

2025年、
教職員共済は創立60周年を迎えました。

教職員共済 だよ!

不機嫌な教室 26

いじめ防止対策の さらなる強化に向けて



環境保護の観点により、ホチキス留めはしていません。

LINEの友だち登録で
壁紙プレゼント

こちらから!



教職員共済 だより

2025年 vol.195

CONTENTS

- 3 私のおすすめ! 全国の旨いもん⁵³ 石川県 おこしあめ
- 4 ヨーコ先生の「知っておこうネットのアレコレ」²⁹
身近で起きる特殊詐欺から被害も加害も防ごう!
情報教育アナリスト 長谷川 陽子
- 6 不機嫌な教室²⁶
いじめ防止対策のさらなる強化に向けて
評論家・NPO法人「ストップいじめ!ナビ」代表理事 荻上 チキ
社会心理学者 高 史明
- 8 あした元気に¹⁹
夏こそ食べたい野菜・果物
- 10 知って役立つ! 防災講座①
大雨・台風の災害から命を守る!
東北大学災害科学国際研究所 防災実践推進部門
防災社会推進分野 准教授 佐藤 翔輔
- 12 助け合いの力で水害に備える!
- 14 NOTICE [教職員共済ニュース]
- 16 交差点[全国からのお便り]
- 18 編集後記
- 19 連載まんが シンマイ先生⁵⁸ ぬまたこうたろう
- 20 頭の体操

「教職員共済だより」は、最新号、バックナンバー共にホームページでもお読みいただけます(PDFデータです)。
<https://www.kyousyokuin.or.jp/enjoy/publish/>



発行人/瀧本司 編集/事業メディア部
編集スタッフ/土川泉 佐藤かおり 瀧川真美 矢部貴子



写真提供:あめの俵屋

旨いもん⁵³ No.53

石川県 おこしあめ

琥珀色に輝く宝石。それを口に含むと優しい甘い味わいが広がった——これは、私が小学生の頃の記憶だ。

「宝石」とは「おこしあめ」。これは金沢の老舗・俵屋のあめで、俵屋といえば「じろあめ」という柔らかい飴で有名だが、私はそれよりもこの堅いおこしあめが好きだった。おこしあめは樽に入った堅い固形の飴で、食する際は、それを金槌などで叩いて、割れ落ちた欠片を嘗める。

飴はすこぶる強く、子どもの力では割ることができないから、父に頼んでいつも割ってもらっていた。父から手渡されたその欠片は、まるで黒曜石を割ったようなシャープな断面で、透き通った琥珀色に輝く宝石の原石のような美しさだった。その幻想的な美に、しばし見入った後、おもむろに口に含む。硬質の冷たい外見とは裏腹の、優しい素朴な甘さに体の隅々まで満たされていくような感じがした。

大人になってからは、おこしあめを食べる機会は無くなってしまったが、今でもあの琥珀色の輝きを思い出すたびに、飴を割る、今は亡き父の後ろ姿が蘇ってくる。

「久しぶりにおこしあめを買ってみようか?」この文章を書きながら、ちょっとした思いつきに、今、子どものように心躍らせている。

(石川県立小松北高等学校 澤田 千尋様より)

「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
<https://www.kyousyokuin.or.jp/>
掲載者には図書カードをプレゼント!



あんしん むすぶ
教職員共済

火災補償 3,000 万円で 年掛金 21,000 円って ホントですか?!



※上記の金額は、木造住宅で火災共済を建物契約 300 口ご契約時の最高補償額と年払い掛金額です。

はい、ホントです! しかも掛金 全国一律!

教職員のためにつくられた教職員共済ならではの制度です!

火災共済 & 自然災害共済

(住宅災害等給付金付火災共済)

イメージキャラクター
あむりん



詳しい
補償内容が
知りたい!

今入ってる
保険の内容を
確認したい!

ご相談は各事業所へ



資料請求はこちら



カンタンお見積り



こんな心配事がある方もお気軽にご相談ください



地震リスクが
高い地域だ



台風や大雨の
被害が心配...



築年数が
経過している

■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。
■自然災害共済は、火災共済との同口数のセット加入となります(単独ではご契約いただけません)。 承 25- 企-07 (2504)

身近で起きる特殊詐欺から被害も加害も防ごう！

2025年に入り海外を拠点にした特殊詐欺や、警察官を語る特殊詐欺の報道をよく目にするようになりました。これまでも闇バイトについて解説してきましたが、子どもたちを被害者にも加害者にもさせないために、最近の特殊詐欺事情を紹介します。

📶 教職員も警察官も SNS を使うけれど…

夏休みに入り、子どもたちの様子はどうか。昭和の時代とは違って、日に焼けて真っ黒になっている子どもは少ないようです。その代わりに、ピアスの穴を髪の毛で隠している、なんだか口数が少なくなったなど、見た目の変化や内面の変化が出てきている子どもが増えているのは？

中高生になると、男女関係なくメイクをしたり、夏休みの間だけヘアカラーやエクステを保護者容認で楽しんでいる子どももいるようです。多様性の時代ですから、教育の現場の意識も徐々に変化しているのではないのでしょうか。

時代の変化といえば、SNSひとつとっても、かつては校長先生、教頭先生でSNSを使っている方にお会いするのは稀でした。「SNS」と言っただけで、顔をしかめて、なぜか毛嫌い。2011年にサービスインしたLINEも、普及し始めた頃のニュースで個人利用していない職業上位に教職員が入っていたと記憶しています。ですが最近では、孫との画像を「みてね」(※1)で共有す

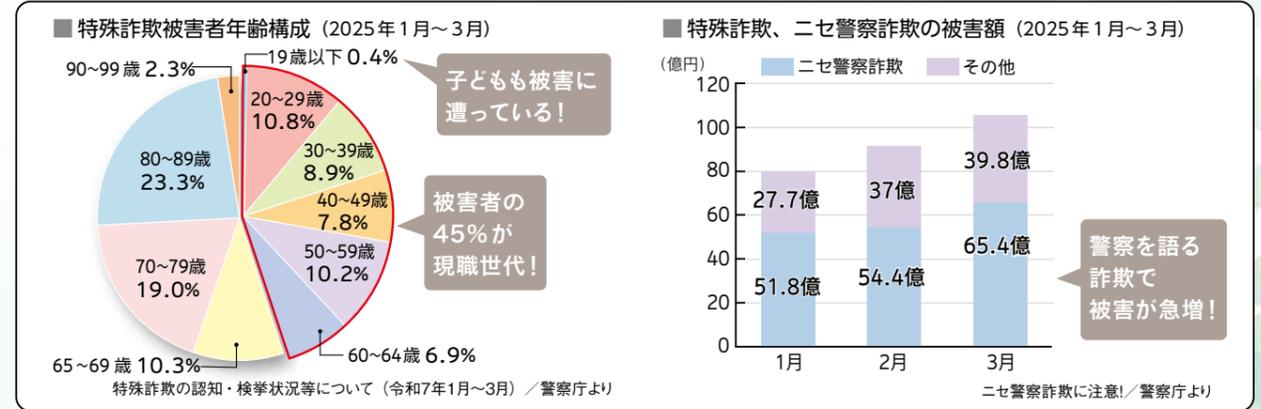
る先生も増えていきます。そしてLINEを個人利用していない職業トップは警察官でしたが、今は学校からのお知らせはLINE、警察はSNSを使って広報活動をしているところがあります。

