーコ先生の「知っておこうネットのアレコレ」⑤
新年度はフィルタリング!
情報教育アナリスト 長谷川 陽子
- 10 教職員のための防災基礎講座⑮
ハザードマップを学ぼう②
一般財団法人 防災教育推進協会 常務理事 笠間 正弘
- 12 あした元気に⑦
寝る前にホットミルクを飲むと痩せる理由
- 14 交差点〔全国からのお便り〕
- 16 NOTICE〔教職員共済ニュース〕
- 18 編集後記
- 19 連載まんが シンマイ先生④④ めまたこうたろう
- 20 頭の体操

発行人/岡島真砂樹
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



三重県 伊賀米こしひかり

兵庫県から三重県伊賀市へ転勤してきた年、「ここは米が美味しいからな、秋になったら新米買って食べなあかんでえ」と色々な人から教えてもらった。その年の秋、初めて買った『伊賀米こしひかり』の新米との出会いは、私の生活を大きく変えるきっかけとなった。

新米を炊いた日。炊き立てのご飯のいい香りと、キラキラと輝く米の一粒一粒が、早く食べて!と言わんばかりにこちらを見ているように感じられた。「新米はキラキラって言うてたけど、米ってこんなに光るんやな?」と、感動。

これまでは、スーパーに売っている米は全部同じ味に思えた。そんな自分に米の味の違いなんて、分かるはずもないだろうと思っていた。しかし『伊賀米こしひかり』を一口食べた瞬間、先程の感動を超える感動に包まれた。甘みのある一粒一粒が、噛めば噛むほど口の中に優しく広がった。今まで味わったことのない白米の美味しさに、箸の勢いは止まらない。もともと白米が大好きな私だが、おかずも梅干しも無しで茶碗2杯をたいらげたのはこの日が初めてだった。

朝ごはんを食べる習慣がなかった私も、今では朝からおにぎりを握るほど『伊賀米こしひかり』の虜だ。是非、忍者の里伊賀市で、伊賀牛の焼き肉を伊賀米こしひかりで味わってほしいと思う。

(伊賀市立青山中学校 増井 朱莉様より)

「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

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

掲載者には図書カードをプレゼント!

教職員共済

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

教職員のための生命・医療保障



団体生命共済・医療共済

「トリプルガード」は、「団体生命共済」の死亡保障と「医療共済」の入院保障、特定の病気に対する保障(=3つの保障)を表す愛称です。

教職員の皆さまを取りまく

社会情勢の変化に対応しリニューアル!

長〜く安心してご利用いただける

トリプルガードをぜひご利用ください!

イメージキャラクター
あむりん



団体生命共済

- ・公務・交通災害死亡時の共済金額UP!
- ・契約限度口数の変更により、**選択の幅が広がります!**
※61~65歳の契約限度口数が10口から30口に拡大します。

医療共済

- ・日帰り入院から共済金をお支払いします!
- ・退院特約が「退院後療養特約」に変わります!
※10日以上継続入院後に退院したとき、共済金をお支払いできるようになります。退院後の療養・通院などにお役立ていただけます!

団体生命共済・医療共済〈共通〉

- ・41~65歳は同一掛金! だから再任用期間も安心!
- ・お子さまの「加入条件」が変更になりました!
※同一生計なら加入・更新OK。ただし新規加入は21歳まで。
- ・24時間電話健康相談サービスをスタート! 365日OK!



ホームページで
動画も公開中
です♪

今までも これからも 「トリプルガード」

ご加入者の声

7年ぶりの異動で体調を崩し、治療を受けて通院している。簡単な手術を受け「すごくお金がかかったなあ」と思っていたところ...

続きはWEBで! 「ご加入者の声」はこちら



- この紙面では教職員共済の団体生命共済・医療共済の制度改定の一部をご説明しています。契約日または更新日が2021年8月1日以降の制度内容です。
- 制度改定のより詳しい内容は本誌16~17ページをご確認ください。
- ご契約にあたっては必ずパンフレットおよび重要事項等説明書(契約概要・注意喚起情報)をご覧ください。制度内容をご確認ください。

承20-企-53(2103)

ただいま実施中!

資料請求すると
全国で合計

1,000名様に
賞品があたる!

共済 わくわく キャンペーン



A 今治マスク (フリーサイズ白×2枚)



B 日田焼きそば・別府冷麺セット (1箱2食入り×各2箱)



C 吟屋久島パウンドケーキ (5種類×2)



D 非常持出し12点セット (A4ファイルサイズ化粧箱入り)



応募期間
2021年
4月20日
~6月30日

■ご応募は一人さま1回かぎりとなります。 ■賞品の発送は9月中旬以降となります。 ■当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

事業所が配布するチラシ、またはWEBからご応募いただけます!

スマホから応募



PCサイトから応募

教職員共済

検索

必ずトップページの「共済わくわくキャンペーン」スライド画像からお入りください。通常の資料請求フォームをご利用になるとキャンペーン対象となりません。

3.11「帰還困難区域」の未来 —大熊町で愛娘を失った父の想い—

安田 菜津紀 文・写真



汐風さんが見つかった場所で手を合わせる木村さん

遺族の捜索は

5年も手作業だけで続いた

福島県大熊町。真新しい常磐線・大野駅の駅舎から二歩外に出れば、周囲の街並みを立ち入り禁止のフェンスが囲み、崩れかけの家や色あせた遊具が並ぶ公園は、かすかに生活の痕跡を残したまま、草木に覆われていた。工事車両が通り過ぎる時をのぞき、静けさが辺りを覆っていた。

2011年3月11日、東日本大震災の津波は、大熊町内で最大で約13メートル、遡上高約15メートルにまで達していたと推察される。この地を襲ったのは津波だけではなく、東京電力福島第一原子力発電所の1号機から4号機までが、この町の沿岸に立地している。翌12日には1号機が水素爆発、14日には3号機、15日には4号機と爆発が相次ぎ、町全域が「警戒区域」として立ち入りが制限され、住人たちは暮らしの場を突然追われることになる。事故から8年後の2019年4月10日から段階的に避難指示が解除されたものの、住民登録している約1万3000人のうち、実際に大熊町に帰還して居住しているのは2020年12月の時点で281人に留まっている。そして「帰還困難区域」では、いまだに除染作業等が続いている。

木村紀夫さんの自宅は、第一原発からわずか3キロ地点の海に面した高台にあった。地震発生当時、木村さんの次女で、小学1年生だった汐風さんは授業を終え、熊町小学校の隣の児童館で遊んでいた。木村さんの父の王太郎さんが車に汐風さんに乗せて海側の自宅へと引き返し、そのまま行方不明となってしまった。翌12日、原発事故の発生により、木村さん自身も避難を余儀なくされ、家族の捜索を続けることができなくなりました。その後、王太郎さんと妻の深雪さんが遺体となって発見されたが、汐風さんの行方はつかめな

いままだった。木村さんは大熊町への一時的帰宅で限られた時間を使い、手作業で瓦れきを掘り起こしながら、汐風さんを探し続けた。環境省に依頼し、ようやく重機での捜索が開始されたのは2016年11月になってからだった。それから1か月もしないうちに、泥だらけのマフラーから、小さな首の骨が見つかる。長女の舞雪さんは、汐風さんとお揃いで持っていたそのマフラーのことを覚えていた。DNA鑑定の結果、その骨は間違いなく、汐風さんのものだと分かった。

