

# 育成だより

第112号

【発行】大刀洗町青少年育成町民会議 TEL 77-2670 FAX 77-2760

【編集】大刀洗町青少年育成町民会議広報委員会

## 令和元年度 大刀洗町青少年育成町民会議の取組み

主な取組みは4つです。

### 少年の主張大会開催 (敬称略)

日 時：令和元年11月9日（土）

発表者：大刀洗中学校 1年 加賀田光優  
2年 熊谷 美咲  
3年 酒井 千里

【(2)～(3)ページに全文掲載】

大刀洗小学校 6年 仲野海希翔・井島絵瑠夢  
菊池小学校 6年 佐藤 奈南・久保山祐太  
大堰小学校 6年 大倉 稔也・長野 真寛  
本郷小学校 6年 山田 心優・原田 大我

【(6)～(12)ページに全文掲載】



### 福岡県青少年育成県民会議筑後北地区研修大会

(大刀洗町の今年度担当事業)

日時：令和元年8月10日（土）

会場：ドリームセンター

内容：講 演

各校区アンビシャス広場・チャレンジ教室写真パネル展

講師：吉田 俊道 氏 (NPO法人大地といのちの会理事長)

演題：「大地の恵みで究極の元気っ子に」

～体力・気力・学力の向上は食から～

【(13)ページに内容を掲載】



### 「家庭の日」行事共催

「まなびイ講座」とのコラボレーション企画

第1回 「親子でレトロゲーム」

令和元年8月3日（土）

第2回 「文章検定」

令和元年10月26日（土）

第3回 「お菓子の家づくり」

令和元年12月22日（日）

【(14)ページに関連記事掲載】



### 「育成だより」第112号発行

(広報委員会にて編集して年1回)

令和2年3月1日

# 少年の主張大会

「私たちのメッセージ 中学生の部



## 自信のない私に できること

大刀洗中学校  
一年 加賀田光優

「背筋をのばし、胸を張る」そんなときはどんなんとか分かりますか。それは、自分に自信があるというときです。私は、「背筋をのばし、胸を張ること」ができません。どうしても「背中がまるく」なってしまいます。私は、いつも過去の失敗をひきずつてしまいがちで、夜、目をつぶると、なんて自分はダメなやつなんだと考えてしまいます。

そんな私を理解し、認めてくれる唯一の存在が母です。母は、私のことをよく見ていてくれます。私の様子が少しでもかわると、声をかけてくれています。

そして、ある友達にいつも弱音ばかりはいていました。そうすると、その友達はいつの日か私の弱音を聞いてみるとそれには、ある理由があつたそうですね。例えば私が「もしかしたら、失敗するかもしれない」というと、その失敗が現実になつてしまふかもしれませんでした。だから、私は次のことを心がけるようになります。

ました。

一つ目は、感謝の気持ちを忘れないことです。どんな人にも感謝の気持ちを持ち、そして自身への感謝を忘れないことです。誰に対しても優しく、思いやりのある行動をしていきます。

三つ目は、成功を心に浮かべることです。自分が成功した姿を想像できるのは自分自身だからです。

二つ目は、人に優しく接することです。誰に対しても優しく、思いやりのある行動をしていきます。三つ目は、成功を心に浮かべることです。自分が成功した姿を想像できるのは自分自身だからです。

四つ目は、ネガティブな考えを吹き飛ばすことです。「これはツラすぎる。何か別なことをしよう。そうだ、今すぐやめて本でも読もうかな」と気持ちをきりかえるようにします。そして、「自分だつて世界を動かせるんだ」と信じ、自分で「自分の人生」の目標や夢をみつけ、その目標と夢に向かつて努力していきます。

この四つを心がけるようにすることで、「背中がまるく」「胸を張ることができない」「いつも過去の失敗を引きずつてしまいがち」な自分とさよならができると思います。そして、母のように周りのことを見て、たくさんの人のことを理解し、認められるような人になろうという新たな目標ができました。その目標に向かつて、四つのことを努力していきます。

## 自分ができることで 見えてきたもの

大刀洗中学校  
二年 熊谷 美咲

「自分ができることを力に変えてがんばりました。私がそう思い、今も伴奏を続けられているきっかけは、約二年前のある出来事でした。

小学五年生の時、私は、在校生として卒業式の練習にのぞんでいました。その時卒業生の歌声

に、きれいに合わせて力になつていてる伴奏を聴いて、あこがれを持つようになりました。そして月日がすぎ、私は六年生になりました。十二月頃

の風が冷たい季節でした。

「伴奏を弾きたい人は後で残つてください。」先生はこう言いました。残つていた私に、楽譜が渡されました。歌の大きな柱に自分がなれて、と

てもうれしい気持ちになりました。

私はピアノの先生に楽譜を見せました。  
「これ難しいけど、少ない練習時間で本当に弾けるようになりますか。」

私はそう言われました。自分がしたいからばかりに選んでいた事に気付かされました。その時の私のピアノのレベルは、譜読みに時間がかかるし、リズム、拍の取り方など、自分でらすらできていませんでした。そこで私は、冬休みを有効に使い、ピアノの練習量を増やしてもらいました。そして、だんだんと少しずつ弾けるようになりました。ピアノの先生にも、部分ごとに、丁寧に分かりやすく教えてもらいました。そして冬休みが終わり、三学期になりました。その時は、伴奏もひととおり弾けるまでになりました。

「これで大丈夫」私はそんな気持ちになり、少し余裕がでてきた所でした。

しかし、ここからが本当の苦労の始まりだったのです。

二月から卒業式の歌の練習が始まり、三月からは、全体での練習が始まりました。皆の歌に合わせてきれいに奏でることは想像以上に難しく、伴奏が止まつてしまつたり、何度も間違えて、皆に迷惑をかけてしまつたりとなかなか前へ進めませんでした。うまくいかずにいた私は、朝と昼休み毎日練習をするようになりました。時には先生の厳しい指導も辛くなりましたが、その分できるようになった時には優しい言葉をかけてくれました。

そして本番：私は間違えずに気持ちよく伴奏がきました。今まで努力した分が結果に出で、達成感で一杯でした。

みなさんは、今努力しているものはありますか。部活や勉強、自分の好きなことや得意なこと、いろんなものがあると思います。私も自分で挑戦してみたくて、一步踏み出して得られるものがありました。その中で感じたことは周りの人の支えが、自分の心の支えになっていたことです。私は卒業式の伴奏をしたから、今まで伴奏が続けられています。目の前にある何かに挑戦することは難しいことです。が、努力をしたら、どんな形でも返ってくるんだなと実感しました。

