



おいしい レシピの紹介

苦手な野菜もおいしくたっぷり食べてほしいと思い、変わりコロッケを作りました。いつものコロッケにごぼうを入れることで、歯ごたえや香りを楽しむことができます。これからの時期のごぼうは、うまみもあり特におすすめです。子どもたちにも人気があるので、ぜひご家庭でも作ってみてくださいね。

作り方

- ①じゃがいもは、適当な大きさに切って、蒸した後につぶす。
- ②ごぼうと人参は、ささがきにしたものを、サクサクと細かめに刻む。
- ③フライパンに油をひき、豚肉・②の野菜の順に入れて炒める。
- ④火が通ったら、Aの調味料で味をつけてから①と混ぜる。
おからパウダーは、様子を見ながら入れて具の水分の調節をし、コロッケの形に整える。
- ⑤Bの材料でバター液を作り、④にからめパン粉をつけ油で揚げる。
- ⑥こんがりきつね色になったら、ソースをかけて出来上がり。

金平コロッケ

(エネルギー202kcal 塩分0.8g)

じゃがいも	200g	材料 (4人分)
豚ひき肉	60g	
ごぼう	50g	
人参	25g	
おからパウダー	大さじ1/2	
しょうゆ	小さじ2弱	
みりん	小さじ2/3	
炒め油	小さじ1/2弱	
小麦粉	大さじ3弱	
水	大さじ1強	
卵	1/4ヶ	
パン粉	1/2カップ強	
揚げ油	適宜	
ソース	大さじ1強	

●今回のレシピ紹介は「竜峡共同調理場」です
 竜峡共同調理場は、飯田市内の小学校6校、中学校3校、計9校分あわせて約1900食の給食を18名の職員(栄養士3名 調理員15名)で作っています。「子どもたちをまん中に、地域に根ざしたおいしい給食づくり」を目標に掲げています。子どもたちを第一に考え、地元生産者の会「あざれあ」から仕入れる旬の野菜をたっぷり使い、出来るだけ手作りの、安心・安全でおいしく、愛情いっぱい給食作りに励んでいます。その他、郷土料理や、小学校で採れる竜峡小梅を使った「梅漬け」、三種産の大豆を使った味噌も調理場で作って、給食を通して地元の味と伝統を届けています。



「時計づくりのジョニー」
 エドワード・アーディゾーニ／著 こぐま社
 工作するのが好きな男の子ジョニーのお話です。ある日ジョニーは本物の大きな振り子時計を作ろうと思立ちます。ところが大人たちは「できっこないよ」と相手にしません。ジョニーは知恵を絞ります。好きなことに夢中になれるっていいなあと思える本です。



「Mr.トルネード～航空事故を激減させた気象学者 藤田哲也」
 佐々木健一／著 小学館
 竜巻の強さの基準、藤田スケール(EFスケール)を作った藤田哲也の伝記です。彼の大きな功績の一つが「ダウンバースト」という気象現象を解明したこと。これにより、航空事故が激減しました。そして、その研究の原点には長崎の原爆調査があったそうです。自分の興味を突き詰めた人生をたどります。



「子どものためのニッポン手仕事図鑑」
 大牧圭吾／監修 オークラ出版
 全国各地で手仕事をいとなむ職人さんを紹介している本です。手仕事での丁寧な仕事ぶりが、ふんだんな写真やイラストを使ってわかりやすく解説しています。「これって、こうやって作っているんだ」という発見もいっぱい、親子で楽しめる本です。

おやこのほんだな

飯田市立
 上郷図書館からの
 おすすめ本



おおきくなったら何になる？
 毎年、図書館にはたくさんの中学生や高校生が職場体験にやってきます。「絶対、図書館で働きたい！」と宣言してくれる子にも、「まだ、何になりたいってないんだけど…」という子にも、まず自分の「好きなこと」を見つけてみよう、みんなの前には無限の可能性があるんだよ、と伝えたい。いろいろな場所で、いろいろな形で輝いている大人の姿を伝えられたらいいなと思います。

