

かしわ



No. 7 平成30年8月27日 3Fから臨む馬淵先生像

ろう学校での私の夏休み2018

教頭 秋澤 純哉

ろう学校に着任して初めての夏休み。昨年までなら神奈川県中学校総合体育大会に出場する生徒の応援のため、市内外のような会場に足を運んでいたものでした。

今年はそういったこともなく落ち着いて出勤し、途絶えることのない蝉の声を聴きながら、ろう学校の夏休みの雰囲気を楽しむとともに、先生方と様々な話に花を咲かせたり、8月20日に国立特別支援教育総合研究所の山本晃先生をお招きして開催した研修会に参加し、難聴理解について学ぶことができました。

私の今年の夏休みの一番大きな出来事は、過日7月26日(木)～27日(金)に全国聾学校教頭会九州大会が福岡市内で開催され、参加してきたことでしょうか。

一般の学校での全国教頭会の参加は経験がありましたが、ろう学校の全国教頭会はどのようなものなのか、不安と期待が入り混じる中、約10年ぶりの飛行機で羽田から福岡に向かいました。

初日は開会式～総会の後、近畿(京都)・東北(青森)・関東(茨城)の3地区からの協議提案と班別情報交換会が行われ、各地区の聾学校の運営状況や、教育活動の内容等が紹介されました。

どの地区からも子どもたちの「きこえ」や「ことば」の育成と「確かな学力の充実」のため、体験学習の取入れや外部講師の導入等、様々な実践が報告されていましたが、その中でも「学校予算の充実」については、各地区から「大きな課題である」ことが述べられていました。

行政からの援助は限られているので、PTAやOB会等か

らの援助や、地域自治体からの支援で成り立っている学校も少なくありませんでした。

一般の学校が当たり前に行っている教育活動も、ろう学校に通う子どもたちには、乗り越えていかなければならないハードルが幾つもある。その支援のために、いかに学校予算を充実させなければならぬかをあらためて考えさせられた情報交換会でした。

二日目は「新学習指導要領を踏まえた聴覚障害教育の推進」について文科省特別支援教育課の庄司美千代氏の講演がありました。

聴覚障害教育を取り巻く状況や制度改正のお話の後、「新学習指導要領を踏まえた・・・」について講演されましたが、氏は幾度も「聴覚障害の早期発見」と「乳幼児期教育の重要性」について話されてました。

いかに早期に保護者が(子どもの状況について)理解し、いかに学校がその子どもの数年先～将来を見据えた教育活動を充実させることができるかが大切である。等の話は本校の幼児教育にも大きく関わる内容であると認識を新たにしました。

連日35℃を超える福岡でしたが、涼しい会場内でろう学校の進むべきこれからについて学べたことと、昼休みに酷暑の中をあえて食した博多ラーメンの味に、久しぶりに感動し、10年ぶりの往復飛行機の旅ができたことがこの夏の大きな出来事でした。



夏休み明けの健康管理

～体のサインに耳を傾け、自分の調子に気づくこと～

養護教諭 堀内 あかり

この夏は猛暑日が続きました。休み明けは、夏バテのサインに注意して下さい。「食欲がない」「だるい」「疲れる」の症状には、生活習慣を見直して生活リズムを整えましょう。夏バテ予防の3つのポイントを紹介します。

1. 渴かない体で元気をキープ。夏にとりたい1日の水分量は約1.5ℓ位です。「のどが渴いたな」と感じたら、すでに体内の水分が不足しているという危険信号。渴きを感じる前に、こまめに水分補給を。一度にたくさん飲むのはNG。汗や尿から、体内の水分、塩分、電解質を多量に出し、健康維持に必要な水分量と電解質量のバランスが保てなくなります。
2. しっかり食べて、スタミナキープ。冷たい食べ物は、胃腸が冷えて消化機能が低下し食欲がなくなる悪循環となります。疲労回復には、胃液の分泌を促進する唐辛子や胡椒などのスパイス、エネルギーを作り出すビタミンB1が含まれているニンニク、ネギ、玉ねぎと豚肉をとり入れた料理がベスト。それにお酢をプラスすれば、アミノ酸が体のエネルギーづくりをスムーズにします。
3. ぐっすり眠って体調キープ。睡眠は、日中のダメージを受けた細胞を修復し、元気な体に再生させます。その日の疲れを持ち越さないことが大切です。体温を下げると眠りに入りやすいので、38～40℃のぬるめの湯船につかり体温をいったん上げると、その後体温が下がり、よく眠れるようになります。エアコンは27～28℃までが適温です。寝間着は、体を締め付けない通気性の良い物を選びましょう。最後は、脳をクールダウンさせる為に、寝る1時間前からは、交換神経を刺激するテレビやスマホはNGです。

健康管理は、日々の体のサインに耳を傾けて、今日の自分の調子に気づくことから始まります。しばらく気候が安定するまで、この3つのポイントを参考に身体のサインを心がけてみて下さい。秋には、楽しみにしている運動会もありますので、ご家庭においても引き続き、子ども達の健康管理についてよろしく願います。

私の夏休み 2018

幼稚部 吉川 知彦

7月に県内聾学校の夏季講座に参加し、難聴体験をしました。参加者はまずイヤホンで耳にしっかりと栓をした上、大きなヘッドフォンを装着させられます。講師の言っていることが断片的に聞こえるかどうかという聞こえのレベルになりました。講習が始まると、どうやら自己紹介をしろという指示が出ているようですが、なんとなくしわかりません。さらに夏休みの計画などを紹介しあっているようですが、これも断片的にしかわかりません。今度は、みんなが立って何か大声で話したり動いたりしています。バットを振ったりボールを蹴ったりするジェスチャーを見ると、好きなスポーツのグループになるという指示だったようです。その次は好きなおにぎりの具で集まったのですが、私は自分の好きな「焼きたらこ」を説明するのが面倒で「カツオ」のグループに入ってしまった。講習会の間、断片的にぼーっと聞こえる言葉をつなぎ合わせ、予想も加えながらみんなについていこうとしましたが、次に何を指示されるのかとても不安でした。また、本来の自分を出さずに妥協したり、あきらめたりする気持ちも出てきました。本校の子どもたちは、このような状態がずっと続く中で生活をしているのですね。難聴の疑似体験は30分ほどでしたが、その状態がいかにストレスなものであるかを実感するのに十分な時間でした。子どもたちの気持ちを理解しながら、不安を与えないような話し方、伝え方をしていくにはどうしたらよいか、まだまだ学ばなければなりません。

今年の夏休みは、(家族が誰も遊んでくれないので)、普段参加できないような研修会等に参加する機会を多く持つことができました。8月後半からもがんばっていきましょうと思います。

(他の今年度着任した教職員の「夏休み」は、後日掲載します)

お詫び

前号の6号で「通級指導の4月～7月を振り返って」の執筆者氏名を掲載することを忘れてしまいました。執筆者は通級担当の高田智美教諭です。申し訳ありませんでした。