📶 特殊詐欺の最近の手法を知ろう

だからこそ注意してもらいたいのが、警察はLINEで個人にメッセージ(画像)を送ったり、ビデオ通話で話すことはありません。これはすべて、詐欺です。

最近、警察の電話番号(実在する警察署の電話番号を偽装表示。末尾が0110)から電話をかけてきて、「あなたの携帯電話や通帳が特殊詐欺に使われていたことがわかった」などと言ってLINEに誘導し、保釈金の支払いといった名目で現金をだまし取る特殊詐欺(ニセ警察詐欺)が急増しています。

しかもターゲットは高齢者だけではなくありません。ある50代の被害者は、31回にわたり約9800万円をだまし取られました。冷静に考えれば、LINEやホームページ(詐欺用に作られた監視庁の



偽ページ)で逮捕状を見せる、警察手帳を見せるなんてありえないのですが、いきなり警察から電話がきたら、「え!?」と驚いてしまいますよね。相手は詐欺のプロですから、その一瞬の隙をついてくるのです。10代にも警察を名乗る詐欺電話はかかってきているので、この先、子どもを入口にして親を騙す手口も出てくるかもしれません。繰り返しますが、警察はLINEで個人にメッセージを送ったり、ビデオ通話したりしません! LINEに誘導されるようになったら、詐欺。相手が個人情報を知っている、電話を切って、最寄りの警察署に相談しましょう。

📶 子どもを特殊詐欺の加害者にさせない!

さて、入口とえば、最近ではオンラインゲームが、闇バイトの入口になっている事案も増えてきました。

仮想空間ゲームとして世界的に人気の『マイクラフト』で遊んでいると思ったら、闇バイトの入口のドアをノックしていた…など、本当にごく普通の子どものたちがリスクにさらされているのです。

📶 SNSでアルバイトを探す危険性

実際、自らトクリュウ(※2)に入ろうと思ったわけではなく、オンラインゲームで知り合った相手から「海外でバイトしない?」と誘われ、渡航した結果、監禁状態で「かけ子」をさせられる事件も複数発生しています(下に事例を掲載します)。2024年の1年間で特殊詐欺事件で検挙された2274人のうち、10代は416人(※3)。なんと5人に1人です。闇バイトで逮捕者された600名のうち6割が、加担のきっかけは「友達や学校の先輩に誘われた」と監視庁が講演で語った報道もありました。

今年5月に、闇バイトを募集するリクルーターをしていた高校生(当時)が逮捕されました。彼の手口はSNSで「お金に困っている方」などと呼びかけて、反応した人に特殊詐欺の仕事をおっせんするもの。今やSNSでバイトを探すのは当たり前になっていきます。高校生でも36.7%がSNSでアルバイトに応募したことがあると答えています(※4)。以前の連載で出し子と受け子

どっちが闇バイト? クイズでわかる「危険な求人情報」の見分け方



※1 MIXI が提供する写真・動画共有アプリ。正式名称は「家族アルバム みてね」
 ※2 匿名・流動型犯罪グループの略称で、SNS や求人サイト等を利用して実行犯を募集し、特殊詐欺や強盗などを行う犯罪集団。
 ※3 令和6年における特殊詐欺及びSNS型投資・ロマンス詐欺の認知・検挙状況等について(確定値版) / 警察庁より
 ※4 高校生のアルバイト調査(2024年) / マイナビより
 ※5 教職員共済だより188号「子どもたちが“今”使っているSNS知っていますか?」バックナンバーは教職員共済ホームページ「楽しむ・応募・投稿」の「教職員共済だよりオンライン」にてお読みいただけます。

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840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)
 [公式サイト] <https://www.hasegawa3.org/>

海外の仕事を紹介されて犯罪に加担させられた事例

- オンラインゲーム上で知り合った人から海外の仕事を紹介され、タイへ渡航後、ミャンマーへ密入国させられた。そして、マシンガンで武装した者が監視する建物に連れて行かれ、詐欺をさせられた。
- インターネット上で知り合った人から海外での仕事を紹介され、タイへ渡航後、ミャンマーへ密入国させられた。ノルマを課され、出来なければスタンガンで暴行される環境下で詐欺をさせられた。
- 知人から海外の仕事を紹介され、中国へ渡航すると、詐欺をするように言われた。帰国したいと言うと、暴力団の名前を使って脅された。領事館へ助けを求め、保護された。

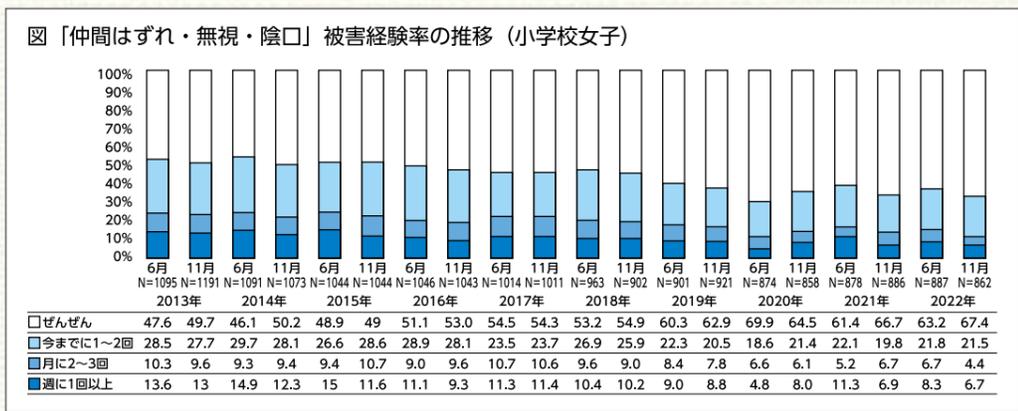
「海外で儲かる仕事」は危険です! / 警察庁より

いじめ防止対策のさらなる強化に向けて

「いじめ防止法」といじめの発件数

2013年に「いじめ防止対策推進法」以下、「いじめ防止法」というが成立、施行されました。この法律が施行されてから、全国の小・中・高校等におけるいじめ対策がじわりと変化しました。