飯田市立図書館

Hagu(はぐ) 2017.12 vol.3 3 飯田市教育委員会がお届けする子どもをハグむ情報誌 2017年12月15日発行 飯田市教育委員会 〒395-8501 長野県飯田市大久保町2534 ☎0265-92-4511

Hagu(はぐ)

2017.12
 vol.3

飯田市教育委員会
 がお届けする

子どもを
 ハグむ情報誌

飯田市
 教育ビジョン
 地育力による
 未来をひろく
 心豊かな人づくり

飯田の未来は私たちが創る! ~中学生も参画する飯田の地域づくり~

飯田町と上飯田町が合併して飯田市が誕生してから今年で 80 周年を迎えました。10 月 28 日(土)に関係者約 500 人が出席し、記念式典が飯田文化会館で行われました。記念行事では、意見発表やパネルディスカッションのパネラーとして延べ 11 名の中学生が登壇し、自分の意見を堂々と発表しました。

これまで、中学生の提案で誕生したりんご並木に象徴されるように飯田のまちづくりには中学生も大きく関わってきました。これからも中学生には積極的にまちづくりに参加して欲しいと思います。



80 Anniversary

80周年のあゆみ

昭和 12 年 4 月 1 日
飯田・上飯田両町合併、飯田市誕生

昭和 31 年 9 月 30 日
座光寺村・松尾村・竜丘村・三穂村・伊賀良村・山本村・下久堅村と合併

昭和 36 年 3 月 31 日
川路村と合併

昭和 39 年 3 月 31 日
龍江村・千代村・上久堅村と合併

昭和 59 年 12 月 1 日
鼎町と合併

平成 5 年 7 月 1 日
上郷町と合併

平成 17 年 10 月 1 日
上村・南信濃村と合併

中学校に関わる出来事

- 昭和 22 年 1 月 20 日 学校給食開始
- 昭和 22 年 4 月 1 日 6・3・3 制の発足 (小学校 6 年、中学校 3 年、高校 3 年)
- 昭和 22 年 4 月 1 日 飯田東中学校・飯田西中学校創立
- 昭和 22 年 4 月 8 日 鼎村立鼎中学校創立
- 昭和 26 年 4 月 1 日 組合立高陵中学校・組合立遠山中学校創立
- 昭和 26 年 鼎中学校青少年赤十字に加盟
- 昭和 28 年 11 月 8 日 飯田東中学校生徒により、りんご並木の植え付け開始
- 昭和 33 年 5 月 1 日 緑ヶ丘中学校創立(松尾・竜丘・下久堅中学校統合)
- 昭和 37 年 4 月 1 日 竜峡中学校創立(龍江・川路・三穂中学校統合)
- 昭和 38 年 飯田西中学校に園芸部と愛鳥部が発足
- 昭和 45 年 4 月 1 日 竜東中学校創立(千代・上久堅中学校統合)
- 昭和 53 年 4 月 竜峡中学校に今田人形クラブが発足
- 昭和 57 年 高陵中学校の旧校舎の一部を野底山森林公園に移築
- 昭和 60 年 4 月 1 日 旭ヶ丘中学校創立(山本・伊賀良中学校統合)
- 昭和 60 年 12 月 1 日 竜東中学校 FBC 花壇「大賞」を受賞
- 平成 5 年 飯田東中学校と浜松市の中学校の交流が始まる(三遠南信中学生交流会となる)
- 平成 10 年 緑ヶ丘中学校新校舎全面竣工
- 平成 21 年 4 月 4 日 上村中学校と統合した新生遠山中学校が開校
- 平成 25 年 4 月 1 日 小中連携・一貫教育が全中学校区でスタート
- 平成 28 年 3 月 旭ヶ丘中学校の屋根に太陽光パネルを設置(生徒会が学校や地域に働きかけ設置が実現)
- 平成 28 年 11 月 17 日 天皇皇后両陛下が御来飯(りんご並木で飯田東中学校生徒と交流される)
- 平成 29 年 4 月 1 日 飯田コミュニティスクールが全中学校区でスタート



りんごの収穫(昭和 30 年頃)



