

めだかの学校だより

令和2年8月1日
第109号
学舎：周智郡森町一宮
「一宮総合センター」
事務局：静岡県磐田市
家田 529-20
TEL:0539-62-6691

校長訓話

第一〇九回 校長 鈴木 祐之

昔むかしある山奥に大きな洞窟があったそう。その洞窟のなかには、それはそれは数え切れないほどの蠟燭の炎がゆらゆらと灯っておりとても幻想的な光景でした。そこに童が一人現れたと思ったら突然蠟燭の炎を二つ消してしまいました。童は言いました。「おじさん、残っている蠟燭は何本？」と…。

冒頭から何の話と思われるでしょうがこのお話の中の答えは、現在、世界中で大変な勢いで感染拡大している新型コロナウイルスにおけるウィズコロナ、アフターコロナについて私たち人類はどうあるべきか、どうなっていくべきかの一つのポイントになるのではないかとなぜかふと思いついてしまいました。

お答えは9月の校長訓話でお伝えさせて頂くつもりでしたが、残念ながら開校中止となりましたので次回12月までのお楽しみと致します。(校長は変わる予定です)頭を柔らかくして考えてみてくださいね。(因みに小学生の正解率は約50%でした)さて、新型コロナウイルス感染症対

策について薬剤師という一医療人として思うこと、感じていることなどとしては、3密を避ける、手洗、うがいの励行、こまめな消毒、マスクの着用、人とのソーシャルディスタンスなど、もう常識として日常的に皆さんが行っていることでしょう。それらは、体外でウイルスを防ぐ対策といえるでしょう。

しかしながら、もしウイルスが体内に侵入してきてしまったら…。誰もそうはなつてほしくないのですが、感染してしまわないためには自分自身の「免疫力」と言つか「健康力」などのバリアを予め平時から上げておく、高めておくことが重要です。それには体の約70%の免疫力が集まっている「腸」が要。ここをしっかりと丈夫に保つておいて下さい。あなたの「お体防衛隊」なのです。便秘状態はいけません。それは善玉菌が弱って悪玉菌のさばっている状態。腸活しましょう。腸を元氣してくれるのは発酵食品。みそ、漬物、納豆、チーズ、ヨーグルトなど。食材を発酵させると栄養価も吸収率もアップ。またカボチンやリコピンなどのファイトケミカルを含有する海藻や緑黄色野菜にニンニク、シヨウガも。それと腸内細菌の善玉菌を増やす新鮮な生果物。これは空腹時や朝

食に摂るのが効果的。あまり様々な食材を食べられない方は天然自然食材から作られたサプリメントでもOKですが加工食品や食品添加物食品は注意！

確かに、お薬やワクチンも重要だけど最終的に自身を「治す」のは自己治癒力。このパワーが低下している人は感染しやすく治癒の期間もかかってしまう。とにかく体を丈夫に保つて備えましょう。ご自愛してくださいね先日、TVの放映で英国のエリザベス女王陛下から「また逢うのです」とのお言葉がありました。

この便りが届く8月、また次回の12月頃はどうか案じているのでしょうか？と先のことを案じていても心配が募るばかりですがこれだけは明確です。めだか生は、皆さんで「また逢うのです」。



第109回めだかの学校は、新型コロナウイルスの関係で休校とします。宿題があります。同封のハガキで提出を！

校長 鈴木祐之

めだかの学校伝言板

第109回めだかの学校は新型コロナウイルスの関係で休校とします
校長／鈴木祐之
教頭／加藤ひとみ
用務員／白尾恂
===宿題があります===

《新型コロナウイルス 前と後の生活のありようは…?》に沿って、ご自由にどうぞ！
同封のハガキに 50字以内で記入のうえ、9月4日(金)までに事務局まで郵送して下さい。

＜学舎＞静岡県周智郡森町一宮「一宮総合センター」

TEL:0538-89-7730 (開校日のみ)

開校日／令和2年9月4日(金) PM 6:20(受付)～
受付／大場敬子・大橋町代・榊原幸雄(後見人)