## 成長

三年 酒井 千里



みなさんも、支えてくれる誰かに感謝して一歩ずつ歩めるような人になつてください。

私は、六歳の時から柔道をしていました。だから中学校の部活も柔道を選びました。しかし、練習がきつかつたし、他のスポーツもやつてみたいと思つていたため、柔道をしたくありませんでした。そう思つていた私の心とは裏はらに、周りの人から柔道を続けることをあたり前のように話されたり期待されたりして、やらざるを得ない状況でした。

私は、六歳の時から柔道をしていました。だから中学校の部活も柔道を選びました。しかし、練習がきつかつたし、他のスポーツもやつてみたいと思つていたため、柔道をしたくありませんでした。そう思つていた私の心とは裏はらに、周りの人から柔道を続けることをあたり前のように話されたり期待されたりして、やらざるを得ない状況でした。

頭には後悔しかありませんでした。そして、やめようにもやめられず、何も考えずにただ時間だけが過ぎていく部活が続きました。なぜ、部活をしているのか、部活なんかなければいいのに、私はそんな風にばかり思つっていました。

自分がどうすることもできずに時間だけが過ぎていく中、私はケガをしてしばらく部活を休みました。もともと腰痛もちだつたのが練習で悪化してしまつたのです。痛いのはつらかつたけれど、逆に練習をしなくていいので、正直「ラッキー」という気持ちがわいてきました。私は、部活に行つてもずっと見学をしていました。そして、見学なのでみんなの練習を見ることがあります。

そこで、私の心は変わりました。いつも私は、自分のことしか考えず、自分のことしか気にかけないなかつたことに気がついたのです。しかし、見学者として練習を見てみると、いつもとは違うものが見えてきました。みんな一生懸命に相手に向かつて、真剣な表情で練習をしていました。特に印象に残つたのは、中学校から柔道を始めた人たちです。その人たちには、まだ試合に出ることができませんでした。でも、私は試合についていました。当時、自分はその人たちより頑張つてゐるわけでもないのに試合に出て、負けていました。でも、それはあまりにも失礼なことだつたと思うようになりました。私は、仲間の練習を見ているうちに、誰よりも頑張つて練習して試合に出て、そして勝とう、と心からそう思いました。

た。相手の中堅、大将が強くて私がポイントをとつてこないといけないことが多々あります。でも、私は、ほとんど勝てず、いつも迷惑をかけてしまつていました。そのせいでチームが負けてしまつたこともあります。どれだけ練習しても勝てなくて、私は次第に柔道が嫌いになつてしまつました。柔道のことを考へると、息がしづらくなつたり、せきがとまらなくなつたりしてつらい時期もありました。

どうして私は柔道部に入つたんだろう。私の頭には後悔しかありませんでした。そして、やめようにもやめられず、何も考えずにただ時間だけが過ぎていく部活が続きました。なぜ、部活をしているのか、部活なんかなければいいのに、私は、仲間のおかげで変わることができました。

部活動というのは、仲間関係を築いたり、社会性を育てたりする役割があると思います。しかし、それだけではなく自分を成長させ、自分を変えることもできます。現に私は、ずっと部活動なんてなんの意味があるんだ、はやく柔道をやめたいと思つていましたが、今では柔道をしていて良かったと思つています。どんなに嫌なことでも、意味がないと思ついていても最後にはよかつたと思えることがたくさんあります。私にもまだまだ足りない所もたくさんあるし、成長できる部分もたくさんあると思います。だから、これから何事にも自分から挑戦し、周りを見て周囲の人から多くのことを学び、成長していくたいです。





楽しい遊んで少し疲れましたが、行きと同じ道のりを大堰交流センターまで戻ります。到着後は、おにぎりの昼食とお楽しみの抽選会です。このように毎年、大人も子どもも地区全体で集まり、楽しむことができ

るのも各区長、消防団、見守り隊、交通安全協会、中学生ボランティア等々、さまざまの方々のご協力があつてこそと深く感謝しております。無事に楽しく終了したウオーキング大会が今後も続くことを願っております。

十月二十六日(土)、すつきりと晴れた青空の下、第十九回大堰校区ふれあいウォーキング大会が行われました。大人、子ども合わせて約百二十名の参加があり、にぎやかに片ノ瀬公園まで歩きました。新しい建物に気付いたり、川の様子を見たり、子どもたちはいろいろな発見をしたことと思います。見守り隊や消防団、交通安全協会の方々には安全面でご協力いただき、無事に片ノ瀬公園に到着しました。

公園では、レクレーションが待っていました。バラバラになつたカードを見つけ、書かれたミッショントクリアするとお菓子がもらえるゲーム等、講師の先生に楽しい遊びを教えていただきました。中学生ボランティアの皆さんも大人も加わり、いつもとは違う雰囲気で遊べてよかつたと

思います。

十  
月  
十九  
日  
(  
土  
)  
前  
日  
の  
激  
しい  
雨  
に  
よ  
り  
、  
目  
的  
地  
の  
平  
塚  
川  
添  
遺  
跡  
公  
園  
芝  
生  
の  
参  
加  
が  
あ  
り  
、  
に  
ぎ  
や  
か  
に  
片  
ノ  
瀬  
公  
園  
ま  
で  
歩  
き  
ま  
し  
た  
。

広場での昼食が不可能とのことで、ふれあいセンターにおいて映画鑑賞をして、その後ウォーキング三kmをゆっくり歩いて、子どもにはおにぎり・おやつ・飲み物を配り、今年は区長会の皆様より特別な差し入れを頂き、大人にはおにぎり・お菓子・飲み物・ミカンを配つて終わりになりました。

実施するにあたり、役員会・評議委員会を開いて役割分担を決め、三役による下見を行い、現地の平塚川添遺跡公園管理職員と綿密な打ち合わせしましたが、残念な結果となりました。

大規模な土砂災害や浸水被害を引き起こした台風十九号の影響で死者・行方不明者を合わせると百名近くになり、停電・断水・避難所生活がまだ続いている。変革・変動の令和時代を担う子ども達を守るために、自分に何ができるかを考えるときではないでしょうか。これからも増える自然災害や地球温暖化を少なくするための施策を大人が考え、子どもに見本を示さなければならぬと思います。毎日の見回り活動、一番身近に接していただいているPTA会員の皆様に感謝申しあげます。



