



## 長野県知事との懇談会

会場 県婦人会館会議室 平成27年1月20日

### 知事講話

今の長野県にとって一番の問題は、人口減少問題です。現在の人口は210万人。20年後の人口は推計で180万人に減少する見込みです。これは、地域の活力、産業の活力にボディブローのようにじわじわと効いてくる大きな問題です。何とか人口減少に歯止めをかけていかないといけないと考えています。

長野県は移住したい県No.1です。企業誘致、良い人材の受け入れなどで長野県への移住の促進をしっかりとしていきます。温かく県外の人を迎え入れてもらいたいと思います。

次に、子供が生まれる数を伸ばしていきたいと思えます。子育てにやさしい県にすることで、希望を持って安心して子どもを産み育てることが出来るようにします。そのため、「子育て支援戦略」を考えました。

- I. 子育てに伴う経済的負担の軽減
- II. 子育てと仕事の両立支援
- III. 子育ての孤立化防止
- IV. 様々な困難を抱える子供や家庭への支援

### — 婦人会のみなさん 子育て支援に力をかけてください —

なかでも婦人会の皆さんに協力をいただきたいところは、いざという時の子供の居場所の充実です。



「買い物に行くとき子供を見てほしい」、「病院に連れて行くとき車に乗せて行ってほしい」など、県民レベルでの主体的活動で支えていただきたいということです。

行政の支援は画一的です。子育てのニーズは多様で地域ごとに違いがあります。支えていく仕組みを広げていきたいので、子育てを支える人たちの学びの場、研修の場を婦人会の皆さんと作りたいと考えています。

子供を産むお母さんが二人目、三人目と出産・育児を頑張るためには周りの人たちがどう支えるかが大事です。

一人目で悩んだり苦しんだりしたら二人三人と産む気になれないです。応援してもらったり、支えられ幸せだったら子育てを頑張れます。婦人会の取組みが子育ての支えとなるよう協力をお願いします。

### — 健康づくりの運動に婦人会が中心と なって取り組んでください —

長野県は長寿日本一ですが、これからもNo.1であり続けたいと思っています。そのために健康づくり県民運動「信州ACE（エース）プロジェクト」の展開を始めました。「ACEとは生活習慣病に効果のある運動・検診・食を意味する英単語の頭文字をとったもの」

A: action (体を動かす) C: check (検診を受ける)  
E: eat (健康に食べる)

ACEプロジェクトの体を動かす・検診を受ける・健康に食べることの取組みで県民の健康づくりが促進されるものと思います。婦人会でも引き続き健康づくり事業への取り組みをお願いします。

あるお医者さんが言っていました。人のために何かするのが健康のためが一番いい。自分のできることは、自分です。人のためになることなら頑張る。長野県民が健康である秘訣はこういった県民性にあるのではないのでしょうか。長野県を良くしよう。地域を良くしよう。隣の人が笑顔になることをしよう。そんな積み重ねが大切だと思います。婦人会の皆さんにはその中心となって取り組んでいただきたいと思っています。

### 婦人会“ACE”弁当



長野県連合婦人会も健康づくり事業に取り組んで2年目。その事業の中で実践してきた健康維持を目指した食（今日は弁当）を役員さんが作りました。

左上から：ヤーコンのきんぴら、黒豆、凍豆腐入りブリ大根、豚肉巻、れんこんのはさみ揚げ、長芋揚げの味付け、ポテトサラダにミニトマトとブロッコリー添え、マヨネーズサラダのカンテン寄せ、リンゴ、具沢山の豚汁、バランスを考え地産の食材でやさしい味に仕上げました。

埴科郡連合婦人会

# 健康づくりチャレンジ事業

# 元気でやる気実践事業

食

◎特定検診・人間ドッグのデータを持参し、一人ひとりが食事で気をつけるべき点について料理教室で栄養士より指導を受ける。

運動・心の栄養

◎データを基に各々自分に合った、無理なく続けられるチャレンジ内容(運動・心の栄養)を選択、カレンダーに毎日実行出来たか記録する。月ごと、基礎データを測定し改善を数値で確認する。

## 健康チャレンジホームワークの記録

71歳 女

私のからだ 基礎データ

血圧 145/85	体重 59.5kg	基礎代謝 1118Kcal	筋肉率 23%	体脂肪率 32.1%	内臓脂肪レベル 10
BMI 32	体年齢 70才	尿チェック 潜血 -	尿チェック たんぱく質 -	尿チェック 糖 -	塩分チェック 12g

目 標

チャレンジ内容

血圧を下げるため食事で改善を目指す

塩分控えめコース

「醤油をかけないで付け醤油にする・みそ汁は一日一杯」

基礎代謝を高め体重を2kg減目差す  
睡眠は心の栄養十分な睡眠をとる

速歩とストレッチコース

快眠すっきりコース「0時前には床につく」

### 来年度に向けて — 希望事項

- 1、運動での取り組みについて — 自分の判断でチャレンジ内容を決めるのではなく専門家(整体師等)を招いてチャレンジ内容を選択し取り組めたら、良い結果が望めるのではないのでしょうか。
- 2、高齢者に多い新型栄養失調は健康診断の血液検査項目「アルブミン値」で解ります。オプション検査の場合が多いようですが、項目に入れたら食の取り組みも幅広いものとなるのではないのでしょうか。
- 3、健康診断で出るデータ、血糖値、コレステロール値は毎日の健康チャレンジ次第で数値の改善が望めます。基礎データの中に加えてみたらどうでしょうか。

上田市連合婦人会

26年度 やってよかった  
元気でやる気実践事業

認知症について知ろう!

