

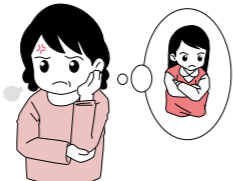
子どもの心と親の心

－ 思春期はいろいろな価値観と闘う時期－

「別に」「知らん」「どっちでもええ」…。
子どもにとっては便利な言葉ですが、こう答えられる親の立場からは、とても腹の立つ言葉です。鶴山塾に相談に来ている子どもたちも、初めのうちはこれらの言葉をよく口にします。自分の考えを言ったらよいと促すのですが「(自分の考えを)言っても(大人は)違っていて言うし…」と言葉を濁してしまいます。

思春期は、周りとの関係が徐々に変化する時期です。一緒に遊んでいた友人に対しても「どう思われているのだろうか」「本当の友だちとはなんだろうか」と考えてみたり、親や先生にも「大人は勝手なことばかり言う」と腹を立てたり、自分の価値観と周りの人の価値観の間でも心を揺らしています。そして、仲間同士でそんな気持ちを分け合ったり、時には一人で考え込んだりしているようです。この時期の子どもの内面では、とても大きな地震が起こっているのかもしれない。

素直に親に気持ちが話せなくなる一方、友だち同士のつながりが強くなってきます。親にしてみれば、今まで子どものことが手に取るようになっていたのに、いろいろなことが見えなくなって不安を感じる時期でもあります。そして子どもは、言葉にしなくても分ってほしいと思っている時期でもあるのでしょうか。



親離れ、子離れのために必要な時間なのではないでしょうか。

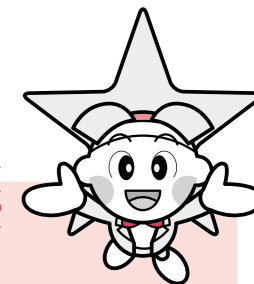
教育相談センター「鶴山塾」
山下87番地 電話 22-2523

学校のこと、友だちのこと、
家族のこと、気軽に相談してください

晴れの国おかやま 文化回廊

あ晴れ!おかもと国文祭

国民文化祭・おかやま2010 平成22年10月30日(土)～11月7日(日)



Vol.1 国民文化祭ってなあに?

日本最大の文化の祭典 国民文化祭が岡山にやって来ます

国民体育大会(国体)の文化版である国民文化祭が、いよいよ今年10月30日(土)から11月7日(日)までの9日間、岡山県で開催されます。

国民文化祭は、全国各地でさまざまな文化活動に親しんでいるアマチュアを中心とした人たちが一堂に会し、練習の成果を発表し、競演・交流する国内最大の文化芸術の祭典です。

国民文化祭 Q & A

Q 毎年違う都道府県で開催されるの?

A 昭和61年、東京都で第1回大会が開催されて以来、毎年各都道府県で開催されており、昨年は静岡県で開催されました。今年の岡山県で第25回目となります。

Q どんな分野があるの?

A 音楽、文芸、美術、演劇、舞踏、伝統芸能など県下で63の分野別フェスティバルがあり、県内各地でさまざまな催しが開催されます。津山市では、洋学シンポジウム、民謡・民舞の祭典、文芸祭(俳句)、美術展(写真、茶道フェスティバル)、中世山城の祭典の6つの分野を開催します。

Q 全国から出演者や観客が集まるの?

A 例えば、民謡・民舞の祭典では、全国各地を代表する出演団体とその関係者・観客が集まり、洋学シンポジウム、中世山城の祭典では、地元と全国の愛好家が集います。また、文芸祭(俳句)と美術展(写真)では、全国から作品を募集し、優秀作品の展示と表彰式に観客が訪れます。

Q 誰でも応募できるの?

A 文芸祭(俳句)と美術展(写真)では全国から作品募集を行いますので、力作をご応募ください。募集要項の配布については2月下旬以降に新聞や市ホームページなどでお知らせします。



▲第24回国民文化祭
しずおか民謡・民舞の祭典の様子

問い合わせ先

国民文化祭推進室 32-7001

次号からは、津山市で開催される6つの事業を中心にお知らせしていきますのでお楽しみに!

けんこう広場

けんこう ～健口体操で、はつらつ元気に!～



しっかりかめて、食事をおいしく食べることができるのはとても幸せなこと。食べる、話すなどの口の働きが低下すると、栄養障害や誤嚥性肺炎、発音障害などを引き起こす可能性があります。

まずは、よくかんで食べること、おしゃべりをするを心掛けましょう。さらに、健口体操ではつらつ元気に! 顔の筋肉にも作用するので、表情も若々しくなりますよ!

健口体操

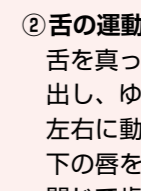
①口の運動



目と口を思いきり開けて「アー」
目と口を思いきり閉じて「ーン」



唇を思いきり横に引いて「イー」
唇を思いきり前に出して「ウー」



②舌の運動

舌を真っすぐ前に突き出し、ゆっくり舌先を左右に動かします。上下の唇をなめる、唇を閉じて歯ぐきをなめる動作をします

※以上の動作をそれぞれ5～10回程度繰り返します。回数を多く行うより、どの動作もゆっくり確実に行うと効果的です

問い合わせ先 健康増進課 32-2069

エコるびー

問い合わせ先

環境事業所 22-8255

- リユースプラザ津山「くるくる」
(山下)
市では、資源の有効活用のため、リユースプラザ津山「くるくる」、青空リサイクルプラザを開設しています。皆さん、ぜひご利用ください。
- リユースプラザ津山「くるくる」
(山下)
家庭で不要になった使用可能なものを持ち寄ってもらい、必要の人に無料または安価で提供するほか、資源物の受け入れも行っています。
- 【時間】 午前10時～午後5時(月・火曜日、年末年始は休み)
- 【持ち込みできるもの】 再利用可能なもの、衣類・家具・電気製品・生活用品など、資源化可能なもの(古紙・古布・缶・びん・ペットボトル・乾電池・陶磁器)
- 青空リサイクルプラザ (出前資源回収)
(場所・実施日)
☆ハビーマート東一宮店駐車場(東一宮) 毎月第1・3日曜日(荒天時中止)
☆ウエストランド駐車場(二宮) 毎月第2・4日曜日(荒天時中止)
☆カインズホーム津山店駐車場(高野本郷) 毎月第2土曜日(荒天時第4土曜日に順延)
【時間】 午前9時～正午
- 【持ち込みできるもの】 古紙・ダンボール・牛乳パック・古布・びん・缶・小型金属類(鍋など)



再利用やリサイクルできるものは「みじかい」ことが大切じゃ

環境奉行「エコるびー」