## ふれあいウォーキング大会 大堰校区民会議 佐藤美和子

## 歩こう会

本郷校区民会議 会長 岩崎 耕市

前線を伴つた低気圧の影響で朝方まで雨。当日の十月十九日(土)は、日差しが指して来たものの『ふれあいウォーキング大会』目的地のコスモスパーク北野は遊具周りや芝の広場に水たまりが出来、使える状況ではなかつたために、大刀洗小学校の体育館や校舎を使いスポーツやゲームを行う事となりました。

子ども達へ、ハイキングが無くなつた事を伝えると「え」と言う声と残念そつた表情を浮かべていましたが、トン逃がすな・大縄跳び・連続縄飛び・宝探し・ビンゴゲーム・自由時間(ドッヂボール・バスケ・カードゲーム等)始まると一生懸命に取り組んでいます。宝探しでは校内的一部を使い役員さんが一生懸命に作った宝物を一年生から順に探していきます。早く見つけに行きたくウズウズしている生徒たちは、スタートの掛け声と同時に駆けだしますが、先生たちは安全を考慮し、「走らない」と止めに入ります。宝物は簡単な所から見つかっていきます。五六六年生になると難しい所が残り、なかなか見つからず焦りだす生徒もいましたが、全員がお宝をゲットする事できました。最後は、みんなで囲んで食べる予定だったお弁当とみかんを配つて午前中での閉会となりました。



## ふれあいウォーキング大会

大刀洗校区民会議  
田平 健司

心よりお礼申し上げます。



## 歩け歩け大会

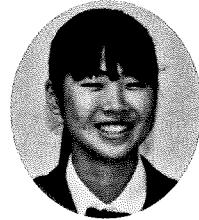
菊池校区民会議  
小川 純子

すがすがしい秋晴れに恵まれた十一月一日(土)、「歩け歩け大会」が催されました。菊池小学校から片道約4kmを幼児四歳から高齢者八十歳の参加者やボランティアスタッフを含め総勢百五十五名が筑前町の多目的運動公園をめざして歩きました。途中信号のある大きな通りや、歩道のない細い道もありましたが、育成会スタッフの声掛けや迅速な対応により、予定時刻より一時間ほど早く到着することができました。エキストラタイムができたことで、子ども達は遊具に熱中して公園を満喫し、大人は木陰でゆつくりお昼のゆとりの時間を過ごすことができました。午後からは、「花立山ファーム」で芋掘り。担当者の方から説明後、子ども達は「紅はるか」「シルクスイート」の二種類の芋畑に一斉に向かつて行きました。「でつかい芋」「なんか動きよる」いろんな声が聞こえてくると、最初は遠慮がちに眺めていた大人の方も、いつの間にか童心に返り一緒になつて芋ほりをしていました。終了時間になつても、まだ掘り足りなさそうな顔を見て、ファームの担当のおじさんから契約した区画を大幅に広げていただくサプライズ! 最後の最後まで子ども達はどちらこになり、お芋と格闘していました。

帰りは、チョット早い紅葉とプロッコリー畑を眺めながら、行き道には聞こえなかつた童謡、笑い声とともに和やかな帰路となりました。

閉会式では、地域振興の一環として参加していただいた宝幸様、そして子ども達からのお礼のことばをいただき、心がほっこりした一日になりました。日頃の運動不足を解消し、参加者の皆さんとの親睦とふれあいで有意義な一日となりました。最後に、観部長をはじめ役員の皆様、本当にご苦労様でした。

地域の皆様との触れ合いを通じて、地域の活性化・子ども達の健全な成長等に取り組んでいます。今後も、いろいろな活動が計画されて参りますので積極的な参加と呼びかけを宜しくお願い致します。



## 大好きな友達

「私たちのメッセージ 小学生の部」

本郷小学校  
六年 山田 心優

みなさんは、友達のことが好きですか。私は、とても好きです。特に学校で友達と過ごす時間が楽しく、日曜日には、「早く明日にならないか」と、楽しみにしています。今はこうして楽しく過ごせていますが、去年、私は友達との関係でとても悩みました。

私は、四年生の時に菊池小学校から転校してきました。友達とのお別れはさみしく、新しい友達と仲良くなるか、とても不安でした。でも、同じクラスのみんながたくさん声をかけてくれて、すぐに友達ができました。縄跳びをしたり、登り棒をしたりして、外でたくさん遊びました。おしゃべりするのもとても楽しく、本郷小学校のこともすぐに好きになりました。しかし、五年生になつてクラス替えがあると、そんな楽しい学校も変わつてしましました。四年生までは、みんな静かに勉強ができるいましたが、五年生になると、授業中におしゃべりをしたり、立ち歩いたりする人もできました。私は、「みんなとちゃんと勉強したい」という思いから、繰り返し、友達に注意しました。でも、相手

からは「俺だけじゃないやん」「だれだれもやん」と、言ひ返されました。一緒に注意してくれた友達もいましたが、何度も注意しても変わりませんでした。

二学期になつても、状況はあまり変わりませんでした。そんなある日、とても悲しいことがあります。授業中に前の席の人が大きな声でしゃべっていたので、いつもの様に注意をしました。すると、教科書と机に『死ね』と書かれました。『死ね』という文字を書かれたことにびっくりしました、「なぜ、書くの」と悲しくなりました。

友達から「あまり気にしなくていいよ」と言われ、私は気にならなかった。しかし、今考えてみると、心の中では自分の気持ちを押し殺していました。その後も何度も書かれ、私は、あんなに楽しかった学校が嫌いになりました。「みんなと一緒に勉強したかつただけなのに」「どうすればよかつたのだろう」と悩みました。死にたいとも思いました。お母さんから「何があつたの」と聞かれましたが、全部は言えませんでした。教室に入るのも嫌になり、保健室にいることもありました。保健室では、友達とのことはあまり話したくなかったけれど、少しずつ話せるようになりました。たくさん涙も流しました。謝つてもくれましたが、心から謝つていてるようにはとても思えませんでした。泣いてなかつた手を出していたかもしれません。そんな苦しい時でも、毎日休み時間には友達が来てくれておしゃべりをしました。おしゃべりをするのはいつも楽しく、面白く、ちょっとずつ元気になつていきました。励ましてくれた友達も何人もいました。

そして六年生になり、教室や担任の先生が変わりました。春休みはどうなるか不安で行きました。

五月に、みんなでこれまでのクラスのことを振り返りました。自分たちのクラスで起きていたことを振り返り、自分のクラスなのだから、自分がまず行動しようとみんなで確認しました。学習規律はもちろん、みんなが笑顔で卒業式を迎えるように、係でイベントをしたり、係でできないことも自分から企画し、メンバーを募集して実行委員を立ち上げたりしています。私も、一学期は「本をたくさん読もう実行委員」を立ち上げ、毎日声掛けをしました。すると、図書室だよりに二ヶ月連続でのることができ、みんなで喜び合いました。他にも、昼休みにハロウィンパーティーをしたり、大根を育てたりと、クラスみんなで笑顔になる取り組みをたくさんしています。帰りの会では、一日を通してキラリと輝いていた人を毎日伝え合っています。