現在も行われている探鳥会



姫宮林間学校



多くの受賞歴がある花壇



(写真提供 長野県)

80周年記念式典で意見発表

三遠南信中学生交流会でまとめた飯田の魅力と課題について意見発表しました

僕が住んでいる丘のまちは空き家がたくさんあります。その空き家を活用し、リノベーションしてカフェや体験教室などの施設やお店にすれば、丘のまちに活気があふれると思います。丘のまちは元気になれば他の地区にも広がって、飯田市全体が元気なまちになると思います。



田中優作さん (飯田東中学校2年)



パネラーとして登壇

パネルディスカッションのパネラーとして昨年度の結いジュニアリーダー代表が登壇しました

将来の夢は空港で働くことです。10年後リニア中央新幹線が開業すると空港が通勤圏内になると知りました。飯田にいても夢が叶うのはうれしいです。進学などで飯田を離れてしまう人もいますが、いつまでも飯田とつながっていただける仕組みがあると良いと思います。



北原奈々さん (高陵中学校3年)

地域から学び、地域づくりに関わる中学生

今、中学生は地域の文化を学んだり、地域の行事に積極的に参加しています。市政懇談会に参加し地域について考えたり、地区の運動会には企画段階から当日の運営まで携わり、地域の方々と一緒に活動する中学生が増えています。

この地域の魅力は自然と人の温かさ

新井涼太さん(竜東中学校3年)

竜東中学校では、小学生・中学生・お家の方や地域の方など竜東中学校区に関係する皆さんが一堂に会して、地域の魅力について活発に意見交換を行う「ふるさと竜東のつどい」を平成 24 年から開催しています。

これをきっかけに当たり前になっていた地域のよさをみんなで再発見することができます。これからも、つながりや、地域との関わり合いを大切にしていきたいです。



地域の方と顔見知りの関係に

熊谷佑哉さん(飯田西中学校3年)

先日、羽場まちづくり委員会主催のまちづくり座談会に生徒会役員が参加し、地域の将来について意見交換を行いました。将来、私たちが地域の担い手にならなければいけません。よい地域にするために私たちはどうすればよいのかを考える機会になりました。

私は、地域の伝統文化である羽場獅子舞羽場保存会に携わっています。獅子舞を通じて、地域のいろいろな人と顔見知りになれることがうれしいです。



飯田市教育長 代田 昭久

市制施行 80 周年の記念式典では、多くの中学生が飯田市の未来を語ってくれ、とても頼もしく感じました。発表した中学生は地域のことをよく調べていましたが、ぜひこの機会に、多くの子どもたちに飯田の歴史を学んで欲しいと思っています。

かつて、秘境と言われた伊那谷に飯田線を開通させようとした伊原五郎兵衛、川村カネトをはじめとする先人たちの開拓精神や先見性。飯田大火のあと、過去よりも良いものを創る“ビルド・バック・ベター”の精神で、りんご並木を作り上げた当時の中学生の想いなど。

しかし、市制施行 100 周年を迎えるこれから先の 20 年は、過去の延長線上にはありません。様々なものが自動化され、リニア中央新幹線の開業で私たちの生活様式は一変するでしょう。そんな変化の激しい時代だからこそ、過去に学び、新しいものを創りだす大胆な発想力、柔軟な思考力が必要です。

「飯田の未来は私たちが創る!」そんな気概をもった若者を、みんなでハグ(Hagu)くんできませんか。

竜峡中学校区



竜峡中学校区は、めざす子どもの姿として、「ふるさと竜峡を愛し、自ら考え、たくましく生きる子どもの育成」を掲げ、9年間の教育課程の中で学習習慣の定着や、ふるさとを愛する心を育む取り組みを推進しています。また、中学校区の統一行動目標である「身につけよう6つの行動、言葉のキャッチボール」の定着をめざし、「挨拶、『さん・君』、授業開始、返事、聞く、話す」について、4校が一丸となって取り組んでいます。