遺骨が見つかって間もない頃、私には木村さんが震災後に暮らしていた長野県白馬村の家を訪ねた。窓の外

ではしんと雪が降り続け、止む気配がない。部屋の一角に、その後見つかった顎や歯など、小さな骨がそっと置かれていた。「一部でも見つかったことを、喜ばなければと思うのですが、喜ばない自分がいるんですよね」と、木村さんは悔しさをにじませる。「あの時、避難せずに汐風を探すことができていたら、すぐに見つかったんじゃないかって、どうしても考えがまらんです」。大部分の遺骨はいまだ、見つかっていない。

サステイナブルな未来へ 過酷な震災地の運命を 次世代と考える

大熊町は2014年2月、除染で出された大量の廃棄物を保管するための「中間貯蔵施設」の受け入れを決めたが、木村さんは家族とつながる場所である自宅跡地を含め、自身の土地を売るつもりはない。汐風さんが見つかった場所も、自宅跡地から歩いて行ける場所にある。荒地の中のコנקリートで作った簡素な慰霊碑を訪れるたび、木村さんは花を手向け、手を合わせる。「この下はまだ汐風がいるかもしれないんです。そんな場所が、中間貯蔵施設としてアスファルトで固められるなんて我慢できない。この土地も、これか

ら作られる復興公園に加えてもらい、追悼のための施設を作れないだろうか。

木村さんは原発事故の原因を、津波や東京電力だけのせいだとは思っていない。あの日まで無批判に電気を消費し続けていた自分自身への反省も込め、人間の過ちや命の大切さを考える場所にしたのだという。

木村さんは今、帰還困難区域を出入りして捜索を続ける傍ら、「若い人たちと一緒に、今の社会やこれからのことについて語り合いたい」と、新たな取り組みを始めている。コロナ禍で遠方からの移動が難しい状況が続く中、オンラインでのスタディツアー「大熊未来塾」もひとつの福島再



家族捜索のために手書きで作ったチラシ

毎年3月になると、震災からの年数を「節目」として伝えようとする報道を目にする。けれども木村さんは、静かにこう語る。「自分にとって

は毎日、慰霊の日なんです」。



安田 菜津紀
フォトジャーナリスト

1987年生まれ。Dialogue for People所属フォトジャーナリスト。東南アジア、中東、アフリカ、日本国内で難民や貧困、災害の取材を進める。著書「写真で伝える仕事—世界の子もたちと向き合って—」(日本写真企画)など他多数。TBSテレビ「サンデーモーニング」にコメンテーターとして出演中。上智大学卒。

教えて！ スクールロイヤール 実例から学ぶ 学校現場のトラブル解決④

〈保護者対応について考える〉

国内でただひとり、現役の教師でありながら弁護士としても活動している神内聡さん。今回は近年負担が増大してきた「保護者対応」について解説します。

保護者対応の負担が増大した原因は何か

「モンスター・ペアレント」という言葉が社会的にも知られているように、最近の教員がよく悩まされているのが「保護者対応」です。実際に、昔と比べて保護者対応に負担を感じている教員は増えており、弁護士に相談したいというニーズも増えています。文部科学省が各自治体の教育委員会に対して行った調査でも、10年ほど前と比べて弁護士に相談が必要な機会が増えたと感じている理由のうち、「保護者対応」であると回答した自治体が半数近くを占めており、最も多くなっています。

一昔前であれば保護者対応に弁護士が関わるといったケースは珍しかったかもしれませんが。しかし、今では「文書での回答を求める」「面会を録音する」「内容証明郵便で連絡する」「弁護士を同行させて来校する」といったように、裁判になった時のことも考えて法的な対応を求める保護者は珍しくありません。このことは、教員と保護者の関係を単なる「信頼関係」だけでなく、「法律関係」として意識しなければならぬ時代になったことを意味しています（学術的にはこのような現象は「法化」と呼ばれます）。

保護者の要求が増えた原因としては、日本は街の至る所にコンビニや自動販売機がある便利な社会なので、生まれた時からそのような社会で育った保護者は教員に対しても利便性を求める、という説があります。インターネットやSNSの発達により、学校に対して要求する際に必要な法律に関する情報が手軽に入手できる時代になったことも関係していると言われます。

また、日本は先進国の中でも一人親の貧困率が非常に高く、保護者の経済状況の悪化も原因として注目されています。さらに、海外では保護者のクレームは事務職員やカウンセラーが対応する場合一般的ですが、日本では担任が対応することが多いので、負担を感じる教員が多いという制度的な原因も考えられます。

保護者に要求されたら…

教員が保護者に対して直接に負う法的義務として裁判で示されているものに、「教員が子どもに対して負う安全配慮義務に付随した保護者への報告義務」があります。例えば、学校で子どもが事故に遭った際に、その状況について担任が保護者に報告する義務です。しかし、それ以外の義務については法的に負

うかどうかは明確ではありません。

例えば、担任が生徒を指導した際に、保護者から「指導の仕方に問題がある。担任は文書で事実を報告し、謝罪の言葉を示してほしい」などと文書による回答を要求されることはよくあります。この場合、担任が保護者に対して文書で回答する法的義務は一切ありません。そのため、当然に拒否して口頭で回答すればよいのですが、今度は口頭で説明する際に保護者が「録音させてほしい」と要求する場合もよくあります。この場合も担任に録音を認める法的義務は一切ありません。

しかし、保護者が秘密に録音していたらどうでしょうか。実は、民事裁判では秘密に録音された音声データも証拠として利用できるのです。仮に文書での回答を拒否して口頭で回答したとしても、その際のやり取りが保護者に秘密録音されていれば、裁判で不利になるおそれもあります。

そのため、客観的に明らか事実の経過の記載に限定して文書で回答するのであれば、かえって秘密録音されるよりもリスクが少ない場合もあります。例えば、教員の過失や謝罪を示す言葉を含む文書で回答することは、体罰があったことが証拠や証言などから明確に認定できる場合などのように、教

員に過失が明らかに存在する場合でない限りできませんが、中立的な事実の経緯を淡々と記した文書で回答することであれば、争点の整理にもなることから紛争の長期化を避けられる可能性もあります。

保護者対応はなぜ難しいのか

教員も保護者も社会人です。一般の同士なら許されないが、教員と保護者の間なら許される行為はほとんどありません。

例えば、保護者の要求内容が妥当だとしても、校長室に押しかけて土下座を強要したり、暴力をふるうことは犯罪です。また、長時間にわたり電話をかけることも業務妨害罪が成立し得ます。このような反社会性を有する行為は学校が対応するのではなく、証拠をしっかりと得た上で警察に対応してもらうことが大切です。

また、給食費や教材費などが払えるにもかかわらず払わない保護者も民事上は債務不履行であり、違法ですし、真面目に費用を支払っている保護者との関係では絶対に放置してはいけません。そのため、督促などの法的措置を検討する必要があります。

しかし、問題は、子どもは保護者を

選択できる立場にないということですが。たとえ保護者の行動に問題があったとしても、子どもは好きでそのような保護者の子どものとして生まれてきたわけではありません。このことが学校現場の法律問題の特徴であり、弁護士の法律論の思考だけでは解決が難しいのです。仮に、保護者の行動で子どもが不利益を受けるのであれば、それは親権の濫用です。しかし、子どものために教員が親権者になることはできません。保護者対応が法的にも難しいのは、たとえ理不尽なクレームをする保護者であっても、その背後には保護者を自由に選べない子どもが存在する点にあると言っても過言ではないのです。