今世の中を見ていると、いじめが原因で自殺する人もたくさんいます。いじめは、絶対にしてはいけません。私も、言葉では言い表せないくらい苦しみました。でも、私にはいつもそばにいてくれた友達や先生、家族がいました。そのおかげで、私は立ち直ることができ、今は楽しく生活することができます。

みなさん。もし、友達が嫌な思いをしていたら優しく声をかけてあげてください。声をかけられるとともに勇気づけられます。声をかけることができなくてもそばにいてくれるだけで、安心します。すると、私みたいに立ち直ることができると思います。見て見ぬふりはしないでください。「誰かが…」や「あの人も…」などといった自分勝手な考えはやめましょう。自分も含めて

みんなが笑顔で過ごせる世の中にしましょう。



## 自分たちの手で 平和をつくつていく

六年 仲野 海希翔

今から七十四年前、戦争によつて多くの人々が苦しみ、尊い命が奪われました。人々は戦争は絶対にしないとちかい、苦しみ悲しみ怒りを乗り越えて立ち上がり、互いに手を取り合いながら、前を見て生き続けました。そして、今、この平和な時代が築かれたのです。人間らしく生きる権利が奪われた戦争、生きたくとも生きることができず、たつたひとつしかない尊い命を奪つた戦争、大切な家族や友達を失つた戦争、このようないい戦争は一度と起こしてはなりません。一人一人が、平和をつくるためにすべきことを考え、行動することが、平和につながります。

それでは、小学生であるぼくたちが、平和をつくるためにはべきことは何だと思いますか。ぼくは、三つのことを考えて実践しています。

一つ目は、相手の話を聞き、共感することです。特にぼくは、話を聞く時に「うめかさ」を心掛けています。「う」うなづきながら、「め」目を見て、「か」体を向けて、「さ」最後までです。「うめかさ」をすることで相手のことを大切にしようという思いも大きくなり、相手も安心して話をしてくれます。つまり「うめかさ」はあたたかい人間関

係をつくります。みなさんもぜひやってみてください。

二つ目は、今生きていることに感謝し、今日の日常のありがたさを感じながら、目標をもつて一杯生きるとということです。長崎の修学旅行では、被爆体験者の下平作江先生に話をうかがいました。下平先生の言葉でぼくの心に残つているのは、「生きることをあきらめない」です。ぼくはこれまで生きていることが当たり前だと思つていました。しかし、戦争当時は生きることさえつらく、こんなにつらいなら、いつそのこと死んでしまいたいと思う人もいたそうです。しかし、

生きていればきっと道は開ける、そう信じた下平先生は生きることをあきらめませんでした。ぼくは、生きることのありがたさに気付き、その瞬間から精一杯生きています。全ての人が精一杯生きることで、お互いを高め合い、ひいては支え励まし合うことにもつながります。ぼくは、大刀洗小学校のたてわり絆アップ委員会の委員長として、全校のみんなが仲よく過ごせるような全校遊びやたてわり遊びを考え実践しています。下級生が笑顔で遊ぶ姿を見て、「委員長として頑張つてよかつた、次もやるぞ」と力がわいてきます。精一杯な姿は、必ず相手に伝わり、人がつながります。そこには、必ず平和が生まれます。

三つ目は、自分が正しいと思うことを堂々とすることです。ぼくが正しいと思う行動は、友達が困つていたら声をかける、絶対にいじめをしていません。学校や学級のきまりを守つて過ごすことと考えています。ぼくは、最高学年として下級生の手本になるよう行動しています。全ての人がベクトルをそろえて正しい行動をすることが必要です。

ぼくは、この三つのことが平和をつくる、そして、平和を守り続けることにつながると信じ、これからも実践します。

みなさんは、平和をつくるために、今、何をしていますか。全ての人気が安心して自分らしく生きることができます。できる平和を、ぼくと一緒につくつていきましょう。

## 友達とつながり 合うために

六年 佐藤 奈南

私は、五年生くらいから人のかけ口を、よく言つてしまつていて、気づいたら遊ぶときも帰るときもずっとと言つっていました。五年生になり、私は苦手な友達やきらいな友達を避けたり、意識したりするようになりました。そして、そのころは、友達も言つてゐるんだし、先生に聞こえてなければいいやと思い、かけ口を言つていました。そして、私の言つたかけ口に共感してくれる友達がいるとうれしく思つたり、楽しく思つたり、そしてなにより、スッキリするように感じることがありました。私は、かけ口という、人の心が傷ついてしまう方法でたまつたストレスを発散していたんだと思います。しかし、今はかけ口を言わないために、心がけていることがあります。まず、もしムカツときても、グツとこれらガマンすることです。自分がグツとこれらガマンすることで自分からはかけ口を言わなくなります。そうすると、周りからも少しずつかげ口が

みんなは少しでも人のかけ口を言つたことはありませんか。

私は、五年生くらいから人のかけ口を、よく言つてしまつていて、気づいたら遊ぶときも帰るときもずっとと言つっていました。五年生になり、私は苦手な友達やきらいな友達を避けたり、意識したりするようになりました。そして、そのころは、友達も言つてゐるんだし、先生に聞こえてなければいいやと思い、かけ口を言つていました。そして、私の言つたかけ口に共感してくれる友達がいるとうれしく思つたり、楽しく思つたり、そしてなにより、スッキリするように感じることがありました。私は、かけ口という、人の心が傷ついてしまう方法でたまつたストレスを発散していたんだと思います。しかし、今はかけ口を言わないために、心がけていることがあります。まず、もしムカツときても、グツとこれらガマンすることです。自分がグツとこれらガマンすることで自分からはかけ口を言わなくなります。そうすると、周りからも少しずつかげ口が

へると思います。次は、苦手な友達と自分から関わることです。そうすると、苦手な友達だった人も、ふつうに話せる友達にかわり、その人のかけ口を言わなくなると思われます。私がこんな風に変われたのには、きっかけがありました。そのきっかけは、私が六年生になつた時におとずれました。総合の授業で今自分達が思つてることを言うことがありました。私は友達の意見を開いていて人間関係について深く考えました。そして、このことが、なぜ、かけ口を言つてしまふのかを考えるきっかけになつたのです。

