



なにかを発見するって、  
楽しいよね。

特集

# もうすぐ 夏休み!

7月21日から、小・中学生は約1か月間の夏休み。心待ちにしている子どもたちも多いことでしょう。夏休みは、花火大会やプールなど楽しいことがたくさんあります。そして、自由に時間を使うことができます。その時間の使い方しだいで、夏休みは大きく変わります。学校生活ではできないような思い出をたくさん作り、健康で安全に、そして充実した夏休みにするための過ごし方について一緒に考えてみましょう。

# 安全

## 交通安全と防犯で事故のない楽しい夏休みを

鯨川駐在所・伊藤巡查部長に聞く

# 交

通教室などでも話をしているが、まずは、交通ル

ルをきちんと理解して、それを守ることが基本です。道路などで遊んでいて、飛び出したりしないように注意してください。

夏休みは、自転車に乗って遊びに行く子どもたちも多いと思いますが、乗る前にきちんと点検しましょう。つま先が地面につくか、ライトはつくか、チェーンはたるんでいないか、タイヤの空気は十分に入っているかなどを確認してください。また、福島県では自転車に乗る際にヘルメットをかぶるよう呼びかけていますが、鯨川村でもかぶっていません。子どもが多く見受けられます。万が一、交通事故にあったときに、ヘルメットをかぶっていたことで命が助かるということがありますので、



鯨川小学校の交通教室

きちんとかぶるようしてほしいと思います。次に防犯についてですが、犯罪などに巻き込まれないように気をつけましょう。小学生はみんな知っているとありますが、「いかのおすし（いかない・のらない・おごえをだす・すぐにげる・しらせる）」が大事です。そして、子どもだけで遊ぶときは、時間を決めて暗くなるまで遊ばないようにすること。大人の目の届く場所で遊ぶように心がけてください。



鯨川警察署鯨川駐在所 伊藤兼輔 巡查部長

また、多くの子どもたちがランドセルなどに防犯ブザーをつけていると思いますが、遊びに行くときも持

ち歩くといいですね。これらに気をつけて、事故のない楽しい夏休みにしてください。

# 夏休み、どう過ごす？

## 【特集】もうすぐ夏休み!



鯨川小学校 養護教諭 渡部朋子先生

夏休みの過ごし方

鯨川小学校・渡部朋子先生に聞く

# 健康 規則正しい生活で元気に楽しく過ごす

子どもたちに、夏休み中に気をつけてほしいことはたくさんありますが、まずは、規則正しい生活リズムです。夏休みも「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを崩さないようにしましょう。食事は、「赤・黄・緑」の食材、旬の食材をバランスよく取り入れたものを一日三食摂るようにお家の人にも心がけてほしいと思います。次に、熱中症に気をつけてほしいと思います。こまめな水分補給を心がけ、外出するときは帽子をかぶるようにして熱中症を予防しましょう。ただし、スポーツドリンクには砂糖がたくさん入っていて、飲み過ぎ

るとむし歯や糖尿病の原因にもなりますので、水やお茶をおすすめします。また、冷たいものの摂り過ぎに注意し、おやつや清涼飲料水などは、量を決めましょう。むし歯にならないために、食後の歯みがきを忘れずに寝ている間にむし歯になりやすいので、寝る前の歯みがきは特に大切です。そして、むし歯や具合の悪いところがある人は、夏休み中に治療を済ませるようにしてください。

夏休みは家で過ごす時間が増えますので、進んでお家のお手伝いをして体を動かすようにしましょう。また、テレビやゲームはお家の人と時間を決めるようにしてください。ゲームばかりしていると感じるコントロールできなくなる「ゲーム脳」になる危険性がありますので注意しましょう。夏休みはいろんな経験ができるので、健康に気をつけて、元気に楽しく過ごしてほしいと思います。

子どもたちに聞きました

INTERVIEW

# ぼくのわたしの夏休み



山形綾音さん (青生野小2年)

合唱コンクールに向けてがんばりたいです。特にカントリードの英語の歌詞をカッコよく歌いたいです。



棚井未有さん (青生野小4年)

おばあちゃんが一生懸命育てているトマトと一緒に育てたいです。おいしいトマトができるとうれしいな。



笹島匠悟くん (青生野小6年)

小学生最後の夏休みなので、友達とプールに行ったり、合唱の練習をしたりして、充実させていきたいです。



水野陽亮くん (鯨川小1年)

古どののばあちゃん家におとまりをして、あそぶのがたのしみです。あとは、べんきょうをがんばりたいです。



秦 伊吹さん (鯨川小2年)

なつ休みのしゅくだいを早くおわらせて、かぞくとたのしくすごし、思い出いっぱいなのつ休みにしたいです。



佐川未咲さん (鯨川小3年)

べんきょうをがんばる夏休みにしたいです。算数がにがてなので、算数をがんばってやりたいと思います。



中川西拓弥くん (鯨川小4年)

夏休みに家でかっているカメのカメ吉について詳しく調べたいです。散歩させながら動きも観察したいです。



鈴木舜花さん (鯨川小5年)

大会で勝てるようにテニスの練習を頑張りたいです。あとは、苦手な算数をがんばって勉強したいです。



湯座真代さん (鯨川小6年)

ハードル走でハードル間を三步で安定して走れるように、足のぬき方や姿勢に気を付けて、レベルアップしたい。

# 学び

教育委員会委員長・もりの案内人 水野春雄さんに聞く

## 身近な自然を観察して 鮫川村を好きになれるような発見を

身近なものに目を向けてみよう

学校生活では、ひとつの体験活動にかけられる時間は限られています。しかし、夏休みは自分の好きなように時間を使うことができます。そんな時間を利用して、何か体験をして思い出に残るような発見ができるような夏休みにしてほしいと思います。小学校の低学年でも中学生でも、それぞれの過ごし方は違っても、やり方によって新しい発見ができると思います。

