



# 成人～20年の軌跡～



1月4日(土) 新成人が  
 きゅら島交流館  
 に集い、瀬戸内  
 町の成人式が開  
 催された。  
 会場は色鮮やか  
 な振袖や袴な  
 どに身を包んだ  
 新成人の素敵  
 な笑顔で溢れか  
 えり、友人や恩師  
 たちとの再会を  
 喜び合う様子が  
 伺えた。  
 式典では新成人  
 となった、勇ア  
 キラさんがサッ  
 クスを、登島由  
 衣さんがピアノ  
 を披露。人生  
 の節目を音色で  
 飾った他、中学  
 校3年時に書  
 いた5年後の自  
 分へのメッセー  
 ジなどが笑いを  
 誘い、かけがえ  
 のない思い出と  
 なる素敵な式と  
 なった。  
 そんな素敵な成  
 人式の模様をご  
 覧ください。



藤山 麗美香さん

水色の綺麗な振袖がひと際目を引いていた藤山 麗美香さん 素敵な大人になりました♪



山畑 海勝さん

代表で司会を務めた山畑 海勝さん 立派な大人に成長を遂げました。



勇 アキラさん

優しい音色を奏でたサクソフ演奏では、会場から今日一番の歓声が上がっていました。



新成人代表 所感発表 **福田 かい 海地**

「わきやシマに誇りを持ち、わきや手でこのシマに貢献できれば」

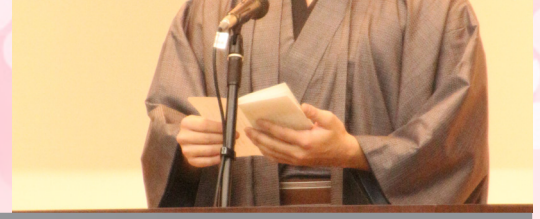
私は自分が生まれ育った瀬戸内町、加計呂麻島が大好きです。出身を聞かれるといつも堂々と答えています。はじめて島を離れ様々な経験

「私は支えてくれた家族、仲間がいてくれたからこそ、胸を張って島を離れて行けたのだと思います。いつ恩返しができるかわかりませんが、だから今は夢に向かって頑張ること。それが今の私にできることだと思っ



です。私は自分が生まれ育った瀬戸内町、加計呂麻島が大好きです。出身を聞かれるといつも堂々と答えています。はじめて島を離れ様々な経験

「私は支えてくれた家族、仲間がいてくれたからこそ、胸を張って島を離れて行けたのだと思います。いつ恩返しができるかわかりませんが、だから今は夢に向かって頑張ること。それが今の私にできることだと思っ



新成人代表 所感発表 **根本 こなつ**

「困難を乗り越えるために積み重ねた一つ一つが自分の魅力になる」

はいます。感謝の気持ちで迎えることができた私たちは、これからは大人としての自覚と責任を持ち、優しい心と感謝の気持ちを忘れずに過ごしていきたいと思いま

私は、どんなときも優しさを失わない強い人間になりたいです。これまで、人に恵まれた環境に恵まれてきました。私を私らしくいさせてくれた家族、離れていても支えてくれた地元の友達、誰一人欠けても今の私



はいます。感謝の気持ちで迎えることができた私たちは、これからは大人としての自覚と責任を持ち、優しい心と感謝の気持ちを忘れずに過ごしていきたいと思いま

私は、どんなときも優しさを失わない強い人間になりたいです。これまで、人に恵まれた環境に恵まれてきました。私を私らしくいさせてくれた家族、離れていても支えてくれた地元の友達、誰一人欠けても今の私



20年を振り返るスライドショーでは終始、笑いが絶えなかった



それぞれの恩師から、激励のメッセージをいただいた



久しぶりの恩師との再会で思い出話に花が咲いていた



登島 由衣さんのピアノ演奏に会場は癒された



新成人から家族へのメッセージ

▽20年間育ててくれた親へ、育ててくれてありがとう。これからも迷惑をかけるかもしれませんが、仲良くしてください。

▽たくさんの迷惑をかけてきたけど、どんな時にも変わらず愛情を注いでくれてありがとう。ごさいます。これから自立して親孝行していくので今後ともよろしくお願います。

▽たくさん愛してくれてありがとう！これからは成人としての自覚をもって親孝行するね。ずっと大好き！これからもよろしくお願います。

▽おかげさまで成人を迎えることができました。これから大人としての自覚と責任をもって、周囲に気を配りながら行動していきます。

と、それぞれがこれまでの20年を振り返り、親への感謝、そしてこれからの人生に大きな希望を抱いている。



# 適切な睡眠習慣を

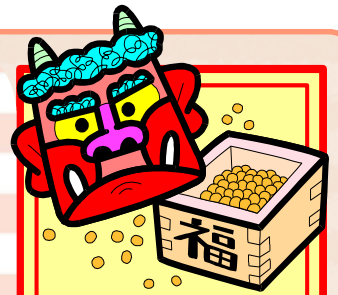
「春眠暁を覚えず」。立春を迎え、万物が目覚める春がすぐそこまでやってきていますが、人間にとっては眠り心地のよい季節です。

さて、以前南日本新聞に「眠らない子どもたち - 鹿児島でいま」が連載されて、南風録でも取り上げていました。「視聴率が50%を超えたこともあるというからテレビ史に残る昭和の人気番組だった。土曜の夜8時から放送されていたザ・ドリフターズの『8時だヨ！全員集合』である。多くの小学生が楽しみにしていたものだ。『お風呂入れよ、顔洗えよ、歯磨けよ、宿題やれよ』。1時間近い番組の終わりに加藤茶さんがこう呼びかけると、子どもたちは現実に引き戻された。『早く寝なさい』と言われているように聞こえた。」私が子どもの頃、小学3年生までは夜8時までに寝なければならず、寢床で悔しい思いをしていたことを思い出しました。

しかし、この時代はどこの家庭でもこのようなしつけがされていたのではないのでしょうか。記事には、「大人と子どもの時間の境界線が薄れている。」とあって、確かに夜間コンビニやファミレスで子どもを見かけることも珍しくなく、子どもの生活時間はますます夜型化していると感じます。

ところで、古仁屋中学校で昨年実施した調査では、夜12時過ぎまで起きている生徒や、ゲームやSNS、テレビを平日4時間以上見ている生徒が、4人に1人の割合という驚きの結果でした。さっそく、へきち診療所の榎木美幸先生を講師に、疲労回復や身体の成長、記憶の定着など睡眠の役割や、睡眠不足が身体に及ぼす影響について学びました。「今まで考えたことがなかったけど、睡眠がとても大事だとわかった。よい睡眠がとれるようにしたい。」と、生徒は睡眠の大切さを実感していました。

睡眠について正しく理解することもですが、睡眠習慣をつくることはさらに大事です。睡眠習慣は幼小児期につくられ、理想的な睡眠時間は1~2歳は11~14時間、3~5歳は10~13時間だそうです。親がしっかりとサポートして、子どもに適切な睡眠習慣を身に付けさせましょう。



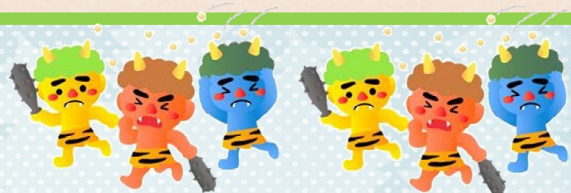
# めばえ

2月  
243号

古仁屋中学校  
校長 竹ノ山 誠忠

## 3月の担当者

### へきち地保育所です。



担当／教育委員会社会教育課生涯学習係 脇田久美 ☎0997-72-2905