



子育てコラム

自然体の子育てを

家庭教育指導員 佐久間 啓子

はじめまして。今年4月から家庭教育指導員となりました佐久間です。教員生活38年のうち約3分の1を山武市でお世話になりました。その経験を生かし、少しでもお役にたてるよう努めていきたいと思っています。

新学期が始まって2カ月、新しい環境にも少しずつ慣れてきたころかと思えます。初めて集団生活に入ることも園や幼稚園・保育園での生活は、言ってみれば未知の世界。子どもたちにとっては知らないことばかり。不安だらけの中で、一日過ごさなければならぬのですから、その心細さといったら図りしれません。でも、子どもたちの成長にはすばらしいものがあります。日が経つにつれて、新しい環境にも少しずつ順応し、自分の居場所を見つけ心の安定を図っていきます。そして、いろいろな体験や発見、ときには友達と

いさかいをしながらもぐんぐんと成長していきます。

朝、お家の人と離れたくなくて泣いていても、いつの間にか集団生活の流れに乗って、できるようになったことも増えてきていると思います。お迎えの時は、今日一日頑張ったことを認め、しっかりと抱きしめてあげてください。お子さんの話を目を見て聞いてあげてください。そして、「そう、すごいね」「がんばったね」「お母さんも嬉しいよ」など、お母さんからのメッセージを伝えてあげてください。「いろいろ忙しくてそれどころではないわ」という声が聞こえてきそうですが、子どもはあつとという間に育ってしまいます。かわいさの盛り代は宝物です。十分に愛情を受けとった子は、自信を持って次のステップに進んでいけるものです。愛情不足と感じている子は、いつまでたっても母親から離

れられないと言われています。幼少期の夕方5分の時間を濃密なものにすることで、親子のよい関係を築いてほしいと願っています。

環境が変わるのは、子どもたちばかりではありません。親の方も新しい仕事にいたり職場が変わったり転居や介護等、変化のあった方もいるかと思えます。それによつてストレスがたまる方もあるかもしれません。ストレスがたまつたり余裕がなくなつたりすると、どうしても子どもへの接し方も感情的になりがちです。そんなときは、自分の気持ちを素直に「I（アイ）メッセージ」で伝えましょう。「今疲れているから、少し休んでから聞くね」と言えば、子どもも「お母さん疲れてるんだ」とわかってくれてくれます。でも、必ず約束を守って後で聞いてやってください。そこから信頼関係が生まれるのですから。

小学校や中学校、高校へ入学した子どもたちも新しい環境に入るという点では同じです。不安と期待で心が揺れていると思います。幼児期は手も目もかける、小学生は、少しずつ手を離しつつも目は離さない、中学生は目を離さない、高校生以上は心を離さない。それぞれの状況に合わせて、自立に向けてその子らしさを認めていきましょう。

同じ兄弟でも、性格は違います。親は同じように育てているつもりでも、子どもにとっては必ずしもそうは受け取っていないこともあります。上の子がお兄ちゃん（お姉ちゃん）だからといっていつも怒られる、弟（妹）ばかりかわいがるなんて思っていると、上の子が下の子をいじめたり、下の子がうまく立ち回るといふようなことも起こりがちです。

一人として同じ顔がないように、子育てもそれぞれに違いがあつて当たり前。他の人と比べる必要はありません。親は自信をもって、どの子にも「あなたが一番好き」というあなたがいてくれて嬉しい」というメッセージを送り続け、「我が家の個性的な親子関係」を築いていきましょう。



4月から、さんむ医療センター整形外科 スタッフが新しくなりました

石川 哲大 脊椎・脊髄疾患



医務部長
整形外科部長
日本整形外科学会専門医
日整会認定脊椎脊髄病医
医学博士
カリフォルニア大学サンディエゴ校留学

坐骨神経痛、腰痛、または頸椎など脊椎疾患の治療を行っています。主に対象とする疾患は腰部脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア、頸椎症、脊椎骨折などです。手術治療だけでなく薬物療法やブロック治療も行っています。

重村 知徳 股関節・膝関節



医長
日本整形外科学会専門医
医学博士
厚労省 臨床研修指導医
難病指定医

股関節、膝関節の痛み、機能障害に対する治療を行っています。人工関節置換術以外にご自身の関節を温存する手術のご提案も致しますのでご相談ください。

葛城 穰 膝関節・スポーツ外傷



日本整形外科学会専門医
医学博士
日本体育協会公認スポーツドクター

膝関節や下肢スポーツ外傷を中心に診療を行っています。

学童から高齢者の方々まで、日常生活やスポーツの際に膝の痛みがありましたらご相談ください。

遠藤 純 足の外科・スポーツ外傷



日本整形外科学会専門医
日本体育協会公認スポーツドクター
千葉県スポーツ医学委員会 委員
VONDS 市原 チームドクター
2012～ 千葉県国体成年サッカー
男子チームドクター
2014～ U-15 サッカー日本代表帯同