川路小学校

児童数：93名
クラス数：8クラス
創立：明治5年7月

毎年6年生は、川路地区でかつて盛んに行われていた「養蚕」について地域の方から学んでいます。そして、夏休みを中心に自宅で蚕を大切に育て、その蚕からできた繭を使って、自分たちが卒業式で胸につけるコサージュを親子で作ります。このコサージュは中学校の入学式に出席する保護者が、自分の胸につけます。この活動は、川路小の伝統行事として位置づいています。



親子でコサージュ作り

三穂小学校

児童数：69名
クラス数：8クラス
創立：明治6年9月

今年の三穂小では、農業に接する機会が多くもてました。JA三穂青年部の方にご指導いただきながら、全校児童でスイートコーンの種まきや収穫作業を体験しました。また1・2年生は、あじさい会のみなさんとともに、約18アールの広い畑に大豆の種まきをしました。1・2年生がまいた大豆は、地元業者を通じて、市内の学校給食で使用している味噌の材料になります。



あじさい会のみなさんと大豆の種まき

竜峡中学校

生徒数：147名
クラス数：8クラス
創立：昭和37年4月

竜峡中ならではの活動としては、生徒会一丸となって、月に1度、通学路のごみを拾いながら登校する「530の日」を実施しています。他にも、530川柳や530マップを作成し、ごみ拾いの良さや楽しさを共有したり、注意喚起を図る活動を行い、地域に発信しています。

また歌声向上のために、他学年による歌声交流会を行い、竜峡中の伝統ある歌声を響かせています。



上級生と下級生合同の歌声交流会



アップルキッズの森での収穫作業

*児童数・生徒数は平成29年12月1日現在のものです

高陵中学校区



高陵中学校区は、公民館活動をはじめとした地域活動が盛んに行われている地域です。子どもたちの地域活動への参加も非常に多く、地域として「地域で子どもを育てる」意識が強く根付いています。また、中学校のテスト期間に合わせて、小学校2校が統一して「宿題がんばろう旬間」を実施しています。この旬間を通して、家庭教育の大切さを理解し、習慣づけていくことで、確かな学力を身に付けます。

座光寺小学校

児童数：241名
クラス数：11クラス
創立：明治5年6月

座光寺地区は、麻績神社、麻績舞台校舎（長野県宝）等の歴史的な建造物や、国指定史跡の恒川遺跡群、高岡第1号古墳（国指定史跡「飯田古墳群」の1つ）等の史跡が数多く見られる地域です。

春には麻績舞台桜を見に訪れる観光客のために、児童が桜ガイドを務めます。また「麻績楽農隊」のみなさんと野菜作りを行うなど、地域の方々との多くの関わりが、子どもたちの豊かな成長に繋がっています。



児童による麻績舞台桜の桜ガイド

上郷小学校

児童数：764名
クラス数：29クラス
創立：明治45年4月

今年5月、上郷公民館ふるさと学習教材編集委員会から、上郷地域について学ぶための資料集の贈呈がありました。夏休みには、その資料集をもとに、地域の方を講師としてお招きし、職員研修を実施しました。地域の方の上郷を愛する心のつまった資料集を生かして、「久遠の文化うち立てん（校歌の一部）」の志を大切に、より地域に愛着を持てる子どもを育てていきます。



ふるさと学習教材の贈呈式

高陵中学校

生徒数：503名
クラス数：19クラス
創立：昭和26年4月

高陵中は第7代校長の毛涯章平先生のことば「常に一流たるをめざす」を学校目標に掲げ、「意気と希望と人の和（校歌の一部）」をもって、日々生活しています。特に、地域の方々に少しでも恩返しをしたいと願い、全校で行うアルミ缶・牛乳パック収集の収益金で老人ホーム等へ必要物品の寄贈や、地域の運動会の企画・運営に有志で参加したり、黒田人形の伝統文化に親しむことなどをしています。