まず、いつしょになつてかけ口を言つことで、うれしく感じ、仲よくなつたように錯覚してしまふのだと思います。しかし、これは、かけ口でつながつただけで、本当の友達ではありません。

また、その人のことがうらやましくて、その人の悪い所を見つけようとして、共感してくれそうなどれかと、かけ口を言つてしまふという場合もありました。その他にも、自分の仲の良い友達がかけ口を言つていたら、それに共感しないと仲間外れにされたり、もう仲良く遊べないんじやないかという不安もありました。みなさんにもこういう体験があるのではないかと思います。今述べた、かけ口の理由には、共通点があります。それは、かけ口を言つても、誰ともつながり合えないということです。かけ口は、悪い関係を生み出しながら、言われた相手を傷つけ続けます。私は、かけ口をやめようと思いました。そして、友達と心でつながり合う関係になりたいと思いました。今、私達六年生が、かけ口をなくし、仲間づくりをするために取り組んでいることをみなさんに紹介します。

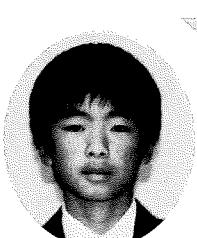
まず、一つ目は、コミュニケーションをとる活動です。私達六年生は、学年集会を開き、自分の

思いや考えを相手に伝え合っているかを話し合いました。そして、様々な場面で自分から積極的に苦手な友達へ関わっていくことを確認し合いました。長崎への修学旅行は、おたがいのつながりを実感できる体験となりました。

二つ目は、あたたかい言葉を自分から口にすることです。「ありがとう」、「おはよう」などのささいな言葉を相手に伝えることで、相手は笑顔になることができ、良い人間関係を築くことができます。毎朝のニコニコタイムでは、たつたの一分間ですが、ハイタッチでおはようの楽しいゲームに取り組み、一日を笑顔でスタートさせています。

このように、友達と本当につながり合つていくためには、自分から積極的にコミュニケーションを取り、トラブルが起きた時には、相手に分かる言い方で伝えることが必要だと思いません。自分が思つてることを周りにコソコソ言うのではなく、その人に正直に言つことが、相手との関係をつくっていく一番の方法だと思います。その人が理解でき、傷つかない言い方で言えば、きっと理解し合えると思うからです。

みなさん、自分がついかけ口を言つてしまいそうになつた時、どうぞ今日の話を思い出してください。私は相手を信じ、自分の考えを精一杯伝えることを続けていきます。そこには、強く、あたたかいつながらが結ばれると信じているからです。



## 苦手なことを克服したい

大堰小学校  
六年 大倉 稔也

六年生になつてすぐ、運動会の役割決めがあり、ぼくは応援団になりました。応援団だけで集まり、団長決めの時に、ぼくは自分から手を挙げ、応援団長になりました。正直、団長としてみんなをまとめていけるか不安やあせりもありませんが、一生懸命やろうと前向きな気持ちで始めました。

まず、応援団として最初の大きな活動は団結式です。応援団全員の自己紹介や、応援団以外の白組のみんなのやる気を高めていきます。しかし、前日までに十分な練習ができておらず、緊張もしてしまい、なかなか思うようにはできませんでした。赤組を見てみると、白組より上手にできているように思えました。その後の練習を見ても、赤組は声が大きく、細かい動きの練習に入つていて、白組との差を感じました。ぼくはとてもあせつて、どうすればいいかわからなくなつてきました。自分はみんなをまとめることはできないのではないかと、正直落ち込みました。大勢の人に何かを伝えることはこんなにも

しかし、ここで逃げ出してはだめだと思いました。ぼくは、練習の仕方や伝え方を自分なりに考えるようになりました。毎日、練習日誌をつづり返りを日誌に書いていくことで、次はこうしようとか、こんな言い方の方が分かりやすいとか考えるようになりました。休み時間の応援団の練習の時には、声が小さかつたら応援団全員の声も出ないと思い、自分から大きな声を出しました。そして、団員一人一人に大きい声を出させることを意識して声かけをしました。しかし、課題は次から次へと出てきます。声が出るようになつても動きがなかなかそろわざ苦戦しました。美しく見せるために、うでの動きや腰の落とし方をそろえたいと思うのですが、そろいません。応援歌も低学年にとつては難しかったようで、声が出ていません。どうしようかとあせりが大きくなつていばかりでした。

その時、同じ六年生の応援団のみんなが声かけや練習などをサポートしてくれたのです。

「そうだ、応援は自分一人で作るものじゃないんだ。」

そう思い、みんなで協力しながら練習を進めました。本番が近づくにつれ、応援はどんどん盛り上がつていき、みんなの必死な姿から、ぼくは、たくさんの方をもらいました。



## 大好き おじいちゃんへ

本郷小学校  
六年 原田 大我

がいっぱいになりました。あの時あきらめていたら、ここまでできなかつたし、きっと後から後悔したと思います。運動会が終わつた後も、「**団長頑張つていたね。**」「**練習の時からみんなをまとめていたね。**」と、たくさんの先生方から声をかけてもらいました。その言葉を聞き、これまで苦手だと思つていた「みんなをまとめる」ということが少しきつきました。それは、あるニュースを見たことがあります。かは誰でも苦手なことがあると思います。しかし、苦手だからと目を背けていては、自分の生活は何も変わりません。ぼくは応援団長をする通して、大切なことを学びました。それは、苦手だと思うことでも、挑戦し、失敗を繰り返しながらも向き合うことの大切さです。挑戦することは、自分自身を成長させてくれるし、これから的人生の中で必ず役立つ力になります。また、必死に取組んでいると、その姿を見た人が必ず協力してくれます。だから、ぼくは、これからも苦手なことから逃げ出さず、挑戦していくといふ思います。そして、成長し続ける人であります。

そこで、ぼくは、高齢者ドライバーが自動的に免許を返納することがいいのではないかと思いました。そうすることで、高齢者が車を運転することができなくなり、事故が減ると思ったからです。しかし、電車やバスが少ない所に住んでいる高齢者が免許を返納してしまつたら生活が不便になってしまいます。大刀洗町も電車やバスが少なく上高橋に住んでいるおじいちゃんも困るはずです。返納はかんたんことではありません。だからぼくは、もう一度考えてみました。すると、すこし前に見たニュースを思い出しました。ニュースにはこう書いてありました。