弁護士が保護者対応を担うべきか

子どもは保護者だけでなく、担任も選べません。保護者も担任を選べません。そして、担任もまた子どもや保護者を選べません。どんな子どもや保護者が担任クラスに存在するかによって担任の負担は大きく変わるので、運次第です。教員と保護者の関係は、こうした特殊な関係です。

また、保護者対応の負担が増えたからといって、理不尽なクレームをする保

護者が増えたというわけではありません。ほとんどの保護者は教員と信頼関係を築いており、理不尽なクレームをする保護者はごく一部だからです。


確かに、保護者の理不尽なクレームに対して、スクールロイヤールが法的な視点から毅然と対応するように助言することは一定の効果があるのかもしれませんが、学術的に検証されているわけではありません。日々子どもや保護者と接している教員よりも、司法試験に合格しただけで社会経験に乏しい弁護士が的確に保護者に対応できる保証などどこにもないのです。

ですので、私自身は弁護士が保護者対応を担うのではなく、教員自身が保護者対応のスキルを磨いていくほうが望ましいと考えています。教員として学校で勤務していると、保護者対応の上手な先生から学んだり、教えてもらうことはたくさんあります。例えば、私も保護者対応の上手な先生から、保護者会の機会に短時間で頑張つて保護者の顔と名前をできるだけ多く覚えることを教えてもらいました。担任からすれば、毎日会う子どもと違って保護者は減りに会わないので、顔と名前を覚えて次に会った時に呼び掛けるとそれだけで信頼関係が築けたりします。

また、保護者に対して毅然と対応す

神内 聡
本郷さくら総合法律事務所代表弁護士
兵庫教育大学大学院学校教育研究科 准教授
東京都内の中高一貫校で社会科教諭として勤務
東京大学法学部卒業。同大学院教育学研究科修了。著作に「スクールロイヤール 学校現場の事例で学ぶ教育紛争実務Q&A170」「学校弁護士 スクールロイヤールが見た教育現場」など。NHKドラマにてスクールロイヤール考証を担当。

教職員共済で備えませんか！
業務中に生じた賠償責任も
補償対象だから安心！
教職員賠償 総合共済



るだけではなく、気持ちもちゃんと伝えるスキルを学ぶことも大切です。担任するクラスの全ての子どもに対して責任を負う教員の気持ちと、自分の子どもだけに責任を負う保護者の気持ちは全く違うため、教員の気持ちをちゃんと伝えなければ平行線になってしまうからです。

このように、保護者対応の上手な先生から教えてもらうことは、弁護士の研修講演を聞くよりもよほど役に立ちます。教員は教育のプロであり、同時に保護者対応のプロでもあるという意識を持って、保護者との適切な関係を築いていくことが、結果として法的にも正しくなると思います。

新年度はフィルタリング!

新年度を向かえ、子どもにスマートフォンを渡す家庭も増えているのでは? でも、子どもに渡す前に、ちゃんと設定していますか? 私たちにとって身近な YouTube から、「フィルタリング」について考えます。

人気のYouTubeは キケンがいっぱい!!

いよいよ新年度です。新型コロナウイルス禍で、新しい生活様式も定着しつつある中で、子どもたちのネット利用時間は、これまでと比べ物にならないくらいに増えているようです。

ある地方で小学6年生のネット利用実態についてアンケートを取ったところ、平日4時間以上利用している児童の割合が、以前より40%増えています。また、休日は5時間以上利用する児童の割合も、50%以上増えています。

子どもたちにインターネットで何をしているのか聞いてみると、全国どこの中高でも1位はYouTubeでした。保護者の皆さんに同じ質問をしてみても、やはりYouTubeが多い。老若男女問わず、動画を観ているようですね。では、子どもたちがどんな動画を

観ているか知っていますか?まさかと思いますが、現在公開中の映画をYouTubeで観ていたらどうしますか?今の子どもたちはテレビ番組もネットで観ます。ではそのテレビ番組、テレビ局が公式に公開している動画ですか?

ポイントは、著作権が守られている動画を観ているかどうか。これが重要です。YouTubeでの見分け方は、テレビ局や制作会社などの公式アカウントかどうか。個人がテレビで放送された動画やミュージックビデオをアップしているときは注意してください(※1)。たとえば、子どもたちに人気のアニメ『鬼滅の刃』は、ネット上では公式ホームページの「配信情報」にある動画配信サイトで視聴できます。でも、それ以外の場所で観られるTVアニメ動画は、違法動画です。

「ちょっと何を観ているの?」と詰問するのではなく、子どもたちが観ているものに興味を持って聞いてください。「なんかいつも楽しそうに観ているけど、父さん母さんにも教えてよ。洗い物終わったら観てみたいから」など、会話をするきっかけにもなりますよ。

そして、教えてもらった動画が権利を侵害していたら、そのことを優しく論じてください。よくある話なのですが、「あ!こんなの観ちゃダメ!!」では、何がダメなのかわかりません。権利侵害とは何なのか。お子さんと一緒に

検索してはどうでしょう?例えば、「Androidタブレットのフィルタリングはどうすればいいですか?」と検索すれば、良い情報が見つかるはずですよ。パソコンの場合も然りです。

また、保護者が直接できるフィルタリングではないのですが、ネット回線そのものにフィルタリングをかけることができます。

便利だけど危ない フリーWi-Fi

コンビニやショッピングモール、飲食店など、今やどこにでもあるフリーのWi-Fiスポット。そのネット環境の多くは、フィルタリングがかかっていません。さらに観光客が訪れる地域では、利便性を優先にして、フィルタリングどころかセキュリティもかかっていないことがあります。

観光客が観光地に来てまで有害情報を見ることはないでしょう。でもその観光地にだって、子どもたちが通う学校があります。実際にフリーWi-Fiを使って、中学生男女がアダルトサイトを覗いていた事例もありました。インターネット環境整備法では、フ

にネットで調べてみるのも良いですね。「勉強になったよ。ありがとう」とお子さんに伝えると親子の関係も和むのではないのでしょうか。

今すぐできる フィルタリングは

さて、YouTubeを観ている子どもが使っているのは、タブレットですか?スマホですか?パソコンですか?それらには、ちゃんとフィルタリングをかけていますか?

子どもたちに有害な情報を見せないためには、機器にフィルタリングをつけることが必要です。スマホの場合、18歳未満の契約者にはフィルタリングをかけなければいけないことが法律で義務付けられています(青少年インターネット環境整備法)が、タブレットやパソコンにフィルタリングをかけるかどうかは保護者の判断に委ねられています(※2)

フィルタリングをかけていなかったことで、ネット犯罪に巻き込まれてしまう可能性が高くなるというデータもあります(※3)。お子さんをネット犯罪の被害に遭わせたり、加害者にしなく

リーWi-Fiにフィルタリングをかけるには、「利用者がフィルタリングを求める場合は提供すること」とあるのですが、知られていないようです。コロナが収束し、また観光地に観光客が訪れるようになる前に、地域のネット環境のフィルタリングについて考えてみてください。

知らない子どもたちを守れない。知らないことを理由にせずに、子どもたちのネット事情に興味を持って【見守る目】というフィルタリングから取り組んでみてはいかがでしょうか。

危ないのは 動画だけじゃない!

