



発行者

滋賀県PTA連絡協議会
滋賀県PTA安全会
会長 和田 光生
広報委員会
委員長 湯浅 敦堂
印刷 竹田 膳 写



みずいろ

滋賀県PTA連絡協議会広報紙

孤食・個食でも

ひと工夫で団らんを演出

最近の食生活で問題となっているのが様々な「コ食」です。あなただけが「コ食」という言葉を何個思い浮かべることができるでしょうか。孤食・個食・固食・子食・粉食・濃食・小食と七つの「コ食」があるそうです。

今回はそのうち「孤食と個食」を取り上げることにしました。

孤食 『孤』なので、一人で食べることを決定されている「孤食」を感じてしまう「孤食」。

その孤食によって「辛い」と感じてしまう「寂しい食事」の状態を指す語です。

個食 『個』なので、家族であるが個人で食事をとること。または、一人ずつに分けられた個々の食品のこと。同じ食卓についていても一家団らんという食習慣から離れ、それぞれがバラバラのものを食べている状態を指す語です。

○家族の団らんを大切に、子どもと一緒に食事づくりの時間をもちましよう。

特集



「食」を楽しもう

インスタントスープに
ごはんを入れてリゾート風に…



納豆ごはんまたは鮭ごはん
インスタントみそ汁または
スープ

冷凍おにぎり
ホットミルク
フットマト
または季節の果物



もうひと工夫

ふりかけチャーハン

<材料> (1人分)

ご飯 茶碗 1杯
ふりかけ 1袋
キャベツ 1枚
卵 1個
サラダ油 小さじ 1

<調理法>

- ①キャベツはざく切りにする。
- ②耐熱ボウルやどんぶりに、卵を割り入れ、サラダ油を加えてときほぐす。
- ③ご飯を加え、①のをせ、ふりかけを散らす。
- ④ラップをして、電子レンジで強3分加熱し、取り出してさっくり混ぜる。

朝、とても忙しい人も

何か少しでも食べましよう

孤食・個食予防のコミュニケーション作り、調理の工夫を！
身近にあるもので、パパッと作れるたのしい食卓作りで心からホッとしましょう。

インスタントを上手に使って
お手軽朝食はいかが？

朝食は1日のエネルギー源

つくる習慣がついたら



食べる習慣ができたなら



手作りへ、ステップアップしてみましょう

族それぞれ生活時間のずれ、祖父母と別居の増加など家族のあり方が変化し、毎日一家揃っての食事は困難になっています。しかし、食卓を囲んでの食事は、家族の団らん、子どものコミュニケーション能力形成の場として重要な役割を持っています。また、買い物、調理や後片づけなどを一緒に行うことで、より一層家族の絆を深め、食生活の知恵や家庭の味を伝えるなど、食卓の持つ多様な機能は活用すべきではないでしょうか。

○ここからだにおいしい食事を、楽しく十分に味わって食べましよう。

食生活という行為には、運動・休養・睡眠とやらんで、健康を維持・増進するための重要な要素があります。また、食

事を楽しく食べることは栄養素の消化や吸収に良い上に、こころをなごやかにすることで生活の質を向上することにも役立ちます。

●「孤食」↓「共食」

「個食」↓「同食」へ

たとえば子どもに「孤食」を余儀なくさせても、食卓に家族の食器を並べるなど「共食」を感じる工夫をしてみたいかがでしょうか。また、偏食解消などのため「個食」を避け家族全員がバランスのよい食事を一緒に食べる「同食」もよいでしょう。毎日とは言わないまでも、できる範囲でそうした家族団らんを感じる雰囲気を作ることが大切です。

監事・顧問

監	事	花	井	知	史
監	事	木	ノ	江	以
監	事	笠	内	辰	夫
顧	問	小	谷	お	さ
			巻	さ	み

湖北ブロック

副	会	長	畑	野	敏	行
広	報	副	八	上	紀	子
総	務	財	曾	我	景	年
務	財	政	荒	川		隆
副	委	員				
長						
副	委	員				
長						
副	委	員				
長						

湖東ブロック

副	会	長	八	木	嘉	之
研	修	副	安	田	康	子
委	員	長	吉	原	義	彦
総	務	財	種	村	佐	夫
務	財	政				
委	員					
員						
長						
副	委	員				
長						