『**大ヒット！ペダル踏み間違い防止・対策に「ペダルの見張り番」**』

これは、停止中や十キロメートル未満の低速度であれば、間違つてアクセルを踏み込んだりペダルの見張り番の警告音が鳴つてエンジンの回転が上がらなくなるというものです。そして、アクセルをゆっくり踏めば、通常通り走行できます。さらに、ブレーキを踏みながらアクセルを踏んでも、ブレーキが優先されるので安心です。

んおばあちゃんの家の近くには、駅やスーパーがありません。だからお出かけしたり買い物をしたりするときは、車を使っています。しかし、ぼくはおじいちゃんが車に乗っていることがとても心配です。それは、あるニュースを見たことがあります。このようなニュースをみると、ぼくのおじいちゃんも踏み間違えてしまつたり、巻き込まれてしまつたりしないか、とても心配になります。

みなさん、最近、高齢者ドライバーの事故が多いことを知っていますか。ぼくはよくニュースで、アクセルとブレーキの踏み間違いの事故のことを目にします。このようなニュースを見ると、ぼくのおじいちゃんも踏み間違えてしまつたり、巻き込まれてしまつたりしないか、とても心配になります。

だから、「ペダルの見張り番」をつければアクセルとブレーキを踏み間違えても事故が起きることが確実に減ります。

次に、ぼくが考えたのは、車にセンサーをつけないことです。そうすれば接触事故が減ると思います。最近は、車に衝突回避システムのセンサーを付けて走っているCMが流れています。このシステムについていえば、車や人との接触事故も防げるのではないかと思います。

このように、「ペダルの見張り番」や衝突回避システムのセンサーがついた車に乗ると、高齢者ドライバーが免許を返納しなくとも、安心して車に乗つてもらえます。ぼくは、ぜひ、おじいちゃんにそのような車に乗つてもらいたいと思っています。

しかし、高齢者の次に事故が多い年齢は、十六才から二十四才なのだそうです。平成二十七年に約八万人の方々が事故で亡くなっています。毎年、この数は減つていていますが、決して〇にはなりません。だから、ぼくも事故には気をつけたいと思います。ぼくのように大人になつたらぼくの運転で家族を旅行につれていきたいと思つてている子どもがいることを忘れないで下さい。だからみなさんも運転について、もう一度考え方直してみて下さい。大刀洗も、車がないと不自由な場所です。ぼくのためにも安心できる車に乗つたり、運転の仕方を見直したりして下さい。

そして最後に、大好きなおじいちゃんへ。

ぼくはあと六年で運転免許証を取れる年になります。ぼくが運転免許証を取つたらおじいちゃんがいろんな所に連れていくてくれたように、ぼくもおじいちゃんをいろんな所に連れていてあげたいです。そして、おじいちゃんを樂

しませて笑顔にしてあげたいです。だから、おじいちゃんはいきたいところを考えておいて下さい。どこでも連れていくてあげるけん楽しみにしてね。

## 思いやりの心



大刀洗小学校  
六年 井島 絵瑠夢

「ありがとうございます」「一緒にがんばろう」「大丈夫?」みなさんには、このような相手の気持ちを考えた思いやりのある言葉をまわりの友達にかけていますか。私は大刀洗小学校の最高学年として、思いやりの心の大切さについて考え方行動する日々を送っています。

私は、思いやりの心がもたらすものは四つあります。毎年、この数は減つていていますが、決して〇にはなりません。だから、ぼくも事故には気をつけたいと思います。

一つ目は笑顔が生まれるということです。

自分も相手もうれしい気持ちになり、笑顔が生まれます。笑顔は人を安心させ、元気にします。私が心掛けていることは、友達にしてもらつた時に、友達の目を見て笑顔で「ありがとうございます」と返してくられた時のうれしさは、今も忘ることができません。

二つ目は、けんかやいじめがなくなり、和ができるということです。私は、友達のために動ける人になりたいと考えていましたが、そのような考えをもつてているのは私だけではありませんでした。みんな同じ思いをもつて友達と関わろうとすると、次第に声をかけ合うことが増え、つながりができました。私自身、これまであまり話を

しなかつた友達とも気軽に話せるようになり、誰とでも協力することにつながっていきました。私は、六の一、そして、大刀洗小のみんなは本当に仲が良いと思います。これは、私だけでなくみんなが思いやりの心をもつて相手のために行動しているからだと考えます。

三つ目は、支え合う絆が生まれるということです。大刀洗小では、全校で大縄跳びをしていましたが、そこでも思いやりを發揮しています。例え

ば縄に引っかかるてしまつた友達に「ドンマイ」「がんばろう」という声かけをしていました。また、引っかかった友達もみんなに「ごめん」と言つて、次はがんばろうという気持ちを高めています。たとえ失敗してもみんなが支え励ましてくれることで安心が生まれ、次は自分がみんなを支えたいという強い思いが生まれます。また、私の学級の大縄チームのメンバーは、昼休みに下級生と大縄練習をしています。下級生に一回でも多く跳べるようになつてほしいという思いから始まつた取組です。下級生のために縄を回し、跳び方を教えている仲間の優しさや思いやりに触れ、私も仲間、そして下級生のために思いやりの心を發揮したいと強く考へるようになりました。

四つ目は、みんなが楽しく過ごせるということです。楽しい学校生活は、私たちが自分たちの力でつくっています。大刀洗小の毎週金曜日は、きらきら思いやりデーです。昼休みは全校遊びや縦割遊びをしています。私は縦割絆アップ委員会の一員として、下級生が楽しめる遊びを考え、実践しています。下級生が笑顔で遊びを楽しむ姿を見て、「下級生のために頑張つてよかつた」「これからも、下級生に思いやりの心で接しよう」という意欲がわいてきます。

私は、これからも思いやりの心を大切にして、大刀洗小の思いやりの心を増やしたいと考えています。そのために、私が今後、取り組みたいことは、「進んでいいさつ」「困っていたら声をかける」「ありがとう、ごめんなさいをきちんと言う」「友達を呼び捨てにせず、○○さんと呼ぶ」ことです。

みなさん、私と一緒に思いやりの心を發揮しませんか。そして、大刀洗町を思いやりいっぱいのあたたかい町にしていきましょう。



## よりよい関係をめざして

六年 久保山 祐太

みなさん、どんな友達とも関わっていますか。あいさつをしたり、話したり、一緒に遊んだりして、よい関係をつくっていますか。僕自身も、僕たちのクラスも、決して、完ぺきにはできていません。例えば、席がえの時や班学習の時には、特定の友達としか話さずに時間が過ぎることもあります。一方、修学旅行のレクレーションやクラスの集会では、いろいろな友達と関わり、みんなで楽しくすることができます。そういう時は、みんなが楽しく笑つていて、いい雰囲気、いい関係ができていると実感します。それでは、僕たちは、何か特別の時にしか、いい関係をつくれないのでしょうか。普段から、いい関係をつくることはできないのでしょうか。朝、学校に着いて、教室に入る時のこと思い出してください。みなさんは、どんなふう

