

# 明るい新年を迎えましょう

## 年末年始の火災予防

今年も残りあとわずかとなり、寒い日が続いていますがいかがお過ごしですか？  
これから年末年始にかけて暖房器具などの火気を使用する機会が増える上、  
空気が乾燥し、ちょっとした油断から火災の発生につながります。特に、冬場  
はストーブの上やその近くに洗濯物を干しておいて火災になってしまうという  
ケースがありますので、暖房器具は正しく取り扱い、屋内・屋外での火の取り扱  
いには十分注意してください。

※消火器を置いてあるお宅は、使用期限や使用方法などの確認をしましょう。  
また住宅用火災警報器を設置していないお宅は設置するようにしましょう。



洗濯物が落ちて、  
火事にならないように  
気をつけましょう！

## 消防団年末夜警

消防団では、年末の期間中、各地区において火災などの災害から町を守るた  
め、夜警パトロールを実施しています。地域の皆さまのご理解とご協力をお願  
いします。

## 年末年始に多い事故

最近は減少傾向にありますが、高齢者によるお餅を喉に詰まらせる事故や、  
お風呂での溺水事故もこの季節に多く発生していますので、事故が起きないよ  
う気をつけてください。

## 雪かきのお願い

消火栓の雪かきについて、日ごろは住民の皆さまのご協力により実施してい  
ただきありがとうございます。

冬期間の火災時において、消火栓に雪が積もっていると消火活動に支障がで  
ます。消防職員、消防団員による雪かきも実施しておりますが、行き届かない  
ところもありますので、もし自宅近くで消火栓の上に雪が積もっているのを見  
かけたら、雪かきをしていただくようご協力をお願いします。

# こころのやすらぎ



心理相談員  
佐藤佳子

明けまして

おめでとう

ございます

新しい年になりました。

皆さんにとつて良い一年で

あることをお祈り申し上げます。



子どもたちが「お正月」の歌を歌っています。

## お正月

作曲：滝廉太郎  
作詞：東くめ

もういくつねるとお正月

お正月には 凧あげて

こまをまわして遊びましよ

はやくこいこいお正月

もういくつねるとお正月  
お正月には まりついて  
おいはねついて遊びましよ  
はやくこいこいお正月

この歌詞のようにお正月あ  
るいは冬休みを楽しみにして  
いる様子が見られました。  
そんな中このような話もあ  
りました。

冬休みに入る前、子どもた  
ちはお年玉の話をしています。  
お父さん、お母さんや親戚  
の人からお年玉を買って普段  
は買えない物を買ったり、あ  
るいは使わずに貯めておいた  
りすることが楽しみのよう  
です。子ども同士で「お年玉を  
もらったら何に使う」などと  
情報交換をしていることがあ  
ります。

ある日子どもたちが、お年  
玉について話をしていたので、

私も話しに加わり「私もお年  
玉貰いたいな」と言いまし  
たら、子どもたちから「大人  
は子どもにあげるんだから、  
大人は貰えないんだよ。」と即  
答されてしまいました。

この言葉を聞いた時、子ど  
もの言っていることは間違い  
無いと思いましたが、子ども  
たちの現実味ある言葉を感じ  
ました。

しかし、その後「でも、  
大人もお誕生日のプレゼント  
は貰えるんだよ」と言ってい  
ました。

この会話は一部の子もた  
ちだけですが「自分だけが  
いい思いをしていればいい。他  
の人は関係無い。」なんて思  
うことが多い社会ですが、子  
どもたちの思いは、自分以外  
の人でも、大人でも何かを貰  
えることを承知していること  
に、

私自身の思いであります

ホツとしたような思いです。  
子どもたちが貰えている分、  
大人も（お年玉とは言いま  
せんが）何かを貰える、プレ  
ゼントされることは嬉しいこ  
とではないでしょうか。  
毎日のお勤めや家事などを  
頑張っていることですので、  
ご褒美がもらえたらいいで  
すね。

「アフアメーション」と言  
う言葉を聞いたことがあります  
か？

「アフアメーション」とは自  
分に対して肯定的な言葉をか  
けてあげる。自分に対して意  
識的によい言葉を選んで語り  
かけることをいいます。

毎日生活をしている中で、  
「自分ってダメだな」「運が  
ないな」と言っていること  
はないですか？

否定的な言葉を何度も使う  
ことによって脳に否定的な言  
葉がインプットされてしま  
うといわれていますので、否  
定的な言葉（例えば「できない」  
を肯定的な言葉「やれる、で  
きる」）にしてみるのはどう  
でしょうか。

「試験〇級が受かった」「成  
績がどんどん伸びている」な

ど、自分が望んでいるよい言  
葉を繰り返しながら肯定的で  
明るい心の持ち主になってい  
きませんか。

### 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：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へかけてい  
ただき、心理相談室内線  
117番へ繋ぐようお伝  
えください。