東近江ブロック

副	会	長	北	川	昌	美
研	修	副	前	田	正	則
委	員	長	山	脇	洋	子
総	務	財	北	川	晴	夫
務	財	政				
委	員					
員						
長						
副	委	員				
長						

甲賀ブロック

副	会	長	森	岡	靖	子
総	務	財	伊	藤	重	信
務	財	政	松	浦	龍	一
務	財	政	吉	川	裕	之
副	委	員				
長						
副	委	員				
長						
副	委	員				
長						

湖南ブロック

副	会	長	松	浦	洋	子
副	会	長	橋	本	雅	昭
副	会	長	湯	浅	和	敦
副	会	長	岩	佐		幸
副	会	長				
副	会	長				
副	会	長				
副	会	長				
副	会	長				
副	会	長				

高島ブロック

副	会	長	林	遠	也
総	務	財	福	田	由
務	財	政	橋	本	美
務	財	政	清	水	子
副	委	員			史
員					久
長					仁
副	委	員			男
長					
副	委	員			
長					

大津ブロック

会	長	和	田	光	生
副	会	長	廣	瀬	佳
専	務	理	音	羽	代
務	理	事	奥	村	子
副	委	員			司
員					樹
長					
副	委	員			
長					
副	委	員			
長					

どろろぞ
よろしく！



節目の年

会長 和田 光生

昨年に引き続き会長を勤めさせていただき和田です。よろしく申し上げます。さて本年度は県PTA連絡協議会が、六十周年の節目を迎えます。逆算すると

一九五〇（昭和二五）年に発足したことになります。PTAは、一九四六（昭和二一）年三月、戦後まもなくアメリカの教育使節団によって設置の勧告があり産声をあげた組織ですが、すでに半世紀以上の歩みを続

けてきたこととなります。戦後日本が民主化を進めるため、アメリカから押し付けられた組織という見方もありますが、時代に合せて、子どもたちを取り巻く問題に主体的に係わってきた歴史を忘れてはなりません。先人たちは、多くの仲間と思い悩みながら様々な問題に對峙してきました。そのことの重みを受け止めた

がら、六十周年の節目を新たな一歩にできればと思っております。事業としては、県PTA大会を少し大規模に実施したいと考えておりますので、多くの皆様の参加をお願いいたします。また、将来を見据えた県PTAのあり方を考える年にもできればと思っております。一層のご協力をいただければ幸いです。

滋賀県 PTA 連絡協議会

園児・児童・生徒24 時間総合保障制度
本年度の加入者数 9,868 名

(平成22年5月末日)

補償が有利となる1万名まで、あと132名・・・来年こそは！

今からでも中途加入できます！

夏休み中は水泳などスポーツやレジャーに出かける機会も多々あり事故の起こりやすい時期です。この機会にぜひご加入されることをお勧めします。

【お申込み・お問合せ】

滋賀県PTA連絡協議会
園児・児童・生徒24 時間
こども総合保障制度事務局

フリーダイヤル

0120-577-415

http://WWW.jungle.or.jp/shigaken-pta/



主な事業予定 (参加事業・共催事業含む)

◎社会教育関係団体人権教育指導者研修会

7月15日(木)・9月28日(火)
11月12日(金)

◎第58回日本PTA全国研究大会ちば大会

8月27日(金)～28日(土)

幕張メッセ他

◎第36回(社)日本PTA近畿ブロック研究大会
兵庫県大会

11月11日(木) 兵庫県立武道館

◎ブロック研修会・活動交流研修会

年間各ブロック

……皆さんの参加をお待ちしています♪



創立
60周年

第53回

滋賀県
PTA大会

平成22年12月11日(土) 午後1時より
近江八幡市文化会館

脳科学の
川島 隆太 氏
講演!

「自分の脳を自分で育てる」など
でお馴染みの東北大学教授
川島隆太氏を迎え、脳を知り、
脳を育み、脳を鍛えるにはどう
したら良いかの講演の他PTAの
実践発表などを予定
たくさんの方の参加お待ちしております!!