立法以前のいじめ対策は、「学校任せ」の傾向が強くなりました。一方で「いじめ防止法」は、自治体や学校に対し、さまざまな行動を求めています。例えば、「行動計画を策定すること」「緊急事態に対応すること」「担任一人でいじめに対応してはならず、学校として対応すること」などです。



(出典) 国立教育政策研究所「いじめ追跡調査2019-2022」

これは、小学校でのいじめ経験が少なくなった世代が中学校へ進学したことで、結果として中学校でもいじめが減ったと考えられます。いじめ対策の引き継ぎ効果が得られたのであれば、

動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」によれば、いじめの「認知件数」は、増加傾向にあります。ただしこの数字は、あくまで「国が把握した件数」であるため、いじめの発見や対処が増えるほど見かけ上の数字が増加するという、クセがあるデータです。「認知件数」は、今ではむしろ、いじめに対して社会がどれだけ積極的に取り組んでいるかを示す指標であるといえ、その読み取りには注意が必要です。

では、実際の増減はどうなっているのでしょうか。この点を明らかにする手がかりとして、国立教育政策研究所が行っている「いじめ追跡調査」があります。この調査は90年代から現在に至るまで、同じ調査項目で継続されています。協力してくれる特定の学校で、児童生徒自身が経験した

喜ばしいことです。同時に、中学校独自の取り組みだけでは効果が見られないのは歯がゆいところでもあります。

いじめをなくすために大人がすべきこと

この継続調査の中で例外的な動きを見せたのが、2020年からの新型コロナウイルス感染症禍の影響です。例えば、2020年6月時点の調査では、小学校におけるいじめ被害経験率がこれまでにない低水準まで下がりました。学校閉鎖や行動制限によって、物理的な接触の機会が減少したこと起因する一時的な変動と考えられます。実際、2021年にはいじめ件数が再び上昇し、2022年にはほぼコロナ禍前の水準に戻りました。

そもそも接触機会が減れば、いじめは減少します。いじめを行う状況やきっかけ、つまり「いじめ機会」そのものを減らすことは、有効な手段でもあります。

ただし、いじめ機会を減らすために集団教育を基本とする学校から子ども同士の接触をなくすことは、現実的ではありません。学校ストレスの抑制、大人の適切な関わりや見守りといった構造的な背景についての

被害・加害について、直接アンケートを行います。しかも一度のみではなく、小学生から中学3年生になるまで、継続的に同じ児童生徒に聞き続けます。そのことで、「いじめは入れ替わり続ける」「ほとんどの児童生徒が、加害者も被害者も経験すること」などを明らかにしています。

具体的に、「いじめ追跡調査2019-2022」を読み込んでみましょう。90年代からいじめの加害経験率も被害経験率も横ばい状態でした。例えば小学校の段階では、「いじめ防止法」施行前の2010年代前半にかけて、男子の「仲間はずれ・無視陰口」などの被害経験率は、おおむね50%前後で推移していました。しかし、2016年後半から40%前後へと減少しました。女子についても同様で、かつては50%前後で推移していた被害経験率が35%以下まで減少しています(図)。

この変化は、単なる年度ごとのばらつきや誤差の範囲を超えているため、調査報告書では、「いじめ防止法」の成立が影響している可能性を指摘しています。法律の施行直後から変化が現れたわけではないことから、学校現場に制度が定着していった2015-2016年ごろに、ようやく明確

議論は、変わらず必要なのです。

ここまで見てきたように、小中学校におけるいじめの被害経験率は、ここ数年で明確な減少傾向を示しています。ただし、それが「いじめ防止法」のどの要素に起因するものなのか、は完全には解明されていません。「いじめ防止法」では、各学校がいじめ対策に取り組むことを求めています。実際に各学校でどのようないじめ対策が行われているかを国は把握しきれません。つまり、どの対策が効果を発揮し、どの対策はあまり意味がなかったのか、といった比較研究が難しいのです。

ただ幸いに、いじめ減少策についてはさまざまな実証研究が蓄積されており、効果のないいじめ対策はある程度わかっています。代表的ないじめ防止プログラムである「オルヴェウスいじめ防止プログラム(ノルウェー)」や「KiVa(フィンランド)」などは、本連載②で紹介したように、導入後にいじめ加害経験者をおよそ20%、いじめ被害経験者をおよそ15%減少させたという知見があります。このような先行事例に照らして考えると、日本のいじめ対策にもさらなる「伸び代」があると評価することができそうです。

な効果が見られるようになったと読み取ることができます。

中学校でのいじめ減少効果を確認

本連載②でも少し触れましたが、2014年頃から2018年にかけて、小学校でのいじめが減り始めました。一方で、2016-2018年の時点で、中学校のいじめの被害経験率に大きな減少傾向は見られませんでした。いじめ防止プログラムは、早期であるほど効果をもたらします。とはいえ、中学校でもいじめ対策は進んでいない、いじめが減少していったのはなぜでしょうか。効果的な対策が取れていなかったのでしょうか。それともいじめの抑制効果を打ち消す要因があったのでしょうか。その背景が注目されていました。

また、いじめ対策が始まって以降に小学校で過剰化した子どもが中学生になった時、どうなるのかもポイントでした。そのまま減少効果が持続するのか、それとも中学校の何かしらのファクターによってその効果が打ち消され、横ばいの状態に戻るのか。

2019-2022年の調査結果では、中学校での減少が確認されました。

も紹介してきました。児童生徒を対象にしたのであれば「ピアカウンセリング」(アクティブリスニング、情動的サポート、支援的コミュニケーションなど)や「感情制御トレーニング」(学校ポリシーの確立)などです(本連載②)。

② 「いじめ防止法」成立から10年以上が経ちました。次の10年で、さらに10%以上のいじめ減少を確実に達成するための取り組みが、大人たちに求められます。



萩上 千キ

1981年生まれ。特定非営利活動法人「ストップいじめ!ナビ」代表理事。ラジオパーソナリティ。評論家・編集者。社会調査支援機構チカラボ代表。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)、『未来をつくる権利』(NHK出版)など



