

# こころのやすらぎ



心理相談員  
大澤 八千代

一年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。在校生の皆さんは、ご進級おめでとうございます。

一年生の皆さんは、保育園や幼稚園時代に遊びや行事等を通して生活に必要な基本的習慣や態度を養い、人との関わりの中で人に対する愛情と信頼を培ってきました。小学校でもさらに深めていくと共に必要な知識をしつかり学んで行って欲しいと思います。

また、家庭でも宿題が始まります。国語でしたら教科書や声に出して読むという音読や書く練習、算数では計算問題などがあります。

先生方は子ども達の成長に合わせて無理のないように考慮しています。家庭学習で習慣化することは大変ですが、まずは環境を整えてあげましょう。

低学年のうちは家族の居る

リビングが良いと言われていきます。テレビやゲームが目に入り気が散るようでしたら布で被うのも良いですね。それから人的環境として保護者の方が傍で見守るのが良いです。

例えば一緒に勉強したり、手ずくな仕事をしたり、家計簿や日記をつけたりなど、なんでも良いのですが、気が散り集中できないので、スマホやテレビ、ゲームはやめておきましょう。傍で様子を見守り必要な時には助言をあげましょう。この時に怒ったり、厳しい指導はNGです。

ただ一緒に居ること、そして出来たことや頑張ったこと、どんな小さなことでも見つけて褒めてあげること、勉強することの喜びや楽しみを感じられるようにしてあげることが大切です。そうすることで学習への意欲も出て継続する力となります。

一年生の宿題は15分程度で終了するものですので、お忙しいとは思いますが保護者の方には少しずくを出して頂き子どもの成長の為に力を貸してあげて欲しいと思います。

鉄は熱いうちに打てと言います。子どもも今がとても大事です。

心理相談室の利用について  
心理相談室では、教育にかかわる心理的な悩みの相談に応じています。

ご自身の学校での悩みや、お子さんについて心配なこと、学校での心配ごとをお気軽にご相談ください。

相談日・相談時間  
相談日：毎週水曜日  
相談時間：午後2時～5時

相談場所：心理相談室

相談料：無料

あらかじめ電話で相談日時を決めます。水曜日、午後2時～4時30分の間にお電話ください。

予約・問い合わせ先

エコールみやた生涯学習係  
(32)2770または(32)9100へおかけください。心理相談室内線117番へ繋ぐようお願いください。

## ごんにちは農業委員会です

農業委員会事務局(32)3113

### 春の安全作業に心掛けましょう!

春の農繁期を迎え、トラクターなどの農業機械を使うことが多くなったのではないのでしょうか。

3月1日から5月31日にかけて、二人一人の安全意識の向上で事故防止をテーマに春の農作業安全確認運動が行われています。

県内では、農作業中の事故により、平成27年に9名の方が亡くなられました。農業機械の使用には次の点に注意し、事故を防止しましょう。

- 転倒したトラクターの下敷き、機械と立木などの間に挟まれる事故が毎年発生しています。左右、後方の安全を十分に確認しましょう。
- 安全キャブ・フレームのあるトラクターを使用し、シートベルトやヘルメットを必ず着用しましょう。
- 作業後、ブレーキペダルの連結を確認しましょう。
- 農耕車の道路走行時は前照点灯し、車体には夜光反射材を装着しましょう。
- 草刈り作業での重傷事故が増えていきます。
- ヘルメットや防護メガネなどの保護具を着用しましょう。
- 作業前に石や空き缶、木枝などを取り除き、周囲に障害物がないか注意しましょう。
- たき火やあぜ焼きの火の燃え移りによるやけどや、機械の動力部に手袋や作業着の袖口を巻き込まれるなどの事故に注意しましょう。
- 農業機械の点検や異物除去を行う際は、必ずエンジンを停止しましょう。
- 労働災害保険、任意保険などへ加入しましょう。
- 作業中は、定期的に家族や仲間と連絡を取り合い、休憩をしっかりと取って、みんなで農作業安全に取り組みしましょう。

## こどもを事故から守りましょう

新年度を迎え、新入学や新入園などで、こどもは生活の行動範囲が急激に広がります。それに伴い、思いがけない事故「不慮の事故」が起こる可能性も高くなります。こどもが命を落とす原因の1つに「不慮の事故」があります。特に5～9歳までのこどもでは「不慮の事故」による死因は1番多くなります。病気などよりも交通事故や転落、転倒など思わぬ事故で亡くなるケースが後を絶ちません。しかし「不慮の事故」は予防できます。どんなことができるか、何をしなければいけないか、しっかり確認しておきましょう。

### ○年齢別で多く見られる「不慮の事故」

0歳	窒息(異物を飲み込む)・交通事故
1～4歳	交通事故・溺死、溺水・窒息
5～9歳	交通事故・溺死、溺水

### ○どんな時に起こるのか(親御さんからの話)

- ・ちょっと目を離したすきに・・・
- ・家事でバタバタしていたら・・・
- ・いつもは気をつけていたのに・・・
- ・夫に任せていたら・・・



### ○どんなことができるか(予防対策)

- ・口に入る物は手の届く高さに置かない
- ・チャイルドシートを正しく装着する
- ・風呂場に簡単に入れないようにする
- ・浴槽の蓋を頑丈な物にする(常に水を貯めておかない ※10cmでも溺れる場合があります)
- ・外出時は常に目を離さないようにする
- ・自転車に乗る時は必ずヘルメットを着用させる



### ○最後に

いざという時のために、心肺蘇生法を覚えておきましょう!!  
(救急講習会、随時受付しています。 ☎0267-32-0119)

(広告欄)

**認定補聴器専門店**  
ヒアリングステーション  
**Hearing Station**

Since 1980

**認定補聴器専門店とは?**


- 認定補聴器技能者が常勤している
- 聴力検査室などの設備が整っている
- 耳鼻咽喉科の補聴器相談医と連携している

軽井沢店が佐久地域で唯一※の (※平成28年3月現在)  
「認定補聴器専門店」に認定されました。


「補聴器」の購入をお考えの皆様へ

**認定補聴器専門店へご来店ください。**


公益財団法人テクノエイド協会が店舗の設備、技術者のレベル等を認定した販売店のみ認定マークが掲示されています。



メガネのコミヤマ きこえ専門店



小諸市相生町 3-2-1  
駅徒歩5分 P有  
営10-19時木曜定休  
Tel.0267-22-0570



NEW  
中軽井沢 6-5  
駅徒歩3分 P有  
営10-19時火曜定休  
Tel.0267-41-6373