に、教室に入つていきますか。みなさんが教室に入つた時、クラスの友達は、どんなふうに反応していますか。僕たちのクラスでは、友達が教室に入つたら、あいさつをすることを心がけています。しかし、先生がいる時にはあいさつが聞こえるのに、先生がいないとあいさつを返してもらえないことがあります。また、先生がいても、人によつて、あいさつをする友達が決まっているようになります。

僕が教室に入つてくる時に、もし誰もあいさつをしてくれなかつたら、やつぱり悲しいです。あいさつは、誰にでもして、いい関係をつくるためのものです。先生がいてもいなくても、みんなであいさつをし合つて、楽しい一日をスタートさせたいのです。

また、いい関係をつくるために、僕たちは、次のようにすることをしています。毎朝一分間の時間で、いろいろな友達と関係をつくる活動です。クラスでは、係が進めてくれる「ポカポカタイム」とい、学校で委員会が進めてくれるものは「ニコニコタイム」といいます。

実際に、やつて見せます。(モデル演技)

この活動をしていて思うことは、活動を始めたからの僕たちの関係は、確実によくなつてきました。そういうことです。僕は、普段あまり話さない友達とも関係が深まるようにがんばっています。

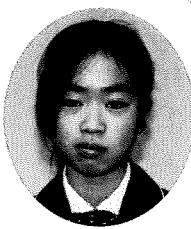
僕たちのクラスには、いろいろな個性の友達があります。だから、言いすぎでトラブルが起きたり、逆にうまく言えずにかべができたりすることもあります。でも、僕も、みんなも、本当は、誰とでも仲よくし、いい関係をつくりたいと思っています。そんな思いはあるのに、クラスの中でもうまく伝わらず、関係がぎくしゃくしたことが

ありました。その日が十二日だつたことから、毎月十二日を『六の二の日』にし、みんなで振り返っています。

『六の二の日』では、自分たちの今はどんな様子か、一人一人の居場所があるのか、いいところや気をつけたいところは何か、などを出し合い、みんなで話し合っています。「友達を選んで関わっている。「さけてしまうことがある。」など、僕たちの弱い部分も出ますが、だからこそみんなで話すことができる、いい活動だと思います。僕は、一人一人の居場所がある六の二にしたいです。そのため、毎日のあいさつやポカポカタイムで関わつたり、『六の二の日』で思いを発表したりしていこうと思っています。

僕たちの学年目標は、『自分で成長、みんなで成長、六年生』です。この目標に近付くために、僕も、みんなもがんばっています。自分だけ、一部の人だけが楽しいのではなく、誰もが楽しい世の中にするためには、まずは一人一人の意識が大切だと思います。僕は、誰とでも関わり、よりよい関係を目指していきたいです。

この会場にいるみなさん、いろいろな友達の個性を認めて、関係をよくしていきましょう。そして、みんなで、もっと楽しく、よりよい社会をめざしましょう。



## あきらめない

六年 長野 真寛

私は水泳を習っています。今年でもう八年目です。こんなに長く続けられていることに自分でも驚いています。五歳の頃、外で遊ぶことは好きでしたが、運動が苦手だった私は、父のすすめもあり、スイミングクラブに通うことになりました。クラブに入つたばかりの頃は、水中にもぐつたりバタ足をしたりと、簡単なことばかりだったので、水泳をとても楽しんでいたことを記憶しています。しかし、コースが上がっていくと、内容も難しくなり、練習もきつくなつていきました。クロールの練習をした時の事です。以前のコースとはプールの深さも、教えてくださる先生も変わり、怖さと緊張でいっぱいでした。そんな私でしたが、先生が優しく教えてくださったので、楽しく練習に取り組むことができました。その頃から、少しずつ運動に対しても自信がもてるようになつていつたと思ひます。しかし、さらに上のコースに進むと、私は新たな壁にぶつかりました。そのコースでは、何度も厳しいことを言われ、自分は下手なんだと自信をもてなく

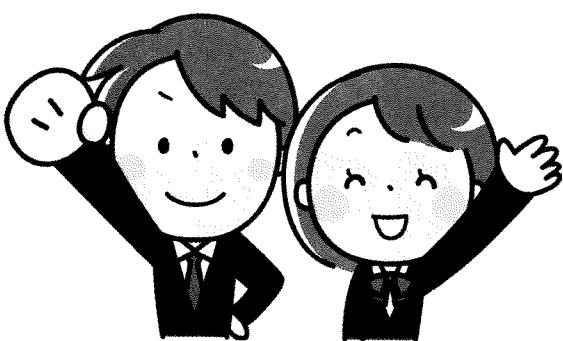
みなさんは、すぐにあきらめてしまうことありませんか。以前の私は、できないと思つたらすゞにあきらめてしまつていました。しかし、今の私は違います。あきらめることは、自分の成長を止めてしまうこと。あきらめなかつた先には、必ずいいことがあると考へるようになつたのです。

この後のコースは、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライと続きました。どれも、泳ぎ方が複雑でなかなか泳げるようにはなりません。練習していると、前に泳いでいる人とどんどん距離が開いていつてしまふこともあります。自分が一生けん命泳いでも、追いつくことができない。それがくやしくて、いやだな、いやだなど何度も思いました。しかし、練習を重ねていくうちに、だんだんフォームが固まつていき、泳げるようになつたのです。その時の達成感は、今でもよく覚えています。

今、私は、一番上のコースで、個人メドレーやターンの練習に取り組んでいます。苦手なバタフライの練習の時にはコーチから、「腰を揺らして、腕じやなくて肩を回す。」とたくさんアドバイスをもらっています。

だから、アドバイス通りにやってみようと私も必死です。家でフォームの練習をしたり、図書館で水泳の本を見て速く泳げるコツを調べたりもしました。そうやって、コツをつかんでできるようになると、速く泳げるような気がします。そんなときは、コーチから、「いいよ、その調子。」