高 史明

1980年生まれ。社会心理学者。博士(心理学)。東洋大学社会心理学科教員。偏見・差別・個人的な経験の記憶、労働や教育に関わる心理社会的問題等の研究を行ってきた。主な著書に『レイシズムを解剖する：在日コリアンへの偏見とインターネット』(勁草書房)など

※不機嫌な教室②は「教職員共済だより」183号(2022年7月)、②は185号(2023年1月)に掲載しています。 ※バックナンバーは教職員共済ホームページの「楽しむ・応募・投稿」からお読みいただけます。



管理栄養士
健康運動指導士
NR・サプリメントアドバイザー
菊池真由子



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

夏こそ食べたい野菜・果物

毎年のように酷暑が続いています。そうになると食べたくなるのが、アイスクリームやビールなどの冷たいもの。しかし、暑さを乗り越えるための効果が高い食べ物は野菜と果物です。これらは、高い気温や紫外線から身を守ってくれます。その特徴と効率的な摂取の仕方について解説します。

野菜と果物で暑さに対抗

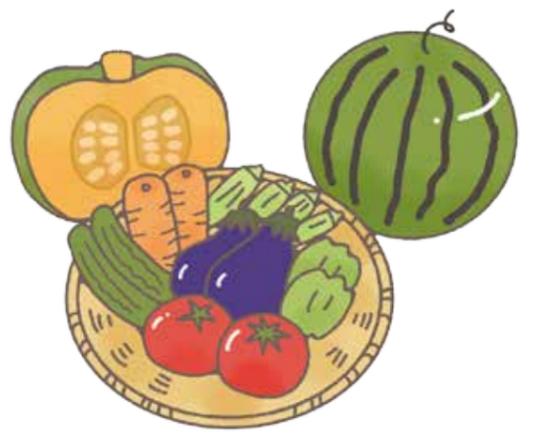
暑い時期になると、気温が高く直射日光が延々と降り注ぐ国や地域原産の野菜・果物がたくさん出回ります。暑さが厳しい地域で育つ野菜・果物は、高い気温や強い紫外線から身を守る栄養素や成分をたくさん持っています。これらの野菜・果物は、暑い時期に失われやすいカリウム、必要量が増すビタミンA(βカロテン)やビタミンCが豊富。さらに紫外線対策や暑い時期を乗り切るために重要なポリフェノール類がたっぷり入っているのも特徴です。そのため、暑い時期に暑い地域で育った野菜や果物を食べると「食べる暑さ対策」になるわけです。

夏が旬で色が濃いもの

例を挙げると、モロヘイヤ(エジプト)、にんじん(アフガニスタン)、なす・きゅうり・ゴーヤ・マンゴー(インド)、トマト・ピーマン・かぼちゃ(南米)、オクラ・スイカ(アフリカ)、オレンジ(ブラジル)などがあります(カッコ内は原産国。諸説あり)。でもいろいろ

カリウムを生で摂取

野菜・果物に共通する栄養素がカリウムです。私たちの体の細胞には細胞の内と外の両方に水分が必要です。カリウムとナトリウムが適正な濃度になるようにバランスを取っていますので、カリウムは生命活動そのものの維持に欠かせません。汗をたくさんかく時期はカリウムが失われやすいので、暑いときは積極的に摂りたい成分です。そして、ナトリウム(食塩の



ビタミンとポリフェノール

そして暑い時期は紫外線が多く降り注ぎます。UVケアなどとしても紫外線の害からは身を守り切れません。紫外線はシミやシワなど皮膚だけでなく、全身の老化を促します。しかも紫外線は発がんをもたらしすこともあります。

そこで紫外線からのダメージから体を守るためにビタミンA(βカロテン)やビタミンC、ポリフェノール類が活躍します。これらは、老化にブレーキをかける酸化作用が高い栄養素です。夏に旬を迎える野菜や果物には、特に暑さや紫外線に対抗するためのポリフェノール類が豊富です。積極的に摂取して暑い夏を乗り切りましょう。

Column

野菜ジュースの中でもトマトジュースに注目です。カリウムが豊富で、赤色の素となるリコピンが豊富。リコピンは紫外線のダメージから肌を保護します。さらにはがんを予防し、がん細胞の成長を抑えるのです。これは他の野菜汁100%のジュース類には見られない特別な効果です。実はトマトのリコピンは、大玉タイプよりもミニトマトの方が多く含まれています。カリウムはスポーツ飲料にもたくさん入っていますが、糖類も多く使われています。たくさん発汗したときや脱水の場合の水分補給は、経口補水液(薬局やスーパーなどで販売)を使うのがよいでしょう。

果物は太る、と考えている人も多いのですが、量を守れば問題ありません。1日の目安は握りこぶし大1つです。そもそも自然の食品は、低ナトリウム、高カリウムの食品がほとんどです。野菜はカリウムの補給源として優秀ですが、味付けに塩やしょうゆなどを使うのでナトリウムが追加されてしまいます。食塩の助けを借りなくてもそのままおいしい果物は、カリウムを効率よく摂取するのに適しています。



ると覚えるのは難しいもの。そこで知っておきたいポイントは2つ。1つは日本で夏に旬を迎えるもの、もう1つは皮や果肉の部分の色が濃いもの。この2つが「暑い時期に食べたい野菜・果物」です。これらの野菜は、夏ならではの「冷たいメニュー」で食べるとおいしいものがそろっています。野菜類は生で食べられるものが多く、サラダやおひたしといった、冷やした、あるいは冷ました料理で食べるものがほとんどです。モロヘイヤのようにみそ汁の具にするよりも、冷たいおひたしにした方が断然おいしい野菜もあります。果物は生で食べるのが一番。ジュースなどに加工してしまうとビタミン類が失われてしまいます。

大雨・台風の災害から命を守る!