過去に、「無料で漫画が読める」サイトとして問題になった『漫画村』を覚えていますか。無料で漫画が読めるため、子どもたちはもちろん、大人も多く利用していました。しかしこのサイトから読めるマンガはすべて違法アップロードであり、「親ちゃダメ」なものです。

現在、違法アップロードされた漫画へリンクを張った「まとめサイト」が、再び増加しています。「無料で読めるサイト」だからと子どもや保護者が善意でアドレスを教えてください。また、これらのサイトはアフィリエイト広告などでお金を稼ぎますので、利用すれば権利侵害に加担することになります。また、これら利用者は「違法行為でお金を稼ぐ人に協力している」状態です。さらには、ウイルス感染などのリスクがあります。

なければ、お子さんが使っている機器全てにフィルタリングをかけましょう。講演会でフィルタリングの話をする時、保護者の皆さん一様に「難しそう」という顔になります。確かに何をどうすればフィルタリングになるのかわかりにくいですが、私見ですが、フィルタリングは大きく分けて3つになると考えています。

1. 使っている機器全てにフィルタリングをかける!

まず1つ目は、前述した機器のフィルタリングです。そして、使っている機器の制限(設定)もフィルタリングのひとつだと考えてよいかと思えます。代表例としては、アプリの利用回数などを確認できる「スクリーンタイム」や「デジタルウェルビーイング」です。何をどれくらい使っているのかと合わせて、

長時間利用を防ぐためにも時間の制限をしましょう。(※4)

2. アプリなどの制限(設定)

Googleの「ファミリーリンク」のように、アプリで制限をかけることです。

3. 大人の目→一番大切!

そして一番重要であり、誰でも出来る3つ目のフィルタリング。それは、子どもたちが何を使っているのか、見守る大人の目です。技術的なことがわからなくても、子どもたちが遊んでいるアプリやゲームに興味を持って知る。監視ではなく【管理】することがとても大切だと思います。

保護者の方から「スマホのフィルタリングは、購入時に説明を受けて店頭でかけてもらうのですが、タブレットやパソコンはどうすればいいですか?」と聞かれるのですが、その質問をネット

長谷川陽子

情報教育アナリスト

島根県松江市出身。「情報モラル教育」に重点を置き、全国各地の小・中・高の児童・生徒・教職員・PTA、一般の方を対象に、これまで700校以上で講演・研修を行っている。著書「ある日突然、普通のママが子どものネットトラブルに青ざめる—知らないと意外にコワイ ネットとスマホの落とし穴—」(アイエス・エヌ株式会社)



(※3) インターネットで犯罪に巻き込まれた被害児童は、9割以上が被害当時にフィルタリングを利用していません。(警視庁:平成29年上半年におけるコミュニティサイト等に起因する事犯の現状と対策より)

(※4) フィルタリング参考サイト <https://www.kodomo-safety.org/>

(※1) 子どもたちの間で問題となりがちな「歌ってみた」「演奏してみた」系動画は、YouTubeやTikTokの場合、JASRACとの包括契約がなされているので、権利上はほぼ問題ありません。ですがオフィシャルな音源を使用すると、アップロードした時点で違法となることが多いです。「踊ってみた」は注意が必要です。

(※2) 青少年インターネット環境整備法の詳細はこちらから https://www.daj.jp/cs/newswatch/180201_01/

ハザードマップを学ぼう

2

前回に引き続き、今回もハザードマップについて説明します。ハザードマップは、防災上、有益な情報ですが、利用する場合には注意が必要です。注意点を踏まえて、ハザードマップを適切に使いましょう。

地震ハザードマップ

今回は洪水ハザードマップについて説明しましたが、今回は地震ハザードマップを取り上げます。一般的に、地震ハザードマップは、震度の大きさを地図上に色分けして表示したものです（図1）。自治体によっては「地震防災マップ」など、呼び方が異なる場合があります。ほかにも地震による液状化や建物倒壊の危険度を地図上に表したものを公表している自治体もあります（図2、3）。

地震ハザードマップで危険な場所は、震度・液状化危険度・建物全壊率の高い所です（参考までに、表1に災害種別に危険な場所や区域を一覧表にまとめてみました）。

マップを見ることで、住んでいる地域に起きる危険性を理解し、住宅の耐震化や家具転倒対策など事前の地震対策に役立てることが出来ます。

ハザードマップの注意点

- ハザードマップを利用する際に、気をつけたい注意点がいくつかあります。
- ① あくまでも予測であり、予測を超える災害が発生する可能性がある。
 - ② 複数の災害がほぼ同時発生する可能性があるが、ハザードマップは通常、ひとつの災害の被害予測しか示せない。
 - ③ 市町村単位で作られるため、隣の市町村の状況や大規模災害の全体像が分からない。
 - ④ 同じ災害種別のハザードマップでも危険度の区切り方や色分けなどが自治体ごとに異なる。

表1 ■ 災害種別の危険な場所・区域

災害種別	危険な場所・区域
地震	震度の数値が大きい所、液状化危険度・建物全壊率の数値が高い場所※1
津波	浸水深の数値が深い所、津波災害警戒区域、津波災害特別警戒区域
洪水	浸水深の数値が深い所、浸水継続時間が長い所、家屋倒壊等氾濫想定区域
土砂災害	土砂災害警戒区域、土砂災害特別警戒区域
高潮	浸水深の数値が深い所

※1 ハザードマップによっては、液状化危険度や建物全壊率という表現でない場合もある。

図1 ■ 揺れやすさマップ

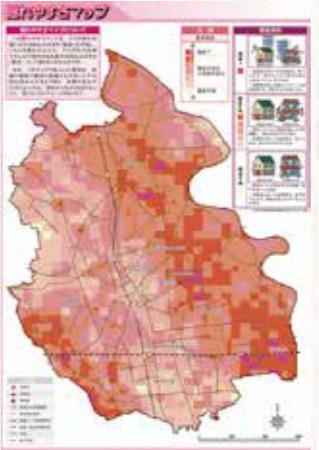


図2 ■ 液状化危険度マップ



図3 ■ 地域の危険度マップ



出典：越谷市「越谷市地震ハザードマップ」

なお、地域によってはハザードマップが作成されていない場合があります。ハザードマップがないからといって、災害が発生しないわけではないので注意しましょう。

ハザードマップを見比べよう

地震発生時、津波や土砂災害など複数の災害がほぼ同時に起きる場合があります。注意点でも述べた通り、ハザードマップはひとつの災害の被害予測しか地図上では表現できません。そこで、複

数の災害の発生が予測される場合は、関連する災害のハザードマップを見比べてみましょう。例として、ある町の津波ハザードマップとため池ハザードマップを見てみます。

図4「津波ハザードマップ」を見ると、色のついた右上部分などは津波によって浸水すると予測されています。住民が避難する際は南側を目指すこととなります。ところが図5「ため池ハザードマップ」を見ると、南側にはため池決壊による浸水想定区域が多く、津波の際に南側に避難しようとする、ため池の決壊によって避難経路が阻ま