もちろん、夏休みは宿題などやらなくてはいけないこともたくさんあります。その中に、自分の興味関心があることや普段疑問に思っていることなどを織り込んでいって、そのことに関して調べたり、外に出かけ

たりすることで発見ができると思います。もしかしたら、興味のあるものがない人もいるかも知れません。そんなときは、鮫川村はこんなにも自然に囲まれていますから、身近なものに目を向けて観察を

してみてください。何気ないもの、簡単なものでよいと思います。例えば、家の周りに生えている雑草でもかまいません。どんな雑草が生えているのだろう、どんな名前の雑草なんだろう、このように植物の名前探しから始めてみてください。それから、雑草にはどんな虫が来るのかなど、さらに観察をして



鮫川村教育委員会 委員長 福島県もりの案内人 水野春雄さん



森林教室

くことでいろいろなことが分かってきます。何も無い：気づいていないだけで、じつと観察することで、今まで知らなかったことに気づき、また、思ってもみなかったことに興味を持つ

ようになると思います。そして、興味を持って調べていけば、新しい発見ができるはず。鮫川村は何もないところと思っている人もいるかも知れませんが、しかし、気づいていないだけで、鮫川村にはいろいろなものがある

### 【特集】もうすぐ夏休み!

ます。それらは観察をすることで気づくことができます。そして、自然とふれあうことで郷土愛にもつながっていくと思います。この夏休み、たくさんの方の体験を通して、鮫川村を誇りに思えるような発見をしてほしいですね。

自由研究のヒントが見つかるかも!

平成24年度 里なび研修会 in 鮫川村

# 生きものを見つけ！ で楽しい夏休み

参加無料・申し込み不要

日時 7月21日(土)  
午後1時受付開始/午後1時30分開会

場所 鮫川公民館

#### ■内容

講演 午後1時50分～

里山のタカ サシバ  
～里山で農業とともに暮らす猛禽類～  
NPO法人オオタカ保護基金・副代表 野中純さん

事例報告 午後2時30分～

- ① 農林業の営みと鮫川村の自然  
元鮫川村職員・鈴木治男さん
- ② 鮫川村の生き物たち ～探検クラブ活動報告～  
鮫川小学校探検クラブの皆さん

ディスカッション 午後3時10分～

生きものにぎわう鮫川村をつくろう  
～大学生の里山活動による生態園づくり～

#### 【オプションプログラム】

- 7月21日(土) 午後7時30分～午後8時30分  
ホテル観察会、里山ナイトハイク  
ガイド：水野春雄さん
- 7月22日(日) 午前9時～午前11時30分  
保全活動 ～田んぼの草取り ほか～

#### ■問い合わせ

鮫川村役場企画調整課 ☎49-3115 / E-mail:kikaku@vill.samegawa.fukushima.jp  
里なび事務局(里地ネットワーク) 東京農業大学農山村支援センター内  
☎03-5477-2609 / E-mail:h24@satonavi.go.jp

【主催】環境省自然環境局 【共催】鮫川村、東京農業大学短期大学部生活科学研究所

## 遊ぶ。学ぶ。体験する。

夏休みの公民館・地域行事をご案内します。

#### 公民館関係行事

☎49-3151

●自主学習の部屋 実施期間：7月23日(月)～8月10日(金) / 場所：村公民館 / 対象者：小学4～6年生、中学生 / 申込期限：7月18日(水)

●俳句教室 日時：7月24日(火)、25日(水) 午前10時～午前11時30分 / 場所：村公民館 / 申込期限：7月9日(月)

●絵画教室 日時：7月26日(木)、27日(金) 午前10時～午前11時30分 / 場所：村公民館 / 内容：ポスターや絵画の作成 / 申込期限：7月9日(月)

●森林教室 日時：8月1日(水) 午前9時～午後1時 / 場所：山本不動尊(棚倉町) / 対象者：東白川郡内の200名程度 / 申込期限：7月20日(金)

●人形劇(福島大学児童文化研究会人形劇部) 日時：8月7日(火) 午前10時～午前11時30分 / 場所：さめがわこどもセンター

●おはなしの森 日時：毎週水曜日、午後3時30分～午後4時 / 場所：鮫川小学校プレハブ教室

●親子読書教室 日時：7月22日(日)、8月19日(日) 午前10時～午前11時30分 / 場所：村歴史民俗資料館

●サイエンスフェスティバル 日時：7月21日(土)・22日(日)、8月11日(土)～8月16日(木) 午前10時～午後5時 / 場所：郡山市ふれあい科学館 / 内容：①科学の実験・工作②わくわく実験教室③自由研究ミニ教室 / 詳細：郡山市ふれあい科学館 ☎024-93610201

●わんぱく自然塾 日時：8月25日(土)・26日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分 / 場所：ムシテックワールド / 参加費：1人100円(幼児～) / 一般 / 申し込み・詳細：ムシテックワールド ☎024-8189-1120

#### 地域行事

●第12回小童まつり 開催日：8月4日(土) / 場所：赤坂中野字道少田地内(県道棚倉鮫川線)

●夏の星座・惑星観望会 日時：8月11日(土)、12日(日) 午後7時30分～午後9時 / 雨天中止 / 場所：鹿角天文台(鹿角平観光牧場内) / 詳細：村企画調整課 ☎49-3115

●第34回鮫川花火大会 日時：8月15日(水) 午後7時～ / 観覧場所：田中二ツツ(鮫川工場駐車場) / 詳細：鮫川村商工会 ☎49-21171