大雨や台風などの自然災害はいつ発生するかわかりません。命を守るためには、一人ひとりの自主的な行動が大切です。日頃の備えや避難する際に役立つ情報をご紹介します。

「避難」の2つの意味

「避難」という言葉には、災害・防災面において2つの意味があります。ひとつは「逃げる」と「難を避ける、命を守る、緊急避難」、もうひとつは「仮の暮らし(災害で住む所を失って、家を確保するまでの生活、生活避難〈避難生活〉)」という意味です。



前者については「難を避ける場所」が「地震・火災」「洪水・津波」「土砂災害」によって大きく変わってきます。「地震・火災」は公園などの「広い場所に行く」「洪水・津波」は高台や建物などの「高い場所に行く」「土砂災害」は「山から離れる」という、いずれも「危険なもの」から遠ざかることとなります。これら災害ごとの緊急避難の要件を満たせば、おのずと「学校体育館などの避難所に行くこと」だけが緊急避難ではないことがよくわかると思います。

後者の意味の「仮の暮らし」は、災害の種類に関係なく、いわゆる「体育館で暮らす」「仮設住宅で暮らす」などです。筆者は、集団生活になる「体育館で暮らす」はあまりお勧めしていません。プライバシーや衛生管理など、ふだんよりも気をつけなければならぬことが多く、心身に悪影響が出ることもあるためです。仮設住宅に移るまで、賃貸住宅を見つけたら(みなし仮設住宅といって、その分の家賃が補助されます)、親戚や友人の家に一時的にお世話になることもよい選択肢のひとつです。

大雨・台風からの避難先

「避難所」と聞いて、どんな場所を思い浮かべますか。「学校の体育館」をイメージする人が多いです。

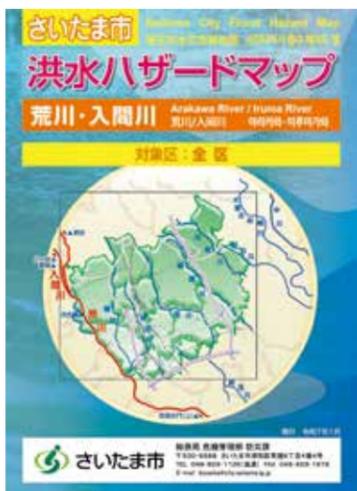


が多いと思います。災害が起きたとき、学校の体育館に人が多く集まると、「人と人との距離が近くなったり、空気がこもったりして、あまり快適ではありません。」
そこで、大雨・台風を例に、2つのステップで避難を考えてみましょう。
①自分が住んでいる場所の洪水ハザードマップ^{*}を調べる
②住んでいる地域の浸水リスクが高い場合は「指定されている避難所[※]以外の場所」を決める

まずは、ハザードマップを参照して、自分の家が「浸水」の恐れがあるかどうかを調べましょう。高い場所にある家やマンション・アパートの上の階は浸水する可能性が低いため、例えば障害がある人など、移動が困難なときは避難しないという選択肢もあります。ただし、下層部分が浸水した場合はしばらく移動ができなくなったり、ライフラインが停止してしまう可能性があります。

大雨・台風で、事前に避難する必要がありますのは、「浸水する可能性が高く(川の近くや低い土地)、低層の建物に住んでいる」人です。もし、家が浸水の恐れがある場所にあつたら、浸水する可能性が低い「指定されている避難所[※]以外の場所」を避難所にすることを検討しましょう。高い場所や親戚、知り合いの家、自宅の2階以上も、水害から命を守る立派な避難所です。

大雨・台風は「〇日〇時ごろに大雨・強い風」という予報が事前に出ますので、避難を開始・終わるのに十分な時間があります(これを「リードタイム」といいます)。難を避ける場所をいくつか決めておく、その避難先の人と前もって相談しておくことが大切です。



洪水ハザードマップの一例

警戒レベルと避難情報

災害が起こりそうになったとき、または起きたとき、自治体から避難情報が届きます。「避難することを考え始めてください」「必ず避難してください」など、警戒レベルごとに情報が異なります。レベルは1〜5までありますが、特に大事なレベル3〜5を紹介します。

レベル3は「高齢者等避難」です。これは「年配の人、障害のある人、妊娠している人、小さい子ども」などの、ひとりですぐに逃げ

ることができない人に向けての情報になります。高齢者だけではないので「等」がついています。
レベル4は「避難指示」です。ハザードマップなどで危険な場所であることがわかってる場合は、「必ず避難してください」という指示です。

レベル5は「緊急安全確保」です。これが発令されたときは「もう災害が起こっている、起こってもおかしくない」ときです。そのため、家を出て避難場所に向かう方が危ない場合もあります。そのときは、家・建物の2階以上に避難してください。

ぜひ、覚えていただきたいのは「緊急安全確保が出たら、もう遅い」ということです。もし、周りに年配の人や体の不自由な人がいたら、レベル3「高齢者等避難」で避難してもらい、レベル4「避難指示」が出たら、家族全員が避難するようにしましょう。

こうした情報は、自治体から発令されますが、主に①河川の水位、②土砂災害発生の危険性に基づいています。

- ①は国土交通省の「川の防災情報」サイトから調べることができます。サイトの「地図」から探す。「市町村から探す」をクリックすると、家の場所を探しやすくなります。「避難判断水位」になると高齢者等避難、「氾濫危険水位」になると避難指示を発令する自治体が多いです。
- ②は気象庁の「キキクル」(危険度分布)サイ

トから調べることができます。画面上部にある「土砂キキクル」のアイコンをクリックし、「警戒(赤)」になると「高齢者等避難」、「危険(紫)」になると「避難指示」を発令する自治体が多いです。

このように、避難情報には、発令の根拠になっている情報があり、それらは公開されているのがポイントです。大雨・台風の際には、自治体からの情報に注意するとともに、「川の防災情報」で河川の水位の状態、「キキクル」で土砂災害発生の危険性を注視して、避難行動の準備をしてください。

^{*}洪水ハザードマップ: 河川の氾濫によって浸水が予想される地域や浸水の深さ、避難所などの情報を示す地図



①国土交通省「川の防災情報」サイト



②気象庁「キキクル」サイト



佐藤 翔輔

東北大学災害科学国際研究所
防災実践推進部門
防災社会推進分野
准教授
博士(情報学)

東北大学大学院工学研究科附属災害制御研究センター・助教等を経て、2017年11月より現職。政府・自治体等の防災・伝承関係の委員を務める。2021年科学技術分野の文部科学大臣表彰・若手科学者賞など多数受賞。専門は災害情報、災害伝承、災害復興。主な監修にACジャパン「ゆうちやみの3日ぶん」、ヤフー防災模試など。

10年間で水害による被害額が大きかった都道府県は

近年大きな水害が多発しているといいますが、実際はどのようなのでしょうか？
2019年は令和元年東日本台風や8月の大雨により、国土交通省の統計開始(1961年)以来、最も水害被害額(津波被害を除く)が大きかった年で、被害額合計は2兆1,799億円。2018年も7月豪雨などで1兆円を越える水害被害があり、2年連続で大きな被害となりました。