28期通年テーマ：『WITH 新時代 右手に知恵を！

左手に夢を！～前を向いて歩こう～』

今回のテーマ：《新型コロナウイルス 前と後の生活のありようは…?》

＜時間割＞

- 1時間目 総合 芦川和美 先生
「コロナと校長訓話と前校長と…」
- 2時間目 国語 富田久美子 先生
「コロナとママと子どもたちと…」
- 3時間目 社会 間瀬亮太 先生
「コロナとトラベルとミニバスケット…」
- 給食の時間 取り寄せお弁当です。 9:00 閉校

期をもつて退学、と。たくさんのお祝い手紙を寄付してくれました。世界遺産シリーズ80円80枚、平成5年皇太子殿下御成婚記念62円20枚、郵便切手デザインコンクール緑の世界62円20枚、1990年国際ユースホテル大会記念62円20枚。退学されるのは淋しいですが、ありがたう、感謝です。

●浜松市佐久間町の山田修平・ひろ子メダカ。写真は家の下の大岩にある鍾乳石です。赤石裂線の断層の上に我が家があるので調べると、いろいろな発見があります。同じような鍾乳石は福沢地区にもあるそうです。だって。いろいろな断層が入った貝の模様の様な岩、地層的には弱そうですが、三遠南信道青崩トンネルも地盤が弱く難渋したようですが、2023年には完成見込みとか、待遠しいですね。

●浜松市天竜区の鈴木青宵メダカ。磐田市新屋の新造形創造館で、8月1日(土)～8月31日(日)まで、直透窯 鈴木青宵個展『耽美』を開催。美を追求し発想をカタチに、普段家庭で使ううつわから茶器、酒器、花器など50点を展示する、だって。じっくり教えてくれました。「結婚しました!」と。金、土、日曜日の午後は会場にいます。お嫁さんもいるかも。おめでとう! 嬉しいね。

●秋田県鹿角市の奈良務メダカ。病院の救急外来の夜間受付に勤めて4年になりました。コロナの影響で患者数が激減して救急車の受付も減っています。と。現在、来年の市長選に向けて中高校時代の先輩を担ぎ出し、新市長誕生の際は人材育成の予算をとっていただいて「鹿角まほろば塾」の復活を目指す。その時には再度講師をお願いします。だって。地元の演劇団体「演劇を楽しむ会」は初舞台を踏んで25年、いつまでたっても演出家から下手くそと言

われている。芸術文化協会の事務局長もやっているが、こちらもコロナの関係で協会事業は全て自粛され、加盟団体も退会を申し出て気が滅びます。とも。今年こそはめだかの学校に参加したい!と。奈良さんとは、地域活性化センターの全国地域づくり団体研修交流会でお会いして24年ぐらいでしょか? デスね。

●磐田市の鈴木佑之メダカ。新型ウイルス感染症が拡大しています。医療人の一人として地域の皆さんに出来ることから日々取り組んで行動している。うがい、手洗い、消毒はもちろんのこと、マスクなどではあまり伝えていない自己免疫力UPがすごく大事であることをお客様に伝えていきます。その対策いろいろありますよ、だって。第109回の校長先生、きつといろいろ教えてくれますよ。

●横浜市の山根圭二メダカ。バラメダカさん、この元気ですと「メダカの学校だより」200号発行まで木工。間違いなし。読みた〜い! 山根82歳。いくつになるのかなア?、だって。第108回の芦川和美校長、マサに適任。写真の提供うま〜い。大好きな海、写真の人校長先生でござんしよ、ポーズ上手、笑顔:小さく見えるよう工夫されている? 年齢がわからない、とも。滋賀県栗東市の太田宣子さんから「ハガキ友だちの山根圭二さんから、「めだかの学校」教えていただきました。入会させていただきましたので申込書送ってください」と。いや〜こちらも発展的!。(笑)。

●磐田市の榊原幸雄メダカ。7月11日の午後からガラケイをスマホに代えました。『LINEデビューめどう! はじめたんだ!』くるわくるわ、溝口久、中村明男、伊藤英雄、船木耕二、田村進治、橋都秀子、三輪邦子、まだまだ、なんじゃこりや、知ってる人から知らない人まで、返事を返さな

ければと焦ること焦ること、ちよつとさわれば別の画面になるし。息子に教わってはやりなおし:ああしんどいでございませう、お友だちになつてくださった皆様、ありがたう!