図4 ■ 津波ハザードマップ

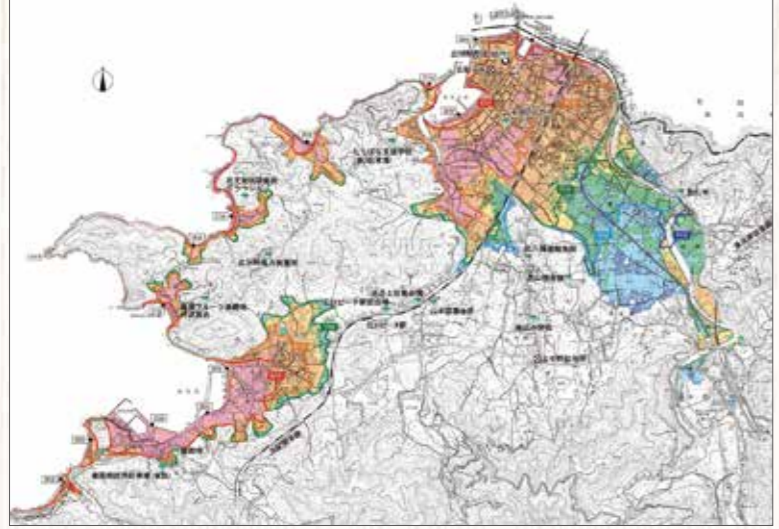
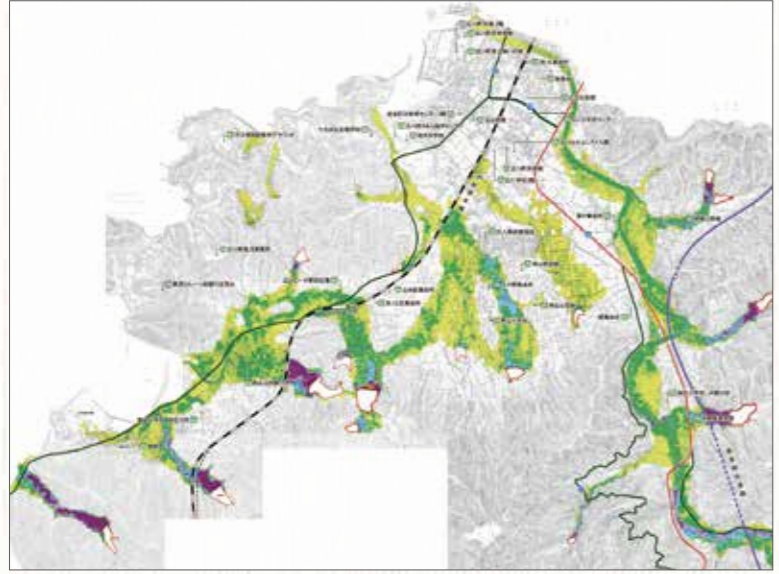


図5 ■ ため池ハザードマップ (赤い囲みがため池)



出典：和歌山県広川町「津波ハザードマップ」「ため池ハザードマップ」
(図5は編集部にてマップを合体させています)

進化するハザードマップ

国土交通省ではインターネット上に「重ねるハザードマップ」を公表しています。これを使うと、洪水、土砂災害、高潮、津波のリスク情報をひとつの地図上に重ねて表示できます。さらに現在、ため池決壊の情報も追加されつつあります。広範囲な地域の防災情報を把握することができるようになりました。大規模災害などの全体像も知ることが出来ます。

最近では、重ねるハザードマップの3D表示化も進められ、より直観的・空間的・具体的なイメージを得られるようになってきました。自治体でもハザードマップの3D表示化に取り組みしており、防災情報が住民にわかりやすく提供されることを今後も期待しています。



笠間正弘
一般財団法人
防災教育推進協会常務理事
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」





あした
元気に
⑦

1万人の悩みを解決した
管理栄養士が教える、
ダイエット・栄養・健康に
関するハウツー

寝る前にホットミルクを 飲むと痩せる理由

春です。ダイエットの季節です。ホットミルクの出番です。眠っている間に痩せる？
本当です。ホットミルクがダイエットにつながるメカニズムと、
効果の上がる飲み方などについてご紹介します。



寝る前に飲むだけで痩せる!?

寝る前にホットミルクを飲むだけで痩せるとは、簡単に魅力的ですよね。これは眠っている間に脂肪を燃焼させる働きのある成長ホルモンが分泌されるからです。

よくある勘違いですが、成長ホルモンは思春期だけに分泌されるというわけではありません。大人になると成長期に比べて量は少なくなりますが、まったくなくなるわけではないのです。成長期には大量に分泌されてグングン体格が良くなるのですが、大人になると分泌量が少なくなるだけです。この



痩せるためには熟睡が重要

眠っている間に成長ホルモンが分泌されるので、睡眠をしっかり取ることはダイエット効果があります。ところで成長ホルモンを十分に分泌させるには、単純に寝るだけでなく「熟睡」することが重要です。熟睡に対してもホットミルクの2つの効果が関わっています。

1つはホットであること。温かいという温度が重要で、温かいと自律神経がリラックスして眠りやすくなります。電子レンジの「飲み物モード」で温めたような、「ほんのり温かい温度」が大切です。アツアツだと逆に神経が興奮してしまつて眠れなくなるので、おなかを温まるような温度にしましょう。

もう1つは牛乳に特徴的に多く含まれる成分の「トリプトファン」です。これが脳内幸福物質のセロトニンの材料になります。セロ

POINT

- ① 成長ホルモンで痩せる!
- ② 分泌するには運動と睡眠
- ③ 牛乳に含まれるトリプトファン効果で
熟睡→脂肪燃焼
- ④ 牛乳が苦手ならバナナで代用

安眠でき、寝ている間に脂肪が燃焼されて痩せることが期待できるのです。



熟睡を邪魔するものは避ける

なお、寝るためにお酒を飲むのは禁物です。お酒は眠りを誘いますが、眠りが浅く、熟睡できません。しかも、アルコールには「慣れ」が出てきます。次第に眠くなるまでの飲酒量が増えてしまうので肝臓に負担がかかります。寝酒は熟睡を邪魔するだけでなく、睡眠の質も下げています。

また、カフェインの多い飲料も熟睡を妨げ



牛乳が飲めない人は

牛乳はトリプトファンを大量に手軽に取る食品として、とても優秀です。ところが牛乳を飲むとアレルギーが出たり、おなかをごろごろして飲めない人もいます。その場合は温かいハーブティーやココアなど、カフェインがゼロ、あるいはカフェインが少なくてほとんど影響がないドリンクがおすすめです。

この他にもトリプトファンが多い食品としてはバナナが挙げられます。しかし、寝る前にバナナを食べると逆に太りやすくなってしまいます。寝る前の飲食は夕食を含めて軽めにした方が太りにくいものです。バナナで代用する場合は朝に食べるようにするとよいでしょう。

普通牛乳と低脂肪牛乳 実はダイエットに向いているのは?



牛乳には「普通牛乳」と「低脂肪牛乳」があります。低脂肪牛乳の方が脂肪をカットしてあるだけにダイエット向きと考えがちですが、それは勘違いです。

低脂肪牛乳は、普通牛乳の量を減らして水で薄め、脱脂粉乳などで牛乳の風味を付けて脂肪分だけをカットしています。しかし、痩せるために睡眠の力を借りるには牛乳に豊富な「トリプトファン」をしっかり取る必要があります。このため、ダイエットにはトリプトファンの量が多い普通牛乳の方が向いています。

牛乳の乳脂肪をカットするよりも、1回に取ってしまう脂肪の量が多い食べ物にもっと注意を向ける方が、ダイエットを成功させることにつながります。

例えば、「揚げ物の回数を減らす」「マヨネーズの量を控える」「赤身肉を選ぶ」といったことが、脂肪の摂取量を減らすのには効果的なのです。

トニン(セロトニン)はストレスを緩和する成分で、ストレスで眠れないというのを防いでくれます。しかも睡眠にはストレス解消効果があるので、ストレスによる「やけ食い・やけ酒」を起すといった無駄な食欲を低減することもできるのです。

さらにセロトニンは睡眠を促すホルモンのメラトニンの材料にもなります。メラトニンが分泌されると熟睡しやすくなります。成長ホルモンは寝始めに深く眠ることで分泌が促されます。この睡眠中の成長ホルモンによって脂肪が燃焼されやすくなるのです。