都道府県別にみると、過去10年間のうち統計開始以来最大の水害被害額があったのは20県。過去にない水害被害が発生しています。

10年間(2014年~2023年)の水害被害額合計



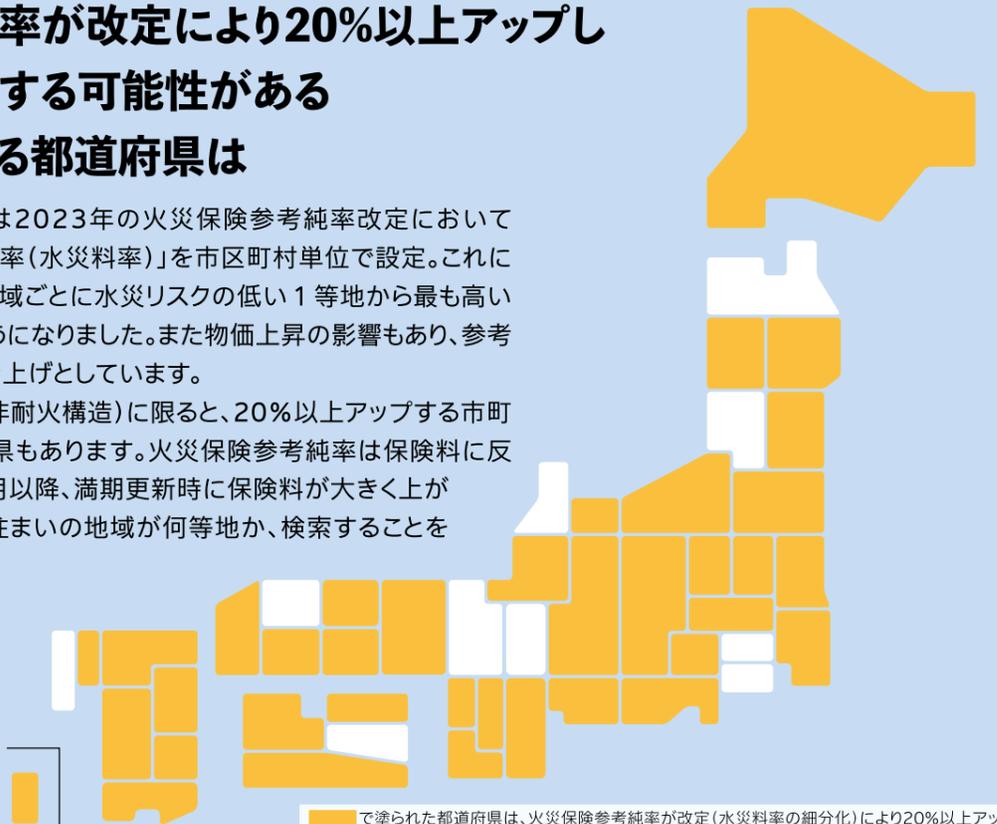
国土交通省「水害統計調査」2014年~2023年より当生協作成(2023年のみ暫定値を使用)

火災保険参考純率が改定により20%以上アップし 保険料が急上昇する可能性がある 市区町村を有する都道府県は

損害保険料率算出機構は2023年の火災保険参考純率改定において「水害リスクに応じた保険料率(水災料率)」を市区町村単位で設定。これにより、同じ都道府県内でも地域ごとに水災リスクの低い1等地から最も高い5等地の間で区分されるようになりました。また物価上昇の影響もあり、参考純率を全国平均で13%引き上げとしています。

この改定により、H構造(非耐火構造)に限ると、20%以上アップする市町村を有する地域は37道府県もあります。火災保険参考純率は保険料に反映されるため、2024年10月以降、満期更新時に保険料が大きく上がる場合も。そこで、まずはお住まいの地域が何等地か、検索することをおすすめします。

水災等地検索
損害保険料率算出機構



損害保険料率算出機構「2023年6月届出 火災保険参考純率改定 都道府県別等別別の改定率の例(H構造)」より当生協作成

教職員の仲間を支えています！

助け合いの力で水害に備える！

火災保険の「2025年問題」をご存じですか？これは2025年より「10年契約の満期」を迎える契約が増え、更新時に保険料が大幅に上がる可能性があるというものです。

自然災害が激甚化するなか、掛金負担が苦しい。でも、負担を抑えるため補償額を下げるのは心配…。
そこで、お手頃な掛金が魅力の教職員共済で、あなたの住まいを守りませんか？

火災共済+自然災害共済 お手頃な掛金でこの補償！

(住宅災害等給付金付火災共済)



- 居住地に関係なく、掛金は全国一律
- 火災共済でも水害による損害を補償
- 自然災害共済を付帯することで、風水雪害により手厚い補償に
- 退職後もずっと利用できる！

教職員共済の火災共済・自然災害共済は、地域や築年数によって掛金や補償額が変わらないのが特長。シンプルでわかりやすい制度です。

条件を入力するだけで、
カンタンにお見積り&
補償額を確認いただけます



資料請求はこちら



ご契約例

火災共済+自然災害共済<エコノミー>プラン
建物契約200口+家財契約100口(合計300口)

月掛金	木造 5,100円	火災共済:1,800円 自然災害共済:3,300円
	耐火 2,700円	火災共済:900円 自然災害共済:1,800円



風水雪害による
住まいの損害補償

建物・家財
合計 最高 1,950万円

住宅災害等共済金:450万円(火災共済)
風水害等共済金:1,500万円(自然災害共済)

- そのほかの補償に、火災による損害:最高3,000万円(火災等共済金)、地震による損害:最高600万円(地震等共済金)等があります。
- ご契約いただける口数(加入限度口数)は、建物の広さやご家族の人数等によって異なります。
- 自然災害共済単独のご契約はできません。自然災害共済にご加入の場合は、火災共済と同口数でのご契約となります。

総合共済 月900円の掛金で、住宅災害にも共済金！



- 賃貸住宅も補償の対象
- 火災や地震による被害も補償！
- 再任用期間も契約を継続できる！

総合共済は月掛金900円で12の保障(補償)がセットされており、自然災害による住宅の損害も補償します！
教職員生活のお守りとして、加入をおすすめしています。

総合共済

月掛金 900円



風水雪害による
住まいの損害補償

最高 100万円

第152回通常総代会報告

第152回通常総代会を開催〈6/26〉

2025年6月26日、東京のラポール日教済で教職員共済の第152回通常総代会が開催され、「2024年度事業報告・決算関係書類承認の件」、「2024年度剰余金処分の件」、「2025年度事業計画設定に関する件」、「2025年度役員報酬額設定および役員退任慰労金支給承認の件」、「自動車共済事業規約の一部改正に関する件」、「定款の一部改正に関する件」、「任意積立金の積立および取崩規程の一部改正に関する件」、「役員補欠選挙の件」、「議案決議効力発生の件」が、それぞれ提案通り可決承認されました。
※自動車共済の改定については、「教職員共済だより197号（冬号）」、ホームページ等でご案内させていただく予定です。