スローガン

笑しもう!夢と希望を育む子育てを
語り合おう!親育ちのために

具体目標

- 「早寝・早起き・朝ごはん」を合言葉に、食育と基本的生活習慣の確立をめざそう。
- 虐待やいじめの防止に努めるとともに、自他の生命や人権を大切に活動を進めよう。
- 地域・関係団体との連携を密にして、子どもの安全確保に努めよう。
- ケータイによる問題点を把握し、家庭内における適切なルールづくりに取り組もう。
- 「びわこタイム」を推進し、豊かな自然に恵まれた郷土を愛する心を培おう。
- 単位PTAの充実・発展を図るために、市町P連を支援しながら、情報の提供と研修に努めよう。

平成22年度

第1回通常総会

運営規定の改正案承認!!

去る五月二十二日(土)、能登川公民館で第一回通常総会を実施しました。
県教育委員会生涯学習課田中課長様、同平岡主事様を来賓にお迎えし、ご挨拶を頂戴しました。そして、議長に種村佐智夫様(彦根市)を選出し、議事に移りました。
二十一年度事

業報告、同決算報告、二十一年度事業予算が審議され、承認されました。
また、第四号議案として、運営規定の改正案を上程しました。21条に本会の会費は「一人当たり70円」と謳われている箇所を「一人当たり80円とする」との改正案です。これは、安全会費が保険料に



▲会計の質問をする評議員

対し若干高く映り、総会でもたびたび質問をお受けしていたことに端を発します。
実態に合わせて、平成二十三年度から安全会費を十円値下げし、そのことが一般会計にどのような影響を及ぼすかを昨年度検討してきました。二十三年度からは、日本PTA全国協議会会費が値上がりすることもあり、安全会費

を値下げし、現行の会費で維持しようとする、単年度会計として無理が生じることとなります。そこで、二十三年度から会費を十円値上げさせていただきます。安定した運営を維持させていただきたいと考え、上程しました。
幸い皆様のご理解をいただき承認されました。そして、新年度役員が承認され、総会を無事終えました。



A I Uのレクリエーション保険

バザーやお祭り等レクリエーション、
バレー・ソフトボール等スポーツ中の
ケガをサポート!

AIU保険会社

エイアイユー インシュアランス カンパニー



AIU保険会社は「滋賀県PTA連絡協議会の国児・児童・生徒24時間総合保障制度」の引受保険会社(非幹事)です。また、「滋賀県PTA安全会のPTA団体傷害保険・賠償保険」の引受保険会社です。

<お問い合わせ先>

取扱代理店 (株)アー・スリー・インターナショナル

滋賀営業所 TEL: 077-527-6830 (平日 9:30~17:00)

地球の未来にできること。
マングローブ「海の森」づくりは、
その答えのひとつです。

東京海上日動は、1999年度からNGOをパートナーに、地球温暖化の抑制に役立つマングローブの植林をはじめました。それから10年、「海の森」は5,000haを超える面積にひろがりました。マングローブ「海の森」づくりは、東京海上日動が地球の未来にかけた保険。100年間植林を継続することを目指し、取り組んでまいります。
*「マングローブ植林行動計画」「財団法人オイスカ」(1999年度～)「国際マングローブ生態系協会」(2009年度～)

東京海上日動火災保険株式会社

東京都千代田区丸の内1-2-1 〒100-8050

☎ 0120-868-100 午前9時～午後8時(平日、土日祝とも) <http://www.tokiomarine-nichido.co.jp/>

入賞おめでとう

◎幼稚園の部 優秀賞

光星学園水戸幼稚園 PTA 「星の子」
豊郷町立豊郷幼稚園 PTA 「ひまわり」
大津市立青山幼稚園 PTA 「あおやま」

◎幼稚園の部 奨励賞

大津市立大石幼稚園 PTA 「はっぴい通信」
滋賀大学附属幼稚園 PTA 「ふよう」
湖南市立石部南幼稚園 PTA 「New Smily」

◎幼稚園の部 アイデア賞

近江八幡市立八幡幼稚園 PTA 「すまいる」
東近江市立長峰幼稚園 PTA 「つくしんぼう」

◎小学校の部 優秀賞

大津市立晴嵐小学校 PTA 「晴嵐」
大津市立田上小学校 PTA 「たなかみ」
大津市立石山小学校 PTA 「石の光」
大津市立膳所小学校 PTA 「ぜぜ」
長浜市立神照小学校 PTA 「あゆみ」
東近江市立湖東第二小学校 PTA 「心と心」