- ★ 認知症とは
- ★ 認知症の症状
- ★ 関わる人の心構え
- ★ 認知症予防対策

皆さんも是非学習して実践してみてください!

長野県教育委員会教育長との懇談会

平成26年10月15日

地域と共にある学校づくり みなさんの協力をお願いします!

## 信州型コミュニティスクール

地域・家庭

PTA 公民館 自治会  
願いや課題を共有して学校と地域が一体となって子どもを育てる

# 信州あいさつ運動

家庭や地域でお互いにあいさつをすることで、みんながつながり、地域を元気にして、地域ぐるみで子どもの育ちを応援する運動です。まずは家庭から、まずは大人から、こどもへ心をこめてあいさつをすることからはじめましょう。26年度は県下10都市婦人会が取り組みました。

下伊那郡天龍村 天龍村小中学校



天龍村は人口1,500人余りの小さな村です。多くの人顔見知りや誰彼区別なくあいさつするのは日常的な行為です。声にならなくても目礼程度はする習慣がついています。他所へ出掛け往來の少ない通りでは知らない人にもペコリと頭を下げて相手を戸惑わせることもあるけれど「県内は誰にでもあいさつしよう運動」になれば良いと思います。

長野市連合婦人会



毎月11日、あいさつの日に朝の7～8時まで児童にあいさつの声掛けをし安全を見守りました。

安曇野市連合婦人会

道路に飛び出す子がいてヒヤッしたり、泣きながら行く子がいたので声掛けをしたり、霧が深く危険だったので小旗の使い方を指導したりしました。



南豊科駅前

月に1回のあいさつ運動でしたが、子供をめぐる問題が地域には沢山あることに気づかされました。安曇野警察署へ依頼文と写真資料を添付して横断歩道の設置のお願いをしました。数日のうちに対応していただき、子供たちも安全に登下校できるようになりました。

つましな保育園

「おはようございます」「おはよう」元気な声が行き交う。おとうさん、おかあさん、子供たちご苦労様。一日が無事安全でありますように。祈りながら見守りの気持ちを込めて「あいさつ運動」をしました。近くの長野商業高校の生徒さんたちも以前から礼儀正しくあいさつしてくれて爽やかな街です。



大北連合婦人会  
村内老人介護施設  
白嶺白馬メディア

## みどりのカーテン事業



施設の職員、入所者の方たちと一緒に苗の移植をした。作業をしながら交流が自然と生まれた。大きく育ったみどりのカーテンは日差しをやわらかくしみどりと花を楽しむことができた。みどりの中を吹いてくる風も涼しくて爽やかだった。

安曇野市連合婦人会



安曇野市北部児童館

婦人会員6名であさがお、ゴーヤの種をまき、ポットに苗を作った。プランターに育った苗を植えネットを張った。南向きのベランダに設置したので夏の間日陰をつくり、過ごしよい空間を子どもたちに提供できた。水くれは児童館の方をお願いしたが、大変喜ばれ来年もお願いしますとリクエストをいただいた。



昆布・わかめ・各種海藻類・漬けものの素

ヤマヒコ株式会社

〒441-0314 愛知県豊川市御津町御幸浜1号地1番2

TEL <0533>-76-3321 FAX <0533>-75-2110

## 「楽しさ・ときめき・感動」

心から喜んで頂ける旅をお届けします。

◎日帰り旅行から海外旅行まで、婦人会研修旅行に。

◎募集ツアーもたくさん取り揃えております。お気軽に資料をご請求ください。お申込みの際は婦人会名をお伝えください。



観光庁長官登録旅行業第669号 日本旅行業協会正会員 県連婦推薦業者

長野トラベル株式会社 フリーダイヤル 0120-24-5522

本社 〒380-0935 長野市中御所 5-3-1 TEL 026-228-8611

松本支店 〒390-0833 松本市双葉 3-28 TEL 0263-28-8211

## くらしのフォーラム2014

於 長野県男女共同参画センター  
平成26年11月13日(木)

### —「教育はどこへいくのか みんなで考えよう」—

コーディネーター 松本市教育委員会  
委員長 齊藤 金司 氏  
シンポジスト 長野県PTA連合会  
会長 胡桃澤 公司 氏  
松本市子育てコミュニティサイトプロジェクト  
理事 西森 尚己 氏  
一般社団法人長野県連合婦人会  
理事 小松 光代 氏