生徒会によるアルミ缶、牛乳パック収集

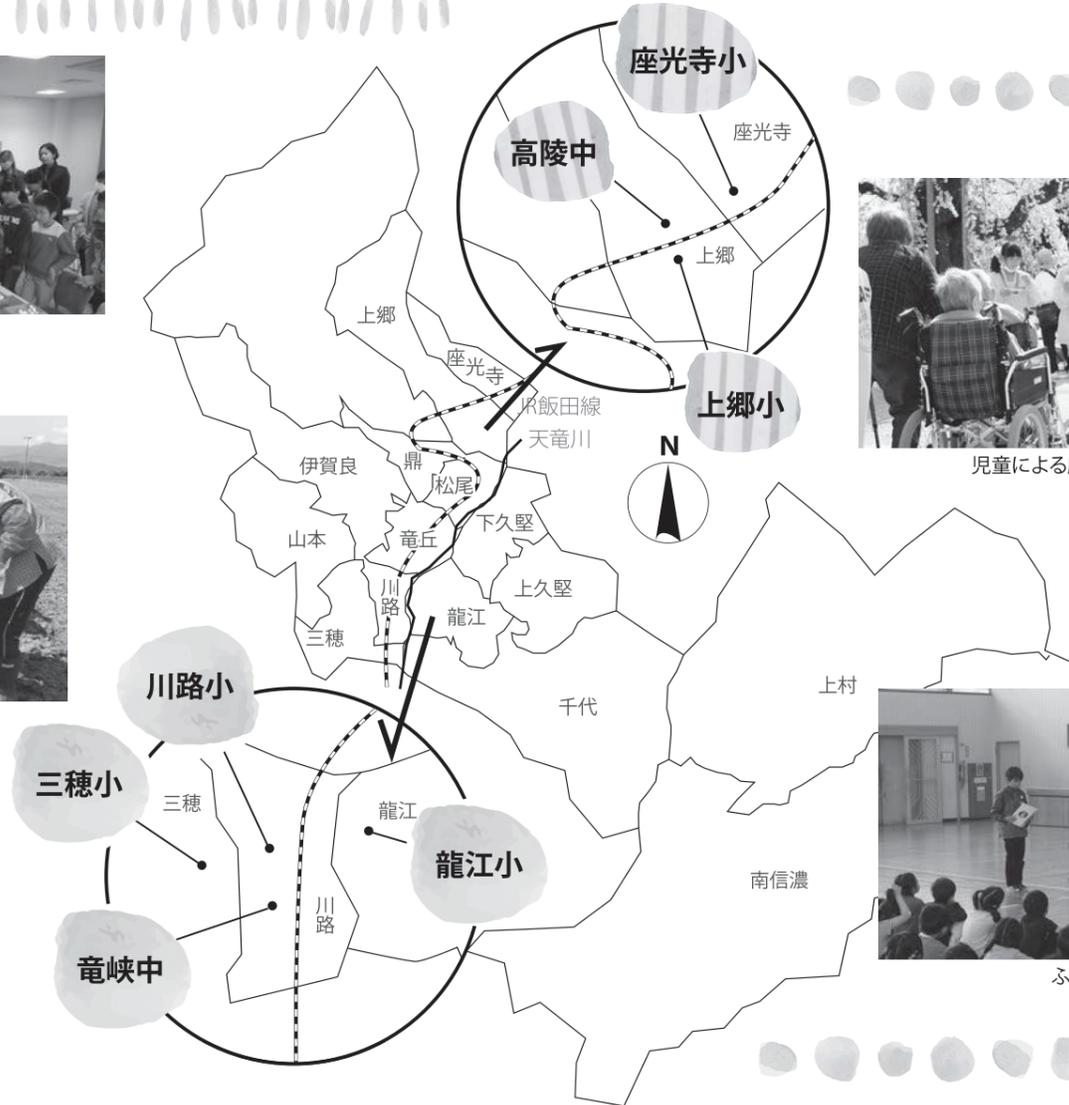
黒田人形の上演

龍江小学校

児童数：128名
クラス数：9クラス
創立：明治6年5月

龍江小には「アップルキッズの森」と呼んでいる、学校で管理しているりんご園があります。地域の方々に支えていただきながら、全校で摘果や収穫等を行うなど、児童たちが大事に育てています。