足の外科では足疾患の治療を行っています。外反母趾、変形性足関節症、足部変形、足関節靭帯損傷、外傷などです。スポーツ外傷は膝、足靭帯、半月板、軟骨損傷などを中心に専門性の高い治療を行います。

嶋田 洋平 外傷・整形外科一般



私は学生時代から続けている水泳とスノーボードをライフワークにしています。成東に来るのは初めてですが、イチゴが美味しく海も近いということで、大変魅力的な地域だと思いました。

骨折などの外傷を中心に診療を行っています。整形外科医5人で力を合わせ山武地区の医療を支える手助けができればと思います。

◎下記の医師も外来診療にあたっています (曜日は限定となります)

- ・安部 玲 手の外科
- ・松浦 龍 肩関節・スポーツ外傷

さんむ医療センター 職員募集

※詳細はさんむ医療センターホームページをご覧ください。

地方独立行政法人さんむ医療センター

山武市成東 167 番地 ☎ 0475(82)2521

HP <http://www.sanmu-mc.jp>

一般外来は月～金 午前8時30分～10時30分

さんむ医療センターが独立行政法人としてスタートしてから、平成27年3月31日で5年が経過しました。そこで、さんむ医療センターの現状と課題についてお知らせします。

【病院施設整備】
平成26年度から始まり、第2期中期目標(平成26年度から28年度)では、「医療・保健・介護を健診から在宅まで三位一体で切れることなく地域住民に提供し、安心して暮らすことができる環境を整備することを目指す」こととあります。その実現に向け、施設整備等の調査検討(建替えを含む)を進めていくため、さんむ医療センター施設整備等事業推進検討委員会を設置しました。今後は、既存建物の在り方、また、建替え等が必要となった場合の財政状況や用地取得について、調査検討をすることが必要です。また、医療介護総合確保推進法に基づき、平成27年度中に県が地域医療構想(ビジョン)を策定します。この構想(ビジョン)が示される、さんむ医療センターは、病院機能と役割について目標達成に向けて取り組むこととなります。できることから順次進めていこうと考えています。

【医師・看護師の確保】
医師および看護師不足は、県内においても深刻な問題です。4月から亀田総合病院から内科医1人を派遣して頂いています。これからも亀田総合病院との連携を継続してまいります。

また、郡内では、特に産科医が不足しており、分娩できる医療機関等は、4月からさんむ医療センターのみとなっています。市は、県市長会を通じ、医師および看護師の確保に係る財政支援を国に対しても要望しました。

将来、さんむ医療センターで勤務する医学生及び看護学生に対しては、奨学金貸付制度があります。平成27年度は医学学生奨学金を3人、看護学生奨学金を4人が利用しています。

【将来】
地域の医師・看護師になってもうために、この制度が生きた活用になるよう今後も継続してまいります。

病院存続に向けて、地域の将来の変化を見極めながら効果的・効率的なサービスを提供できるように、市民の皆さんと一緒に考えてまいります。

山武市長 椎名 千収
総務課
☎ 0475(80)1291

文化会館催し物

☎ 成東文化会館 ☎ 0475(82)5222

第18回ピアノフェスティバル

ピアノをこよなく愛する人々のための発表会です。

日時 6月7日(日) 開演 14:00

場所 成東文化会館のぎくプラザホール

サロンコンサートvol.160

「ハイクラッド・クラシックコンサート 2015」

ヴァイオリンとギターによるクラシック&エスニックデュオ。ダイナミックでスピード感あふれるハイパーなライブステージを実現!

日時 6月19日(金) 開演 19:00 開場 18:30

場所 成東文化会館のぎくプラザ エントランスホール

入場料 1,000円(自由席)

さんぶの森ふれあいコンサートvol.3

「ソプラノ・フルート・ピアノによるアフタヌーンコンサート」

出演 ソプラノ 青山真子(東金市)

フルート 宗形 彩(東金市)

ピアノ 越川香織(山武市)

日時 6月27日(土) 開演 14:00

場所 さんぶの森文化ホール

のぎくプラザ吹奏楽団 第18回定期演奏会

毎年恒例!クラシックからポピュラー、アニメソングまで、世代を超えて楽しめる演奏会です。

日時 7月5日(日) 開演 14:00

場所 成東文化会館のぎくプラザホール

AUN Jクラシック・オーケストラCONCERT 2015 in 千葉

『和楽器を、もっとわかりやすく、かっこよく、シンプルに!』独自の音楽性を追求。NHK等メディア出演多数。

日時 7月12日(日) 開演 15:00

場所 成東文化会館のぎくプラザホール

入場料 全席指定 一般3,000円・高校生以下1,000円
チケット好評発売中(当日は500円増)