ですから、寝る前にホットミルクを飲むと

交 差 点

[全国からのお便り]

老老散歩

福岡県 福永 小百合

我が家の愛犬は14歳のラブラドルです。夏はバテてしまつて、あまり散歩も行きながら心配していましたが、寒くなるとともに調子が出てきて、先日も2時間くらい散歩のお供をしました。

老犬なので、あちこちで座り込んで休憩をします。寒い中、待つているのはつらいですが、その休憩時間は、私の体操時間でもあります。背伸びをしたり肩を回したり、ある程度あたたまつたら「さあ行こうか」と誘います。そこで、彼も立ち上がり散歩の続きです。

お互いにいたわりながら、今日も老老散歩です。

増えるばかりの「〇〇教育」

愛知県 伊吹 功一

最近「〇〇教育」「〇育」という言葉が氾濫しています。道徳教育の重視、プログラミング教育、食育、がん教育…。

一般企業では、必要なものを行うと同時に不必要なものをやめていく「ビルドアンドクラッシュ」という言葉があります。教員の世界では、なぜか「ビルドアンドビルド」。増えるばかりで減っていく仕事は、ほとんどありません。しかも、教員の数も増えません。現在、教員の負担軽減がよく叫ばれていますが、私たち教員自身が、しっかりと声を出して行くことが必要だと思います。

還暦過ぎてからの挑戦

佐賀県 西岡 尊徳

定年退職してから、現在は非常勤講師として週に1日だけ勤務をしています。

健康管理、体力維持のためにランニングを始めました。最初は500

音楽の授業

奈良県 川村 春奈

音楽の専科として勤務しています。昨年10月からやっとリコーダーなどの吹奏楽器の学習が再開されました。子どもたちは久しぶりの「吹く」楽しさを味わって、なんだか嬉しそう。一生懸命に息をコントロールしようとすると、私も頑張ろうとする姿を見て、私も頑張ろうとする気ももたっています。またまた感染が少しずつ広がっているニュースが…。

感染症対策は行っているものの、不安が拭えません。早く子どもたち同士ふれあいたっぷりの授業がしたいです。

シメのラーメン

北海道 三浦 崇史

教職員共済だより177号の「あした元気に⑥」で紹介された、シメにラーメンを食べても太らない方法は、私の明日を元気にしてくれる最高の企画でした。ラーメン大好き人間の自分にとって、若い頃、飲み会のシメのラーメンは常識中の常識でした。しかし、結婚し年を重ね体重も体形も増加の一途をたどり、高血

四国の魅力を再発見

高知県 久保田 美紀

広島・岡山方面だった修学旅行が、コロナ禍で四国の近隣県に。来島海峡大橋を歩いて渡ったり、別子銅山跡の坑道を探索したり、日本一広い日本庭園・栗林公園やオープン間もない四国水族館を巡ったり…。

正直あまり乗り気ではなかったのですが、いざ行ってみると予想以上に魅力的で、四国の良さを再発見できました。子どもたちも楽しかったようで嬉しい誤算。思い出深い素敵な旅になりました。

SNSに感謝

京都府 榛原 久仁子

地域の英語好き6名が集まって続けていた「大人のESS」。3密を避けてオンライン化したところ、仲間が60名以上に拡がり、現在スカイプで海外のコミュニティとも楽しく交流しています。

学校では読書の秋に、病気で入院中の生徒たちと、「斉ライブ配信による「リモートブックトーク」」をさせていただきました。SNSの普及に大感謝!!

「ない」と言われました。噂には聞いたことがありましたが、もしそうだったら見るのは初めてでした。他の樹を調べてみたら、何と5本中3本に、トカゲ1匹、10cmくらいの小さなヘビ2匹が枝に刺さっていました。インターネットで調べたら、モズの不思議な生態として写真で載っていました。何のために行われるかは、検証されていないようですが、わが家の裏庭で起こっている不思議な、理科を専攻したものとして感動しました。

入院・休業の共済金

沖縄県 米蔵 任

昨年5月、心筋梗塞を患い、手術・入院することになりました。仕事を1カ月余り休むことになり、さまざまな不安を感じながら過ごしていました。

教職員共済の総合共済から、休業中の共済金をいただきました。経済的な負担を減らすことができました。ありがとうございました。

教職員共済のホームページに遊びに来ませんか？

お役立ちコラムが読める！

各種共済の掛金見積りや資料請求ができる！

共済の内容をチェックできる！

共済を利用している仲間の声が聞ける！

退職予定者向けの動画セミナーに申し込める！

頭の体操に応募できる！

いろいろできます。まずはアクセスを！

トリプルガード(団体生命共済・医療共済)制度改定のお知らせ

トリプルガード(団体生命共済・医療共済)は、2020年11月5日に開催された第142回臨時総代会の承認を受け、2021年8月1日より制度の改定を実施します。

今般の改定は、以下の教職員の皆さまを取りまく社会情勢の変化に対応し、よりご契約者の皆さまにとって安心な制度とすることを目的としたものです。

- ① 年金開始年齢の65歳引き上げにともなう、定年退職後の再任用や再就職等の増加・定年延長の検討開始など、就業環境の変化
- ② 入院期間の短期化、在宅療養へのシフトなど、医療環境の変化

1. 改定内容

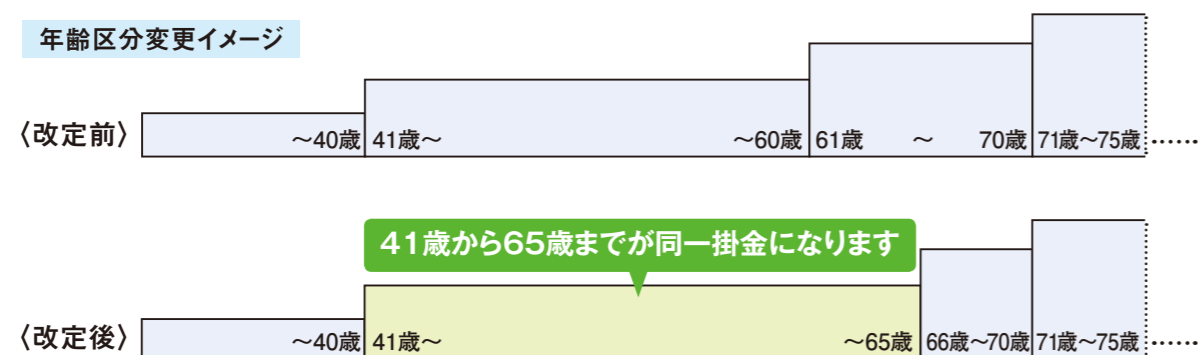
(1) 掛金の年齢区分の見直し ■ 団体生命共済・医療共済共通

65歳までを現職者とした前提の区分に変更します。

41歳以降70歳までの掛金の年齢区分において、これまでは41歳～60歳・61歳～70歳としておりましたが、41歳～65歳・66歳～70歳の区分に変更となります。

同時に、これまで団体生命共済に30口までご加入いただける年齢を60歳までとしておりましたが、65歳までに変更します。

年齢区分変更イメージ



(2) 保障内容の見直し

① 公務・交通災害死亡時の保障額の見直し ■ 団体生命共済

公務や交通事故により亡くなられた場合の保障額を、これまでの(通常死亡時の)1.5倍から2倍に増額します。

② 日帰り入院保障の追加 ■ 医療共済

これまで「1泊2日以上入院」としていた支払基準を、「1日以上入院」に変更し、日帰り入院に対しても共済金をお支払いします。

③ 退院特約の見直しによる退院後療養特約への変更 ■ 医療共済

退院後の通院および在宅療養の増加に対応するため、これまで「20日以上継続入院後に退院したとき」としていた支払基準を「10日以上継続入院後に退院したとき」とし、名称を「退院後療養特約」に変更します。