とほめられます。ああ、あきらめなくてよかつた、頑張つてよかつたと強く感じる瞬間です。私はこのような経験から、あきらめることは自分の成長を止めてしまうことだと考へるようになりました。確かに、そう思つてやつていても、うまくいくことばかりではないでしょう。「つらいな」「もうやめてしまおうかな」と思うことだつて、きっとあると思います。しかし、あきらめずにやり遂げたときの達成感や充実感は、何物にも代えがたいということを私は知っています。苦しい、やめたいの一歩先に、自分の成長があるのです。あの時、あきらめなかつたから今の私がいる。そう自信をもつて言えるように、これからもあきらめずにいろいろなことに挑戦し続けていきます。



## 令和元年度福岡県青少年育成県民会議

## 筑後北地区協議会研修大会

大会テーマ 子どもの食育

食改善の健康講座 「大地の恵みで究極の元気っ子に」  
～体力・気力・学力の向上は食から～

令和元年8月10日（土）、福岡県青少年育成県民会議筑後北地区協議会研修大会を今年度大刀洗町が担当開催しました。当日、遠くは八女市などから多くの参加者が集まり、熱心にお話を聴かれていました。

## 元気野菜づくりと元気人間づくり

吉田先生が取り組まれている「元気野菜づくり」は、野菜くずなどの生ゴミを土に混ぜて土の中の微生物「菌ちゃん」をいっぱいにして、その力で農薬不要の元気な野菜（菌ちゃん野菜）を作ります。

## おなか畑の土づくりのために

おなか畑の土づくりのためには、次の3つの要素が大切です。

## 1. ファイトケミカル

植物に含まれる抗酸化力・免疫力をアップする手助けをしてくれる化学物質のことです。「ポリフェノール」、「フラボノイド」、「カテキン」など、今注目の物質で、野菜の皮に多く含まれています。

## 2. ミネラル

カルシウム、マグネシウム、亜鉛、など筋肉や神経の働きを調整する大切な成分で、不足すると様々な欠乏症になります。ミネラルは体の中で作り出すことは出来ないので、食事で摂らなければなりませんが、現代人は特に不足していると言われます。このミネラルを効率よく摂るために、魚を丸ごと食べるとうまく摂れます。

## 3. 微生物代謝物質

乳酸菌生成物質などのことで、味噌、醤油、酢、納豆などの発酵食品に含まれます。

## 子どもの健全な成長のために

現代の食生活は、炭水化物、脂質、たんぱく質の3大栄養素は摂れているようですが、それ以外のビタミン・ミネラルなどの栄養素が不足しているものが多いという現状です。吉田先生が行ったある小学校では、給食で味噌汁や小魚の粉末を使って、ミネラルなどを摂るようにしたところ、体温が35°C台の児童数と全体の欠席数が減り、更には学業にも好影響が出ている可能性があるとのことです。野菜たっぷりの味噌汁で、ファイトケミカル・ミネラル・微生物代謝物質を補い、子どもの健やかな成長に役立ててみてはいかがでしょうか。



講師 吉田俊道 氏

NPO法人大地といのちの会理事長。1959年長崎市生まれ。九州大学農学部大学院修士課程終了後、長崎県の農業改良普及員に。96年、県庁を辞め、有機農家として新規参入。99年、佐世保市を拠点に「大地といのちの会」を結成し、九州を拠点に生ごみリサイクル元気野菜作りと元気人間作りの旋風を巻き起こしている。2007年、同会が総務大臣表彰（地域振興部門）を受賞。2009年、食育推進ボランティア表彰（内閣府特命担当大臣表彰）。長崎県環境アドバイザー。主な著書は『いのち輝く元気野菜のひみつ』『生ごみ先生のおいしい食育』『まるごといただきます』など。

令和元年度 福岡県青少年育成県民会議 筑後北地区研修大会



## 各校区アンビシャス広場・チャレンジ教室写真パネル展



## 親子を楽しむ！

# まなビイ講座



『家庭の日』と親子対象の講座『まなビイ』とのコラボ企画、親子を楽しむ！まなビイ講座。

## 第1回

### 親子アレトロゲーム

令和元年8月3日(土)開催。

親も子も一緒に楽しめる講座になりました。

今は、電子ゲームなど楽しいゲームがたくさんありますが、画面から目を離して、相手と対面しながらのゲームは新鮮に感じました。



ジンガは、皆で協力して高く積上げます。ハラハラ・ドキドキ、そういう体験も大事だと感じました。他にもサイコロや紙コップとストローを使ったゲームなど、自宅にあるものを考えて

使えば、楽しいゲームになるんだという気付きになってもらえばと思います。

- 家庭の日（毎月第3日曜日）には
- 家族みんなが顔をそろえよう
- 子どもの意見や考え聞くようにしよう
- 家族みんなでスポーツやレクレーションをしよう
- 家庭を離れている家族と連絡を取りあおう
- 子どものしつけや方法について考えよう

## 家庭の日

毎月第3日曜日



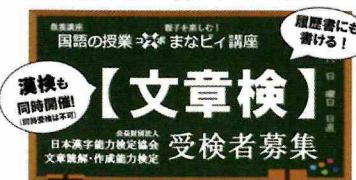
## 第2回

### 文章検定

令和元年10月26日(土)開催。

今回、初めて中央公民館で文章検定を開催しました。

検定前に、小・中学生を交えての勉強会を2回行い、本番に臨みました。検定本番は、みなさん少し緊張しているように見え、検定終了後は疲れた顔や晴れやかな顔など様々でした。



検定結果は…！？(12月3日に発表されました。)

初めての試みでしたが、来年度以降も希望があれば開催を考えます。

## 第3回

### お菓子の家作り

令和元年12月22日(日)開催。

親子で楽しそうに共同作業され、それぞれ個性がある作品ができあがっていました。家でやろうと思っても手間を考えるとなかなか出来ないので、こういった講座を活用していただければと思います。



二十年ほど前になるが、ペイ・フォワードという映画があった。他人から受けた善意をその人に恩返しするのではなく、それを他の3人に渡していくという働きかけをすることで社会を変えていくこうと努力する子どもの物語だ。地域における育成もそれに似ている。家族や地域の大人が周りの子どもたちを育て、その子どもたちが大人になった時にはその周りにいる子どもたちを育てる立場になっていく。

いつの時代においても、地域の未来を支えていくのは今の子どもたちだ。担い手である子どもたちを、地域で支え合うことで心身ともに健やかに育てていけたらと思う。

事務局  
大本郷校区  
菊池校区  
大刀洗校区  
大堰校区  
中堰校区  
西槇村  
原西モワシ  
勝智美道

【編集委員長】  
【編集委員】

田橋佐石  
藤井美和  
朝香明子  
司香子男

(鈴木 雅也)

テエド  
イド  
モワ  
シス  
健朝  
和明  
司香  
子男

編集後記