《新入生紹介》

●中津川市の小林佳代メダカ。機織り、水引、ヨガ(インスタラクター)、乙書(師範)英語(児童英語)、SUPヨガ、ハーブ園作り、NPO法人馬籠村事務局、田舎暮らし、自給自足、家づくり、世界一周、たくさんのお好奇心と何歳になってもCHALLENGEして行く自分、そして周りに広めて生きたい!、だって。56歳(失礼)いや〜凄いな! 実践中も含めてマイツタね。早川裕康メダカ推薦。

●愛知県みよ市の大野環愛(たまえ)メダカ。己書(おのれしよ)の師範を2014年からしている。上手下手ではなく、日本の「筆で描くことの楽しさ」を筆ペンで手軽に楽しんでいただくもの、だって。バレ〜とゴルフ大好きの55歳。(こちらも失礼)。

紙面の都合で今回はこれまで:。

《めだか春秋》

6年4ヶ月務めた小山町まちづくり専門監の職を辞することにしました。

今月末で仕事にけりを付けなくてはと少々焦り気味です。写真の西洋館の2階に籠ることが多くなっています。

小山町の経済的発展の礎を築いた富士紡績(株)の歴史的資料を閲覧できるように整理することや展示することに残りの力を注いでいます。

先日、静岡県庁三稀人と言われた内の一人の小泉祐一郎氏(現在、静岡産業大学教授)が訪ねてきてくれ、その史料に目を通したことの感想を経済団体の情報誌に寄稿してくれました。

氏に言われてなるほど類まれな貴重な史料である事に改めて気づかされました。小泉氏の文中にある豊門会館の主で富士紡初代社長の和田豊治が明治時代に小山町で10年間ほど住んだ家に小生がたまにたま住んだことが因果か、この仕事に夢中になっていきます。

執念の展示を皆様方に見てもらいたいものです。

8月からはおファアのあった4つの自治体から神奈川県南足柄市にトラバユすることにしました。流しの公務員の看板上げようかしら。



※お知らせ
めだか春秋はリレー形式で。第110回めだか春秋は、小山佳代メダカ。

溝口久メダカ

※お知らせ
めだか春秋はリレー形式で。第110回めだか春秋は、小山佳代メダカ。

■事務局だより

新型コロナウイルス禍のなかにも季節は移ろい、立秋もすぎずの残暑お見舞いになりました。

さて、第107回、めだかの学校は、新型コロナウイルスの関係で急遽休校となりましたが、第108回めだかの学校は、5月末から公立の小中高校が変則ながら登校が始まったので人立めだかの学校も、手洗いと消毒とマスクと、3密を避けて開校となりました。

第108回めだかの学校は6月5日、校長芦川和美、教頭村松達雄、用務員大杉昌弘。芦川校長は議会の申し合わせにより出席出来ず、大杉用務員も定刻の6時20分過ぎても見えず、10分ほど遅らせて始める。出席者は38名。『あれ、いつもと違う!』、3人掛けの机は2人掛けに、部屋の窓は開けっぱなし、マイクもなし、全員マスクして…。校歌斉唱はピアノの伴奏もなく、村松教頭の「せいめだかのがっこうはー!」うーん、マスクをしての合唱は盛り上がり欠けるなア、と。新入生は白尾恂、川嶋ひろ子、小林佳代、久しぶり出席の早川裕康。その他の村松康博、大野環愛、飯田みさ子、藤田敏子のメダカ生は欠席。給食の時間は、全員前向きで、今回給食はコロナの関係で取り寄せに。淑友舎監の交渉で『おッ うま食!!』、『デザートは甘々娘。給食の時間には間に合った大杉用務員の「いただきます」で、マスクをはずして前を向いてモグモグモ



グ…。ワイワイガヤガヤできないのはつらいね。コロナ去るまでがまんがまん。

給食終わって、校長訓話。榊原メダカが、預かったメッセージを代読。昔ある方に教えていただいた『5つの目』①「虫の目」②「鳥の目」③「魚の目」④「コウモリの目」⑤「閉じた目」(内容は第109回の授業で話すのでは、と省略、欠席の人は考えてみてね)。事務局からは、第107回めだかの学校が休校したことの説明と、「年4回のうちの1回を昼間開校」を提案し、了解してもらおう。いつにするかは、次の職員会議で決めることにする。(※12月5日(土)昼間に決まりました。)