④ 手術特約の保障対象の追加 ■ 医療共済

手術特約の保障対象に、新たに流産手術(公的医療保険制度の対象となる手術に限ります)を追加します。

(3) お子さまの加入条件の見直し ■ 団体生命共済・医療共済共通

お子さまの新規加入およびご契約を更新できる条件を、「同一生計で未就業の未婚の子」から「同一生計の子」に変更します。就業・結婚した場合でも、同一生計のお子さまであればご契約を更新いただけるようになります。

※新規加入については、21歳以下のお子さまに限りです。年齢は毎年8月1日における満年齢です。
※同一生計とは、契約者と扶養関係にある場合や契約者と同居している場合をいいます。

(4) 掛金の変更 ■ 団体生命共済・医療共済共通

上記の変更内容および直近の共済金支払実績を反映した結果、全体の掛金に変更になります。

2. 24時間電話健康相談サービスの導入

団体生命共済または医療共済をご契約の皆さまが、健康や医療に関して不安を感じた際に安心してお過ごしいただけるよう、健康・医療・介護・育児・メンタルヘルス・医療機関情報等の提供について、医師・看護師・保健師・臨床心理士などに24時間365日、いつでも無料で電話相談できるサービスを新たに導入します。

このサービスは当生協が外部の専門会社に委託し、その専門会社がサービスを提供します。相談受付電話番号等の詳細は、共済証書をお送りする際にご案内します。

3. 改定の実施時期

契約日または更新日が2021年8月1日以降の共済契約より実施となります。

! トリプルガード(団体生命共済・医療共済)をご加入いただいている組合員の皆さまへ

5月下旬から順次、満期のお知らせをお送りいたします。
次期更新の保障内容、掛金を必ずご確認ください。

トリプルガードの保障の概要は動画でもご覧いただけます!

動画では、「死亡保障」や「医療保障」を考える時のポイントをあむりんがわかりやすく解説。
もちろん制度改定によりパワーアップするトリプルガードのおすすめポイントもご紹介します。
ぜひご覧ください!



動画はこちら

イメージキャラクターの「あむりん」です。



教職員共済各種お問合せ先

● 共済金請求のご連絡 ●
☎ 0120-065411
受付時間: 平日9時~17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

● 契約に関するお問合せ ●

所属事業所までお問合せください。全国の事業所一覧はコチラから



必要事項をご記入の上、のりを塗り、貼り合わせてご投函ください。
※消えるボールペンでの記入はお控えください。文字が消えることがあります。

フリガナ お名前	性別 (男) (女)
生年月日 19 年 月 日	
組合員番号 (教職員共済組合員の方のみ)	
〒	
ご勤務先所在地 都道府県 (1.国立大学法人 2.公立 3.私立 4.その他)	ご勤務先名
日中の連絡先 ☎ ()	携帯等/勤務先

本枠内はすべてご記入ください

資料請求 ご希望の詳しいパンフレットをお送りします。
希望される方は、/を入れてください。

総合共済	レスキューズリー 交通災害共済
トリプルガード 団体生命共済・医療共済	火災共済・自然災害共済
自動車共済	車両共済(車両保険)
新・終身共済(月払型)	年金共済

※新・終身共済(月払型)をご契約いただけるのは、55歳までの方です。

頭の体操 178号の答 ※複数応募無効

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

※頭の体操はwebからも挑戦・応募いただけます。
教職員共済ホームページのトップページより
「教職員共済だよりオンライン」にお進みください。

(谷折り)

アンケート

印象に残った記事を3つまで「1」～「3」で順位付けてください。

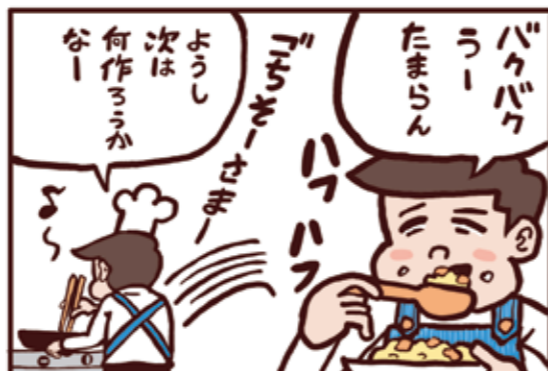
私のおすすめ! 全国の旨いもん	防災基礎講座
伝えたい「いのちの重み」	あしたの元気に
教えて! スクールロイヤー	交差点[全国からのお便り]
知っておこうネットのアレコレ	シンマイ先生

切り取り線

切り取り線

のりしろB

のりしろB



日ごろ感じていることや、教職員共済に対するご意見・ご要望などを自由にお書きください。次号以降の交差点等に掲載されることがありますので、あらかじめご了承ください。また誌面についてのご感想もお待ちしております。今後の誌面づくりの参考とさせていただきます。

本資料請求書にご記入いただいた個人情報は、該当資料を送付するために使用するほか、教職員共済が行う事業のご案内、よりよい商品・サービスの提供のために利用させていただきます。
※教職員共済の個人情報の取扱いに関する詳細はホームページ (https://www.kyousyokuin.or.jp/) でご覧いただくことができます。

編集後記

■ 毎号「頭の体操」にたくさんのご応募をいただき、ありがとうございます。クロスワードパズルの作者としては、読者の皆さまからのお便りが、何より励みになっています。「毎回楽しみにしています」「今回は少し難しかった」「簡単すぎる」など、同じパズルでも意見は様々で、結局は作者である自分の感性で難易度が決まります。

私事ではありますが、長年お世話になった教職員共済を3月末で退職することになりました。教職員共済だよりの編集には通算10年ほど携わり、いろいろな方々にお世話になりました。改めて感謝いたします。(目下部)

■ ホッキョクグマの赤ちゃん、なんと7年ぶりに誕生しました。しかも大阪・天王寺動物園と秋田・男鹿水族館G.A.O.の2カ所! 国内のホッキョクグマは年々頭数が減り、国外からの導入もほぼ不可能。もう十数年もすれば、彼らに会える場所はごく限られた園になるでしょう。ゴリラやゾウなども、いずれそうなるといわれています。

子熊に会えるチャンスはそうないので、大阪に行くのは確定として、できれば秋田にも行きたい! 行くならば、男鹿半島のサイクリングコースをロードバイクで走ってみたい。そういう気持ちはあるのですが、すべてはコロナ

と先立つもの次第。世の中、なんともままなりません。(瀧川)

■ 新型コロナウイルス禍で、家にいることが多くなりました。家にいる時間が増えると気になるのが、部屋の物の多さ。夫婦ともに捨てられない性格が災いし、子ども達が高校1年生、小学5年生になった今も、ベビーカー、チャイルドシート、おもちゃ、絵本等々、処分することができません。先日、一念発起し、リビングの片隅の不用品を処分。数時間の大掃除でしたが、びっくりするほどすっきりしました。家族もその効果に驚き、自分たちも片付けるとのこと。今度こそは、家族全員で断捨離して、すっきりときれいになった家に住めるかも。(佐藤)

■ 春を迎えたというのに、マスクのために花の香りもかけない日々が続いている。マスク着用、手洗い・うがいという習慣には慣れたが、この1年ですっかり変わってしまったコミュニケーションのあり方についてはどうだろうか? 画面越しの会議や面談、メールでの打ち合わせなど、合理的で便利ではあるが、どことなく「伝わり切らない」感覚を覚えてしまっている気がする。古い世代の人間だからだろうか?

