

学校紹介シリーズ(9)

# 護川小学校を知って14!

はいよ

護川小学校は大津町の北西に位置している、校区内に本田技研工業の関連企業が多数あり、畜産やからいも栽培も盛んな地域です。児童数172人、教職員数20人で現在の校舎は6回移転したものです。

平成23・24年度に文部科学省からコミュニティ・スクールの研究指定を受け、平成25年度からMCS協議会(もりかわコミュニティ・スクール学校運営協議会)として本格的な実施をスタートしました。これを受け、本校の教育目標「学校を中心とした教育・学習の町づくりを通して、子ども像の育成」の達成をめざし日々教育実践に取り組んでいます。

本年度の取り組みの中から2つ紹介します。

3年生は総合的な学習の時間に、校区探検を行い、模造紙20枚の大きな地図を作成しました。昨年9月17日、各地区の区長さんをはじめ、老人会の皆さんに学校へ来てもらい、アドバースを受けながら各地区ごとに地図の下書きをしました。その後、不十分なところを放課後、区長さんや地域の皆さんの協力を得て、調べ直すことができました。この調整は地域コーディネーターの協力があったことで実現しています。

●住所 大津町大字杉水3092  
●問い合わせ ☎096(293)2365



地域の自慢探し(地図づくり)

2年生は、「命」の学習として学校の西側にある牛舎の探検に行きました。子牛への哺乳や親牛への餌やりなどを体験しながら「命」を育む仕事をしている人の話を聞くことができました。その前後には私たちの口に入る「命」に関わる仕事をしているミートショップ、野菜農家の人にも話を聞くことができました。

他の学年でも、地域の皆さんの温かいご支援により充実した教育実践を展開できました。これからも地域の皆様のご理解とご支援の下、地域とともに教育・学習の町づくりを目指して実践していきます。

## その人の権利を守るために一。

—理解と支援のために(その11)—

年齢を重ねていったり、障害があったりするといろんな判断をすることが難しくなることがあります。適切な判断ができず、お金の管理や役場での手続きなどが難しいと困っていることはありませんか？

そのようなことでお困りの人のために「成年後見制度」や「地域福祉権利擁護事業」があります。この制度は、財産管理や福祉サービスの契約などをお手伝いしたり、代行したりすることで、皆さんの権利を守ります。

知的障害のある子どもの将来のことが心配。お金とか大丈夫かな？

最近、物忘れが激しくて…誰かお金の管理をしてもらえないかなあ…

認知症のおばあちゃんを悪徳訪問販売員から守りたい。



### 成年後見制度

役場健康福祉課 福祉係 ☎096(293)3510  
町地域包括支援センター ☎096(292)0770

#### 成年後見制度とは

知的障害や精神障害、認知症などで、判断能力が欠けている人を保護・支援するための制度です。成年後見人が、本人の利益を考えながら、財産管理や、本人を代理して契約などの法律行為を行います。

#### 利用するためには

家庭裁判所に「申立て」が必要です(大津町は熊本家庭裁判所に申立て)。申立てをすることができるのは、本人か配偶者、4親等内の親族のみです。その他に町長が申立てることもできます。申立て後、裁判所が後見人を選任します。

### 地域福祉権利擁護事業

町社会福祉協議会 ☎096(293)2027

#### 権利擁護事業とは

この事業は大津町社会福祉協議会が行っています。障害などで判断能力が低下している人が利用できる制度で、福祉サービスを安心して利用できるように手伝ったり、通帳や印かんを預かり、お金の出し入れを手伝ったりします。

#### 利用するためには

大津町社会福祉協議会と契約をする必要があります。契約には本人の意思が必要になります。利用料金は1回1時間900円。それ以降は30分ごとに450円加算されます。

**まずはご相談ください**

この制度や事業は、その人の状態によって利用する種類が変わります。気になることがあったら、まずはお問い合わせください。その人に合った制度や方法をご紹介します。

**町障害者相談支援センター さくら ☎096(292)0114**

●お問い合わせ 役場健康福祉課 福祉係 ☎096(293)3510

## 栄養士からの一言

### 習慣改善で太りすぎを予防しましょう

●問い合わせ 役場健康福祉課 健康推進係(町子育て・健診センター内) ☎096(294)1075

肥満とは体脂肪が過剰に蓄積された状態です。「肥満は万病のもと」といわれるようにいろいろな病気(糖尿病、高血圧、高脂血症など)をひきおこします。肥満の判定にはBMI(Body Mass Index)が用いられます。適正体重を維持するよう努めましょう。

◆BMI計算式 BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

◆BMI体格指数判定表

やせ	18.5未満
正常域	18.5以上~25.0未満
肥満	25.0以上

◆適正体重計算式 身長(m)×身長(m)×22(BMI)

#### 食習慣の改善

- ①生活活動に見合ったエネルギーをとる。腹八分目を守る。
- ②朝食の欠食をしないで、三食きちんと食べる。
- ③甘いもの・脂質の多い食べ物を控える(サラダなどのドレッシングやマヨネーズなどの量を控える)。
- ④夜食をやめる。
- ⑤ゆっくりかんで食べる。
- ⑥アルコール類は適量内を目安にする。

※体脂肪を減少させるためには、からだをまめに動かす習慣をつけ、消費エネルギー量に比べて摂取エネルギーの量を少なくし、エネルギーの不足を作ることが大切です。エネルギーが不足すると体脂肪の分解が進み、結果的にはやせることができます。

#### 白身魚のガーリックパン粉焼き(2人分)

【1人分】 エネルギー:155kcal 塩分:1.2g

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| タラ(白身魚).....2切れ    | 赤・黄パプリカ.....各10g     |
| 塩こしょう.....少々       |                      |
| 白ワイン.....小さじ2      | ○ノンマヨタルタルソース         |
| パン粉.....大さじ4       | たまねぎ(みじん切り).....大さじ1 |
| にんにく(みじん切り).....少々 | にんにく(みじん切り).....小さじ1 |
| 粉チーズ.....小さじ1      | ピクルス(みじん切り).....小さじ2 |
| 小麦粉.....小さじ2       | プレーンヨーグルト.....大さじ3   |
| 溶き卵.....1/2個分      | オレガノ(ドライ).....小さじ1/2 |
| レタス.....20g        | 塩.....少々             |

#### 作り方

- ① タラは塩こしょうをふってしばらくおき、水気をふいてワインをふる。
- ② フライパンにパン粉を入れ、中火でカリカリになるまでからいりし、にんにくと粉チーズを加えて混ぜ合わせる。
- ③ ①に小麦粉をまぶして溶き卵をかけ、②をまぶしつけて余分なパン粉は落とす。オーブントースターで5分程焼く。
- ④ ノンマヨタルタルソースの材料を混ぜ合わせる。
- ⑤ レタス、パプリカは千切りにし、混ぜ合わせる。
- ⑥ 器に③と⑤を盛り、④をかける。