半年ぶりの授業は、先生と前の生徒の距離が3m以上離れているのでマイクなし、マスクなしで講義することに。一時間目、社会科早川裕康先生「伝統食料と町おこしへの想いとは」。韓国唐辛子よりも5倍も辛い伝統野菜「あじめこしょう」を使った商品開発や、細江町のまちおこし「グレイプ」などの共同開発した商品の交流販売など資料を使って語る。二時間目、家庭科今村純子先生「旬を食すお母さんの百年ごはん」。昭和23年に「食料の確保と増産、生活の改善、農村青少年の育成」を目的とした農業改善普及事業が発足し、県の職員として携わる。農林水産加工、商品化や朝市、無人市の推進など、旧豊岡地区などで農村婦人たちと協力して農村の生活改善をしたことなど語る。三時間目、理科長谷川智先生「丘浅次郎の知恵とは」。丘浅次郎は磐田市竜洋の出身で、「近代日本思想大系」に自然科学者で唯一紹介されている。ダーウィン進化論を一般向けに紹介した人。思想的には①生物は強みが弱みになって減じる。②自由に教育させよう。③人間は自然のごく一部しか知らない。自著の「ダーウィン紹介者、丘浅次郎の知恵」か

ら引用して、簡条書の資料を使って講義、資料を見ると良く分かる。いや〜難しい。復習が必要ですよ!。

私語飲食全て禁止の次期3役発表は、校長鈴木祐之、支えるは加藤ひとみ教頭、用務員は新入生の白尾恂。鈴木校長は薬剤師、まさにびったり、楽しみに。握手の引継ぎはなくゲンコツのハイタッチ。給食当番を決めて、閉校となる。

第109回めだかの学校の職員会議を7月9日(木)午後7時から、雨が強かったが鈴木祐之校長、加藤ひとみ教頭、白尾恂用務員の3役と職員6名が出席して学舎で開く。第109回めだかの学校は、28期の期初で、平成29年9月4日金曜日、通年テーマと今回のテーマ、授業など話し合う。通年テーマについては、大島たまさんが提案してくれた「WITTH コロナ新時代 右手に知恵を! 左手に夢を!」前を向いて歩こう」を中心に話し合うが、コロナを削除して、『WITTH 新時代 右手に知恵を! 左手に夢を! 前を向いて歩こう』に、今回のテーマは「コロナ前と後の生活のありようは?」に決める。授業については、通常期初は1時間の特別授業だが、今回はコロナのこともあり3時間にした。その意見もあり、3時間にする。授業にしたら…の意見もあり、7月24日時間割も授業内容も決めたが、7月24日に「浜松市の飲食2店舗でクラスターが発生、100人以上感染」の報道があり、周辺市に広がったことから、石野省三メダカ榊原淑友メダカらと相談、「休校」を決めました。半年後の12月の第110回めだかの学校でお会いしましょう。

(事務局 バラメダカ)

■第28期の受付をしています。

第28期は、令和2年9月1日から令和3年8月31日までです。第108回の開校

日から受付をしています。毎年度手続きが必要で、未提出の生徒には再度申込書を同封しています。入校手続きは8月31日までにおねがいします。新しく入校を希望される方がいましたら事務局まで電話ください。資料と申込書を送ります。

■ごめんなさい。今回は遅れてしまいました。

いつもお手伝いいただいています石野省三メダカ、伊藤英雄メダカ、田村進治メダカ、本島慎一郎メダカありがとうございます。バラメダカのメール挑戦続きます。まとめてくださる間瀬亮太メダカ、発送などのお手伝い榊原明美さんありがとうございます!。

■めだかの学校だよりの原稿を!

今回の発行は、令和2年11月1日予定。締切10月15日です。みなさんの日頃の活動をお手紙かファックスで。待っています。メールの方は、

《maduchin-trad@v.tnc.ne.jp》
間瀬亮太090・5009・0986です。
(メールの方は割付の関係もあるので一報を。)

■めだかの学校の事務局

〒438・0105 静岡県磐田市家田5
29番地20 榊原幸雄方 TEL 05
39・62・6691 (FAX 同じ)
※学舎「一宮総合センター」周智郡森町一
宮3150。電話 0538・89・77
30 開校日の午後4時以降のみ使用可。
携帯 080・1612・9130