ところで春は別れの季節でもある。「頭の体操」制作者としてお馴染みの日下部職員が3月で退職となる。軽妙なトークでいつも部内を和ませていただいた。お別れのハグはできないけれど、一同本当に感謝しています!(土川)

一般社団法人社会応援ネットワークからのお知らせ

コロナ禍の教職員、保護者、子どもたちの不安やストレスに対応する心のケア・ストレスマネジメント情報ポータルサイト

こころの健康サポート部

情報更新中!

編集部が届いた相談に専門家が答えるマンガ動画シリーズを公開しています!

社会応援ネットワークでは、「#子どもの心のケアプロジェクト」の一環として、心のケアに関する悩みや質問に各分野の専門家がWEB上で答えるサイト「こころの健康サポート部」を運営しています。

コロナ禍のストレス対処や新型コロナウイルスについての基本的な知識を子どもにも分かりやすく解説したマンガ動画「ガンバちゃんのお悩み相談室」第1弾、第2弾を公開中! 左記QRコードからご覧ください!!
https://youtu.be/iCj85321JKQ

<https://kokoro-support.info> こころの健康サポート部

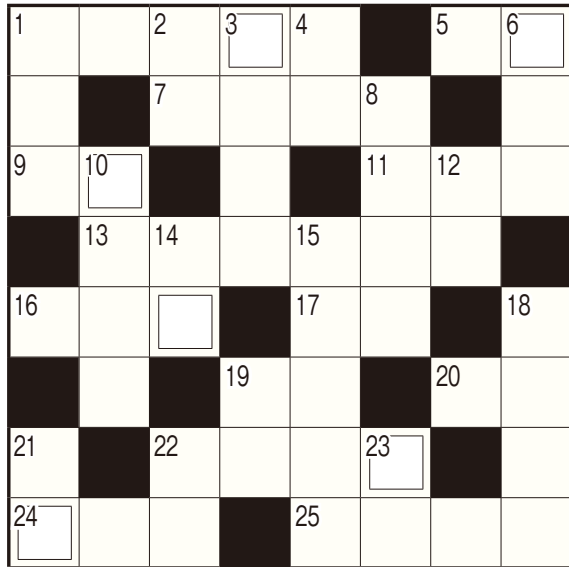
社会応援ネットワーク 企画・運営

継続運営のための寄付も受け付けております。ご支援をお願いいたします。

頭の体操

ヒント 春の花 forget-me-not

二重ワクの文字をならべかえると答になります。



出題・日下部信博

タテのカギ

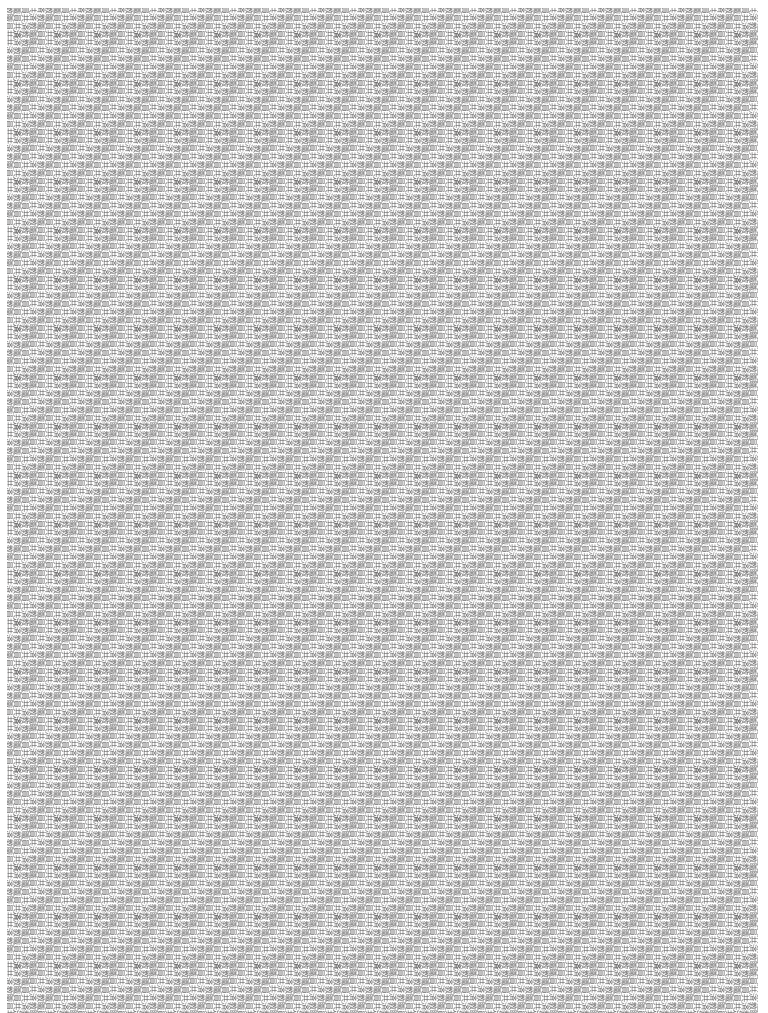
1. 代表作は「ひまわり」
2. スタンダードの名作「〇〇と黒」
3. 新型コロナウイルスには、これで対抗
4. 市場の競売
6. サラリーマンが着る定番
8. 選び抜かれた優れたもの
10. 腕2本で体を支えて足は天に向かう
12. 華麗に馬を乗りこなす〇〇ボーイ
14. 琵琶湖の名産〇〇寿司
15. 干潟を掘って貝を捕る
18. 馬耳〇〇〇〇
19. 試験対策で〇〇問を解く
21. タンスとか机とか
22. プロ←→
23. ステーキの生焼き

ヨコのカギ

1. 鳴くよウグイス平安京
5. 時間などをむだに費やすこと
7. 「%」で表す
9. アシスタントの役割
11. 勉強と両立したい
13. アレルギー症状のひとつ
16. ニックネームのこと
17. 動物園の動物たちはこの中
19. 賛成か不賛成か〇〇を問う
20. 五輪で3位になればこのメダル
22. 石川啄木詩集
24. お前はまだ〇〇〇を知らない
25. シェイクスピア4大悲劇のひとつ

切り取り線

切り取り線



料金受取人払郵便



差出有効期間 2023年3月31日まで 切手は不要です

162-8790

東京都新宿区山吹町10-1
ラポール日教済

教職員共済生活協同組合
教職員共済だより編集係行

176号の正解

「リモートワーク」
応募総数7404通(正解7359通)の中から抽選で300名の方に図書カードをお送りしました。ご応募ありがとうございました。
※カギの答は、ホームページに掲載しています。

応募要項

- 応募用紙、はがき等にバズルの番号、住所、お名前(フリガナ)、組合員番号、勤務先をご記入の上、〒162-8624 東京都新宿区山吹町10-1 教職員共済「教職員共済だより編集係」宛にお送りください。
- ご応募の締め切りは6月20日(消印有効)。
- 正解者の中から抽選で、50名の方に図書カードをプレゼント。当選者は発送をもって発表にかえさせていただきます。(複数応募無効)
- ご意見、ご感想などもお書き添えください。本誌「交差点」やホームページの「ご加入者の声」各種広告、メールマガジン等に掲載させていただきます。
- 教職員共済のホームページからも応募投稿いただけます。



切り取り線