とうもろこしにかこ囲まれて



【作者】千葉大学 デザイン文化計画研究室

千葉大学の学生が地域キャラクターが果たす役割を研究テーマとして掲載しています。



よい歯のコンクール いつまでも白い歯で

歯科予防の正しい知識の普及と健康増進を目的として、5月12日
により歯のコンクールが行われました。歯がとくに健康だった、土屋
きみ子さん（富田ト）と高松真純さん・真子ちゃん親子（埴谷）が6
月に行われる山武郡市歯科医師会の審査会に参加することとなりました。
診察した堀角先生から「よくかんで食べることで、いいことがたく
さんあります。よくかんで食べるために、よくかまないとい飲み込み
にくい食材、食べる姿勢・環境を普段から意識しましょう」と歯の健
康についてアドバイスがありました。

親子の部代表
高松真純さん・真子ちゃん▶



◀高齢者の部代表
土屋きみ子さん

初めてのクリ
ケットに苦戦
する成東東中
の生徒



スリランカ事前キャンプ招致決定記念講演会 チャンスを生かして、夢を追い求めて!

東京オリンピック・パラリンピックのスリランカ選手団事前キャン
プ招致決定を記念して、4月14日成東東中学校と松尾中学校で、
スリランカの元オリンピック選手スリヤーニ・クラワンシャさんによ
る記念講演会が開かれました。スリヤーニさんは、陸上の100mハー
ドル選手として、バルセロナ・アトランタ・シドニーの3つのオリンピッ
クに出場し活躍。『私が目指すこれからのスリランカスポーツ』と題
して講演しました。講演後、成東東中の3年生を対象に、クリケッ
トの実技指導が行われ、熱の入った指導に生徒達は真剣にプレー
していました。

また、15日には、成東文化会館のぎくプラザホールで、スリラ
ンカ事前キャンプ招致決定記念講演会が開催され、多くの方が来
場されました。



▲「事前キャンプ招致決定記念講演会」
で講演するスリヤーニさん

ドロリンピック 誰が一番泥んこになれるかな

5月4日、山武市真行寺の水田で9回目の開催となるドロリ
ンピックが行われ、今年は約100人の親子が参加しました。
子どもたちは田んぼの中でのそりを引くリレーや、綱引きなど、
普段はできない泥遊びを思いっきり楽しみ、会場は大きな歓声に
包まれていました。

また、運営に協力する大学生ボランティアや、子どもたちの保
護者の皆さんも一部の競技に参加し、童心に帰っていました。



▲田んぼで綱引きをする子どもたち

ぐるっと山武 50kmウォーク



第12回目となるぐるっと山武50km
ウォークが、松尾ふれあい館をスタート、
ゴールに開催されました。桜の花を散
らす雨が降る肌寒い日でしたが、参加者
達は、山武市の自然の美しさと人の温か
さを感じながら、ゴール目指して一生懸命
歩いていました。(4月5日)

殿下海岸への植樹



今年7月に創立50周年を迎える「AL
SOK」が東日本大震災の津波被害を受
けた蓮沼殿下海岸の保安林再生に向け
て、記念植樹活動を行いました。当日は、
ALSOKの社長をはじめ100人以上の
社員が参加し、クロマツの苗木2,000本
を植樹しました。(4月12日)

全国少年柔道大会出場



睦岡小学校5年生の伊澤直乙斗さんが、
第31回千葉県少年柔道大会兼第35回全
国少年柔道大会県予選(団体戦)におい
て優勝し、5月5日に講道館で開催さ
れる全国大会への出場が決まり、市役所へ
報告に訪れました。(4月27日)



健やかに育て 我が家のアイドル

我が家のアイドルを募集しています。お子さん（就学前まで）の写真を掲載しませんか。圏市民自治支援課 ☎0475(80)0152



ゆうあ
須田 侑愛ちゃん
平成26年10月31日生

パパに似て手足が長いのが自慢です。これからも元気ですくすく成長してね。いつも沢山の笑顔ありがとう。(成東)



はるひ
矢作 春陽ちゃん
平成26年4月4日生

愛嬌たっぷり！元気いっぱい女の子です。外遊びはいつもにこにこ。よろしくお願いします(^o^)(日向台)



「広報さんむ」は新聞（読売・朝日・毎日・産経・千葉日報・東京）折り込みです。市の施設や郵便局、コンビニエンスストア、農協においてある他、希望する市民の皆さんに郵送しています。また、山武市ホームページでもご覧いただけます。

平成27年6月1日発行 編集・発行/山武市民自治支援課

〒289-1392 山武市殿台296 ☎0475(80)0152 (市民広報係)

ホームページアドレス <http://www.city.sammu.lg.jp/>
メールアドレス katsudoshien@city.sammu.lg.jp



編集後記 ▶

6月から産休でしばらくお休みをいただきます。2・3ページの学校の統廃合は、子どもたちの未来にかかわってくるのはもちろんですが、大人たちにとっても地域のつながりがどうなっていくのか、母校が今後どうなるのか、気になる所です。休みの間に山武市がどう変わっていくのか、関心を持って見守っていきたいと思います。(N)