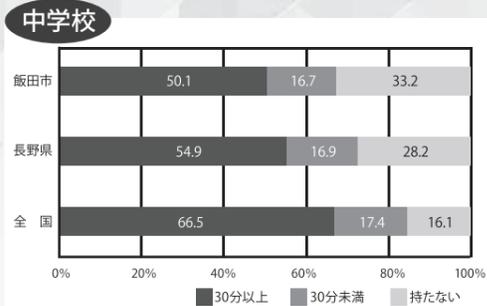
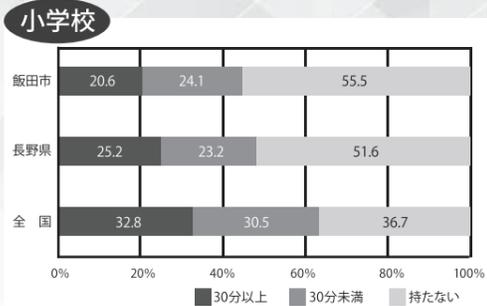
また、合唱にも力を入れています。昨年の4年生と担任教師で作詞作曲した「ふるさとのたからもの」は、地域の宝物として、市政懇談会や敬老会などで歌われています。



親子で向き合う情報モラル・基礎知識 シリーズ 第3回

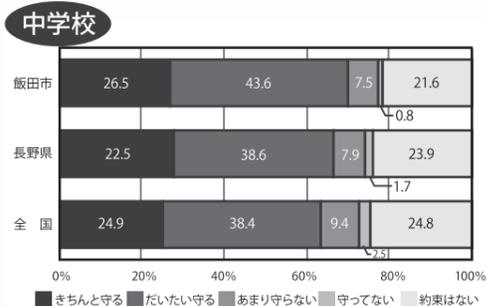
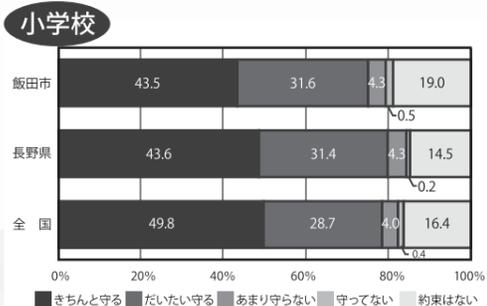
飯田市の小学生は、携帯電話やスマホの使用について「家族との約束が守れていない」って、本当!?

飯田市の小中学生は、携帯やスマホの所持率や使用時間は全国平均よりも低い傾向にあります。その一方で、携帯やスマホを所有している小学生で、「家族との約束を守っている」割合は全国平均よりも低く、また「約束が無い家庭の割合」は全国平均よりも高い傾向が確認されています！
(平成29年度「全国学力・学習状況調査」の結果より)



☆左記のグラフは、1日当たりどのくらい携帯電話やスマートフォンで通話、メール、インターネットをしているか(ゲームは除く)、という質問に対する回答を集計したものです

傾向 ○携帯やスマホを30分以上している割合は、全国平均よりも小学校で12.2ポイント低く、中学生も16.4ポイント低い
○携帯やスマホを所持していない割合は、全国平均よりも小学校で18.8ポイント高く、中学校も17.1ポイント高い



☆左記のグラフは、携帯・スマホを持っている児童生徒を100とした際に、家の人との約束を守っているか、という質問に対する回答を集計したものです

注目
傾向 ○小学校では、「約束を守る」が全国平均よりも3.4ポイント低く、「約束はない」は2.6ポイント高い
○中学校では、「約束を守る」が全国平均よりも6.8ポイント高く、「約束はない」は3.2ポイント低い

携帯やスマホを有している飯田市の小学生は、使用にあたって家族とのルールづくりや、ルールを守ることに課題があることが伺えます
☆お子さんが携帯やスマホをお持ちのご家庭は、使用における約束を今一度ご家族でご確認いただくとともに、約束を決めていない場合は約束づくりを進めましょう！
☆約束がしっかりと守られているのか、親子で定期的に確認をしましょう！