#### 前 半 親のあり方などについて思うことというテーマで問題提起をお願いします。

**小松** : 下伊那郡連合婦人会では重点目標を「家庭のコミュニケーションを大切に」と活動しています。社会人になってコミュニケーションがとれず職場に馴染めない人が多くなっていると聞きます。大人に出来ることは自分が培ってきたことを若者に教えることくらいだと思っているのに若者は聞いてくれません。私たちの時代はなんでも先輩に聞いてきちんと順番をたててやっていました。道徳とは人と人との血の通った人間関係の中から生まれてくるものではないかと思っていますが、今の私たちの繋がりや本音のないスマホを通じた希薄な人間関係であることが多いと思います。

**齊藤** : 子どもたちが言葉の力をなくしています。敬語だったり気配りだったり、その原因の一つはスマホであるかもしれないがもう一つは家庭教育だろうと思います。こどもの気持ちを聞いてやることをちゃんとしているでしょうか。

**胡桃澤** : 大人もそうだが仲間には共通の話題が必要です。家庭のなかでのコミュニケーションを持つには子どもと共通の話題を持つことが大切だと思います。

**齊藤** : 今学校のなかで一番問題なのははじめだと思います。平成18年度に文科省は「一定の人間関係のある者から心理的、物理的な攻撃を受けたことにより、精神的な苦痛を感じているもの」がはじめの定義としました。はじめの内訳の65%が「悪口を言われたりからかわれた」というのです。昔は「おめー馬鹿か」「お前の母ーさんでべそ」と悪口言ったり、からかったりして大きくなったと思います。そんなこと思っちゃいけない、言っちゃいけないと育てていくと抑圧される気持ちは大きくなります。色んなことを感じたり表現したりするチャンスを与えていかないと、がんじがらめになって、ロボットのような人間を作ってしまうのではないのでしょうか。

#### 後 半 教育の過剰などに思うことというテーマで問題提起をお願いします。

**西森** : 8年間教育委員をやって学校の現場を見てきました。先生の指導が上手くいっていない学校が作り出す不登校。親が子どもの教育に無関心。家庭環境が悪いことからくる不登校。発達障害でいじめられてなる不登校。そんな子どもに学校、家庭、社会はより良

い環境を整えなんとか解決の道をつけてあげようとするのは大切です。しかし良かれと思ってしていることが子どもの生きる力を阻害したり弱い子を作り出していることも多く、子どもの自立を根っこに据えた係わり方をしていかなくてはいけないと思っています。

**胡桃澤** : 発達障害の問題についてはその子の障害の正しい知識を知り、回りの友達や親が理解していればかなりいじめは解決できると思います。しばらく前に学校の中で順位をつけない時期がありました。スポーツでも順位をつけ競わせると楽しい。順位をつけないことでのフラストレーションもあるわけです。社会に出たら当然競わなければいけなくなります。出来たことを褒めることは勿論大切だが、負けたら次頑張ろうねと声を掛け励ますことも大切です。生きる力をいかに付けるか出来ることはいっぱいあると思います。

**会場** : 生きる力をつけること。まずは、親が愛してあげるのだと思います。愛されることで自信がつきあれやってみよう、これもやってみよう、仲良くしよう、他人のために何かしてあげようと思ひていくのではないのでしょうか。

#### ま と め 齊藤 : 私が高校に勤務していたとき

一人の学生がバイクに乗って登校途中、橋の欄干に衝突して頭を打ちました。私が病院にお見舞いにくくと、お母さんが付き添いをしていて「学校がいけないというのに毎日遅刻するので規則を破ってバイクを買い与えました。心はとがめました。今集中治療室にいますが明日から一般病棟に移れます。よかったです。」と涙を流して私の手を握りました。しかし、彼は50数日集中治療室にいて一般病棟に移ることなく亡くなりました。彼の母親は50数日トイレに行く以外ずーっと彼の傍らを離れることはありませんでした。人間は最後のところ一人で生きていくしかないのです。苦しいときがあっても自分で切り抜けていくという力を付けてあげること、それこそが大切だと思います。

はじめに私は、自分が生まれてきたなかで一番今の教育に危機感を持っていると言いました。小3・中3の子どもたちによる全国学力調査の平均点を開示することが可能になりました。点数の低い学校では点数取れない先生はかえろとか、成績の良い子どもは無理して調査受けなくてもいいよとなるかもしれません。長野県では先生たちの非違行為が沢山ありました。同僚の非違(非法・違法)行為を見た先生は第三者機関に報告しなさいとなりました。そんな環境の中で先生は仕事出来るでしょうか。子どもたちはといえば、山ほどの規則にがんじがらめになっています。先生たちも子どもたちもみんな苦しい状況の中にあります。是非みなさんに関心を持っていただきたいと思っています。これからの教育がどこへ行くのか、間違った方向に行かないように一どんな小さなことでもいいからやってみよう—と思って今日帰っていただけたら嬉しいです。

#### 標準化セミナー で学びました