2024年度事業報告

「2024-2026 中期経営計画」初年度である2024年度は、「相互扶助の輪をさらに広げる」ため、新規組合員数の拡大を第一の目標とし、とりわけ若年層の加入拡大に向けて取組を進めました。

その結果、新規組合員数が11,023人（うち30代以下は7,634人）と前年度を上回りました。また、受入共済掛金は192.3億円、経常剰余金は107.3億円とそれぞれ経営目標^(注)を上回る水準となりました。なかでも新採用者の加入拡大を図る「総合共済+トリプルガード一体型募集」においては、加入件数が1,460件（人数ベース）と過去最高の実績となりました。

資産等の状況については、総資産が7,517.8億円に、負債合計は6,250.7億円となりました。純資産は1,267.1億円となり、そのうち組合員出資金は191.4億円となりました。損益については経常収益が721.9億円、経常費用が614.6億円となり、経常剰余金は107.3億円となりました。

なお、剰余金から利用分量割戻を行います。割戻金は掛金100円につき、火災共済35.5円、団体生命共済9.2円、医療共済19.9円、自動車共済6.1円となります。

詳しい決算内容につきましては、ホームページでご確認ください。



教職員共済
<https://www.kyousyokuin.or.jp/>

(注) 受入共済掛金の目標191.6億円（火災共済・自然災害共済・団体生命共済・医療共済・自動車共済の2026年度時点の合計掛金）、経常剰余金の目標50億円（2024年度から2026年度まで各年）



理事会を代表して挨拶する瀧本司理事長

組合員数	49万7,228人
契約件数	110万889件
共済掛金	276億9,791万円
共済金支払件数	22万6,851件
共済金支払額	365億13万円
	※2025年3月末現在

2025年度事業計画

2025年度、教職員共済は創立60周年を迎えました。1965年4月に任意団体「日本教職員共済会」として誕生してから60年間、教職員の皆さまが安心して教育活動に取り組めるよう、安心・安全を届けてきました。

中期経営計画の中間年である今年度は、経営目標を達成するため引き続き若年層の加入拡大に取り組みます。また、2026年3月の自動車共済制度改定に向け、募集戦略を構築し、各種準備を進めます。

60周年記念サイト
公開中です



役員補欠選挙について

今総代会では、大路正浩理事、北村典子理事、平岡良久監事の退任に伴い、役員補欠選挙が行われ、次の方が選出されました。任期は2026年3月までです。

- 〈理事〉 吉本 孝行（推薦団体：公立学校共済組合）
- 〈理事〉 小澤 利野（推薦団体：全国退職女性教職員会）
- 〈監事〉 藤本 泰成（推薦団体：日本退職教職員協議会） ※敬称略

マイページ&LINE公式アカウントのご案内

マイページでは契約内容の確認や住所変更、自動車共済の契約変更（車両入替を含む）などが、スマートフォンやパソコンから24時間いつでも可能です。便利な組合員用マイページをぜひご利用ください。

LINE公式アカウントは友だち登録することで、「マイページ」「資料請求」「掛金お見積り」「教職員共済だよりオンライン」へLINEから簡単にアクセスできます。また、教職員共済からのお知らせや役立つ情報などを不定期で配信しています。まだ組合員でない方もぜひご登録ください。

マイページ登録



LINE公式アカウント



ご登録者には
壁紙プレゼント!

ご加入者の声を紹介します

教職員どうしの「助け合い」から生まれた、教職員共済。あなたにとって、教職員共済はどんな存在でしょうか。教職員共済では、「ご加入者の声」を募集中です。今回はホームページで公開中の「声」をご紹介します。

活用しない手はない

加入していた保険が満期になったことを機に、12年目にして初めて教職員共済に加入しました。掛金が安いのに保障がしっかりしていて、いいと思いました。今まで加入していたものにも良い点はあったのですが、せっかく学校勤務者向けの良いものがあるのなら、活用しない手はないと思います。

岡山県のご加入者より

その他の「声」
はこちら



「声」のご投稿
はこちら



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

●自動車事故連絡・ロードサービス●
☎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



交 差 点

[全国からのお便り]

ベテラン

新潟県 中川 一貴

一昔前に先輩から言われたことを最近よく思い出します。「若い教員に共通する特徴は、学級でトラブルを起こさない状態が正常だと考えてしまうこと。何も起こさない静かな子どもを求めてしまうこと。ベテランはそのトラブルをさりげなく処理しているだけ」だと。私も最近よく感じるようになりました。

若い教員が他と比べて自分のクラスは…とストレスを感じてしまわないうように、トラブルが起こって当たり前、対応で困った時に一緒に考える余裕を持っていきたいと思う今日この頃です。

挑戦

神奈川県 嶋崎 美沙

昨年、夏休み中にサマーランドのプールに行きました。私はプールがもともと好きではなかったのですが、支援級の担任になり子どもと一緒にプールに入らなければならず、仕事なのでしぶしぶ水着を買いました。

実際にプールに入ってみると、とても楽しく自分から周りの人を誘ってプールに行くようになりました。最初は抵抗感があることも、簡単なきつかけで好きになれると学びました。これからも新しいことに挑戦していこうと思います！

ウリ坊、出た

兵庫県 鎌本 貴之

八月の第一日曜日は、年に一度の地域の川の清掃日。昨年も草刈機に燃料を入れて参加しました。

15分ほど作業をしていると、後ろで草を刈っている近所さんから合図が。草刈機のエンジンを止めて見ると、正面からウリ坊（イノシシの子ども）が2頭もこちらに向かってくるではありませんか。彼らは私など目もくれずに、すごい勢いで走