◎小学校の部 奨励賞

彦根市立稲枝西小学校 PTA 「はえみ」
米原市立醒井小学校 PTA 「醒小PTAだより」
栗東市立治田西小学校 PTA 「瑠璃」
甲賀市立小原小学校 PTA 「かるがも」

◎小学校の部 アイデア賞

草津市立笠縫小学校 PTA 「かさぬい和協」
高島市立青柳小学校 PTA 「藤影」

◎中学校の部 優秀賞

大津市立栗津中学校 PTA 「あわづ」
滋賀大学附属中学校 PTA 「湖光」
高島市立今津中学校 PTA 「学窓」
甲賀市立甲南中学校 PTA 「こだま」

◎中学校の部 奨励賞

甲賀市立信楽中学校 PTA 「おやべん」
大津市立瀬田北中学校 PTA 「瀬田北」
甲賀市立土山中学校 PTA 「Dear !」

◎中学校の部 アイデア賞

守山市立守山中学校 PTA 「湖風」
栗東市立栗東西中学校 PTA 「広野」

アイデアとチャレンジ みんなで智恵を出し合って!



▲優秀作品の選考をする小林先生（中央）と県PTA広報担当役員メンバー

県内の学校園より70校園PTA（幼稚園17園、小学校30校、中学校23校）の応募があり、厳正な審査の結果、29校園が入選しました。優秀賞を受賞した小学校・中学校の作品は、日本PTA広報紙コンクールに推薦、全国でめたく優秀賞獲得のあかつきには、8月27日開催の日Pちば大会において表彰されます。乞うご期待を!

滋賀県PTA 広報紙コンクール開催



優秀作品講評

大津市立
田上小学校PTA
「たなかみ」

アウトが光っています。学校給食のQ&Aも取材が行き届いています。1面・運動会の見出しもパンチがあります。3号とも部員さん方の熱意がみなぎっています。

☆総評・講評

岡山理科大学・広報室参与

小林 宏行氏

総評

読み応えのある広報紙が、どんどん増えました。部員さんたちの熱意がにじみ出ています。文章は簡潔にして、見出し、写真、イラストなどひと工夫したレイアウトはお見事です。「捨てないで置いておこう」と思わせる紙面作りは、保護者の方々の注目を集めていることでしょう。

そして、もっとも大事なのは特集企画です。「言

われて嬉しいひと言は」「いやなひと言は」などアンケートをもとにした特集は、読ませます。子どもへの健やかな成長を願って、家庭・学校だけでなく地域ぐるみの取り組みが活発になりました。さまざまな話題を取材しましょう。情報量が多いほど興味をひきます。心温まるいい話を盛り込んでください。ますますのご活躍を!!

“書き損じハガキ” “テレホンカード” (未使用) の提供に ご協力ください!!

県PTAの貴重な財源として各種事業に活用させていただいています。一会員1~2枚のご提供に協力をお願いします。

目標
10万枚

平成21年度分 317,197円
書き損じハガキ 8,514枚
未使用テレホンカード 393枚
ご協力ありがとうございました。



*** PTA安全会より ***

PTA行事参加中に事故が起こったら…
各单位PTAを通じ下記へご連絡ください。

AIU保険会社

取扱代理店
(株)アーク・スリー・インターナショナル

〒520-0051 大津市梅林 1-15-30 林ビル 2階
TEL (077) 527-6823 FAX (0120) 527-606
(平日:9時30分~17時まで)

滋賀県PTAホームページ <http://www.jungle.or.jp/shigaken-pta/>



コラム すいじせんたくかじおやじ

大人になり、親になった今、子どもたちに自分の子ども時代のことを話すことがみんなあると思います。現在との違い、それは環境や風景、考え方などさまざまであると思います。また、その時親に対して思っていたこと。その時感じた父親像、母親像。今の自分と照らし合わせてみていかがですか。私は、自営業の家に育ち、両親家族と過ごす時間が多く、その中で、母の大変さを肌で感じていました。特に家事に関しては、何か自分が手伝えることはないか。始めてみてはいかがでしょう。

今、親となった母が言っていた「男でも何でもせよ」の通り、家事においても、積極的に係わっています。

家庭、子育てに男親が果たす役割が大切になってきた今日、子ども時代の思いと共に係わってみてはいかがでしょう。

家族が互いに協力することとは、同時に心も育つことになり、相手を思いやる心が育まれることでしょう。みんなでできることから、始めてみてはいかがでしょう。