ネットで悩んでいる人は相談メールをご利用ください

飯田市ネットトラブル相談メール
shinpai@nlsr.jp
受信制限している携帯・スマホからは、必ずメール設定で許可にしてください！



保護者からのご相談コーナー 連載 教えて！先生

今回の回答者は北澤正光先生
(教育支援指導主事) です。

Q 家庭での子どもとの会話がかみ合わず、話が途切れてしまったり、親として伝えたいことが伝えきれなかったりすることがあります。つい親の立場で話してしまうため、子どもに命令するような言い方になってしまいます。どのようにすれば、子どもと上手にコミュニケーションがとれるでしょうか。

A 「愛の反対は無関心」。わが子の成長に関心や責任を持っていれば、親子の葛藤は常のこと。子どもの自立を願う親として、思いや願いが先行しがちになるのは自然なことです。親は「こんなに心配しているのに」と切実に思います。

しかし、子どもが求めているのは、失敗を重ねながらも、それを経験として成長する姿をあたたく見守ってくれる親からの“信頼という名の関心”です。親の不安や心配を子に伝えるのは大切ですが、それ以上に子どものことばに耳を傾け、その思いを受け止めようと努める姿の継続こそが、親子の成長をもたらしていくのではないのでしょうか。

保護者のみなさまからのご相談をお待ちしております！
市ウェブサイトのメールフォームからお寄せください。



ELT に聞いてみよう!!

ELTとは?

ELT (English Language Teacher) は、子どもたちに生きた英語を学んでもらうため、市教育委員会が小中学校へ配置し、英語や外国語活動の授業において担任の先生の授業を補助しています。一般的には ALT、NLT と呼ばれています。

エイムズ先生

飯田歴：6ヶ月
出身：カナダ
【担当する学校】
伊賀良小、鼎小、山本小、三穂小、川路小、龍江小、千代小、千栄小、上久堅小

Q. 飯田で働くことになったきっかけは?

8年間岐阜県に住んでいて、ELTとして小中学校で働いていました。家族が飯田市の近くにいるので飯田に来ました。

Q. 飯田の子どもたちの印象は?

とても社交的な子どもたちです。最初からすぐ仲良くなれました。

Q. 飯田にきて驚いたことは?

夏暑く、冬はすごく寒いです。水がおいしいし、果物や野菜もとてもおいしい。
初めて上久堅小や千代小などへ行く道を運転したとき、とてもびっくりしました。なぜなら、とても狭くてうねうね道だったからです。まだなれません。

Q. 飯田の好きなところはどんなところですか?

上久堅小へ通う途中、飯田市のパノラマの景色を見ることができます。とても素敵です。

Q. 飯田のおすすめのスポットはありますか?

千代のよこね田んぼです。水の張った田んぼや稲穂の実った田んぼは美術品みたいです。

歩くが立派な運動であること、知っていましたか?

みなさんは1日に自分が何歩歩いているか知っていますか?

「1日に1万歩歩くと良い」と聞いたことがあるかもしれませんが。一般的に1日で「摂取するカロリー」から「消費するカロリー」を引くと約300kcal程度とされています。この余ったカロリーが毎日溜まっていくことで肥満につながっていきます。そのため、この300kcalを消費するために必要な歩数が約1万歩なのです。

ご自身の体重がダンベル代わりになったと考えてみてください。何十kgもある体重を移動させることは、立派なエクササイズです！
「普段の動き」は基礎代謝の次に消費量が多く、自分の意識で消費量を増やすことが出来るのです。その代表が「歩く」です！最初は短い距離から歩くことを始めてみませんか。

<p>市内神社めぐりウォーク 1月21日(日) 8:00~9:00 飯田市街地の有名神社を巡ります</p>	<p>スノーシュー 2月25日(日) 時間未定 雪上のウォーキング「スノーシュー」を体験します</p>	<p>親子ウォーキング 約4km 3月17日(土) 9:00~12:00 橋南・羽場地区の散策と羽場セントラルパークでニュースポーツを楽しみます</p>
--	--	---

◎参加申込・問い合わせ 飯田市教育委員会生涯学習・スポーツ課 スポーツ振興係 内線3731・3732