生徒と過ごす時間の大切さ

広島県 村上 恵崇

研修などで他校の教員、他校種の教員と話す機会があります。時代の変化に伴って、悩みは共通のものが多いです。「そうですよねえ」と共感しきりな中で、やはり変わらな

いのは生徒と過ごす時間の大切さ。生徒の笑顔や成長、気持ちを通じた瞬間、それに気づけるのは生徒と共に過ごす時間の中だけです。本校にも、この生徒にはこの教員でなくてはという関係がいくつもありません。時代は変わっても、教師を志したあの時の思い、生徒と共に成長し、笑い合う時間を追いかける気持ちは変わらなず続けたいと、研修で話し合いました。元気をいただいた研修でした。

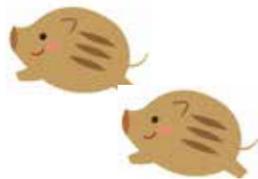
部活動

長野県 伊藤 彬

部活動がなくなり、地域のスポーツ活動はどうなるのだろうか、日々疑問を感じています。海外の様子を

り去つていきました。猪突猛進。清々しいくらいの猛進ぶりに、八月の酷暑も忘れてしまいました。

色々と配慮することばかりの教育現場、イノシシのように清々しいことはありませんが、そんな働き方に憧れた、八月の私でした。



優しゃ

千葉県 宮下 かおり

昨年のある日のことです。通院している病院から出ると雨が降っていました。傘を持っておらず、駐車場まで走って行こうと一歩出た所で、後ろから若い男性が傘の中に入れてくれて、良かったら車まで一緒に行きましょうと言ってくれました。そして何と、私が車に乗るまで傘を差し掛けてくれて、気をつけてとまで言ってくれました。

全く知らない人でしたが、心の底から「ありがたいございます」と伝えました。優しい方はいるのですね！

聞くと、スポーツ活動は学校の教育とは切り離して行うのは当たり前のようなです。その分、学校の活動を早く切り上げ、スポーツが好きな子は地域のスポーツに参加する。そしてその負担を保護者ができるだけ少なくなるように国が支援するというのが当たり前のようです。日本もそうなっていくのか、それとも今まで続いていた学校の教育と切り離すことができず、教員が引き続き指導にあたるのか。今後の数年間の動きが日本のスポーツ大国としての発展を変える、大きな転換点になると日々感じています。

思春期

東京都 宇川 淳子

中学校の教員をしています。中学二年生の担任もしていますが、思春期の生徒の扱い方にすごく迷う時がたくさんあります。私自身が中学生の多感な時期に、家庭内で親に反抗していたことを思い出すが最近よくあり、重ねてみると今も昔と思春期の心の動きは変わらないのかな

飛行機内での出来事

茨城県 望月 ありさ

昨年の夏休みに年次休暇をいただいて、石垣島へ旅行に行きました。成田までの帰りの便では、楽しかった3日間、恋しい海ブドウ、そして仕事のことを考えていました。

3時間半のフライトも終わりに近づいた頃、成田着陸のアナウンスが鳴り響きました。さらに付け加えて、「同期入社の〇〇が本日ラストフライトです。」という言葉とともに、感謝と激励のアナウンスがありました。そして、乗客全員からの拍手が機内に鳴り響きました。温かい。そんな気持ちに一瞬で包まれた瞬間でした。ラストフライトを迎えられたCAさんもとても笑顔でいらっしやいました。旅の最後、幸せな瞬間に遭遇できたことに感謝の気持ちを込めて。



皆さまの“声”もぜひお寄せください！

日頃感じたことや誌面のご感想、教職員共済にまつわるエピソードなどあなたの「声」もぜひお聞かせください！ホームページや本誌交差点に掲載させていただいた方には図書カードをプレゼントさせていただきます。ご投稿お待ちしております！

掲載者には図書カードをプレゼント！

詳しくはHPへ



頭の体操

ホームページからも挑戦できます!

教職員共済だより

2025
vol.195

2025年7月1日発行(年4回発行)
発行人 瀧本司 編集 事業マーケティング部
発行所 教職員共済生活協同組合 〒162-8624 東京都新宿区山吹町10-1 ラポール日教済 電話03(5228)0661(代)

海や川で楽しもう! 後片づけも忘れずに
二重ワクの文字をならべかえると答になります。

1		2	3	4		5	6
		7			8		
9	10				11	12	
	13	14		15			
16				17			18
			19			20	
21		22			23		
24				25			

出題・瀧川真美

切り取り線

タテのカギ

- 見守りたい、夏の渡り鳥
- 24時間後の未来は
- オーストリアの首都
- 罪やあやまち
- これを持って生活したい
- 初代徳川将軍
- 「アラジン」の悪役、ジャファアの手下
- 中国語の「1」
- アルタイル、デネブを結ぶ
- 夏の大三角形
- 毎日の授業の順番表
- 大阪で現在開催中
- テクニク
- 夏といえば○○ガーデン
- 華厳、吹割、白糸
- 不足で食費に大ダメージ!

ヨコのカギ

- あとアウトひとつだ!
- 蚕が作るもの
- 夏は特に気をつけたい災害
- 「となりのトトロ」サツキの妹。姉妹で同じ意味
- 教職員共済は非○○○団体です
- マーベルヒーローチームの名称はこれの複数形
- 壮大な物語。グイン○○○、ランサム○○○
- 酒○○、○○漬け、○○うどん
- 英語の「1」
- 理論ではなく感覚的なひらめき
- 日本で最も深い、秋田にある湖体です
- 川でこれを洗う妖怪がいます
- 古い洋服や残った料理を新しく

切り取り線

193号の正解

「ブロッコリー」
応募総数1014通(正解941通)の中から抽選で50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答、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9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。

Web
応募は
コチラ!



料金受取人払郵便

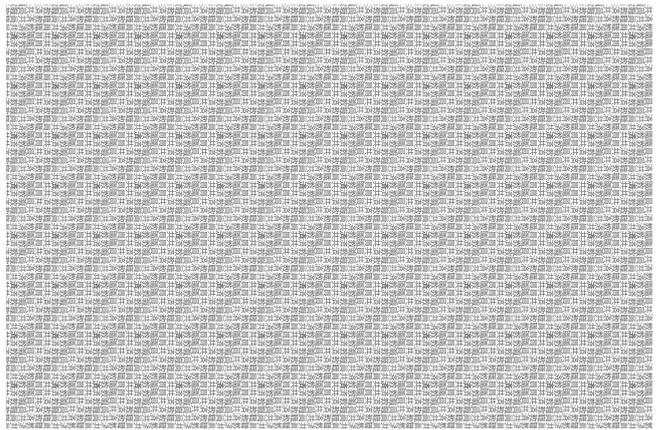


差出有効期間
2027年3月
31日まで
切手は不要です

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



切り取り線