

# ACCESS My Class

アクセス マイクラス

番外編

尾花沢放課後児童クラブ

1～4年生103人



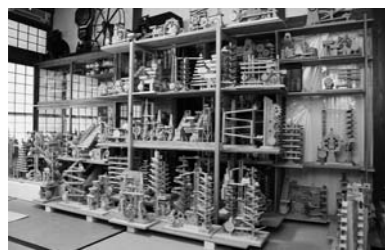
## 先生からのひとこと

代表 千葉 光也先生  
指導員 折原 春美先生

4月から新1年生を迎え、毎日、元気パワー全開の子ども達です。100人を超える大所帯。日々、悩みやトラブルもありますが、子ども達の気持ちに寄りそい、子ども達同士が「ごめんなさい」「ありがとう」と素直に伝えられるように心がけながら過ごしています。



▲大類さんが作成したビー玉落とし。ビー玉が落ちるときれいな木の音が鳴ります。



▲5年間で作成した作品の数は50個以上。

### 「毎日、元気パワー全開」

尾花沢放課後児童クラブは、尾花沢小学校の1～4年生103人が在籍しています。

子どもたちは学校内の児童クラブの部屋でそれぞれ元気に過ごしています。大きな部屋の隅では、皆でテレビの前に集まって録画した番組に釘付け。反対側では将棋を指す男の子たちの姿があり、女の子は、折り紙でホットケーキとフォークなどお茶会セットを作っていました。大勢の子ども達がそれぞれ楽しそうに遊んでいるクラブでした。

## ユウコ列伝

### 「すべてが自信作」

大類 芳博さん(名木沢1)

趣味で「ビー玉落とし」という木工細工を作成している大類芳博さん。建設関係の仕事で退職してからお孫さんに積み木を作ったあげたのがきっかけで、ビー玉落としも作ってみたいと。作品はどんどん増え、5年間で50個以上に。

お部屋にずらりと並んだ作品の1つで実際に遊んでみると、歯車がクルクル回り、色々な仕掛けが動き出しました。電気で動くライトアップされた作品や、ビー玉が階段を上っていく作品などには、どういつ仕掛けなんだろうと思わず見入ってしまいます。最新作には神秘の木と呼ばれるほど珍しい「黒柿」を使用しており、どれもこれもこだわりが詰まった凝った作品ばかりが飾られています。

これだけ複雑な作品を、設計書も書かずに頭の中だけでイメージして作り上げるといって驚きです。「歯車がうまく組み合わさってきれいに動いた瞬間が楽しい。今後は、1つの作品に様々な種類の木材を使って仕上げてみたい。」と抱負を語られました。



地域おこし協力隊

## 奮闘記

Face book ▶

尾花沢の魅力や地域おこし協力隊の活動報告を日々更新しています。ぜひご覧ください。



春はちゃんと  
やってきた！



久保田隊員

この記事を書いているのは4月13日。山形県内も新型コロナウイルス感染者が増え、先行きが不安な日々が続いています。皆さんがこの記事を目にする頃には収束に向かっている良いのですが...

そんな憂鬱な毎日でも、春は確実にやってきて、私の暮らす矢越集落周辺でも、山菜採りを楽しめる季節になってきました。木の芽や山人参、あさつき、こごみ...5月に入れば根曲り竹も裏山や翁山で採れることでしょう。

コロナの影響で休みに出かけることもできず、平日も職場と家の往復ばかりとなると、楽しみは「今日なに食べよう?」と考えることではないでしょうか。気分は落ち込んでいても、季節の香りたっぷりの山菜を食べたり、いつもより少し時間をかけて料理したりすると、不思議なことにちよつと幸せな気持ちになります。

いつも通りが叶わない生活ですが、こんな時こそいつもできないことに時間をかけ、普段では気づけなかったことに目を向けて生活していきたいですね!



▲木の芽のナッツ和えを作ってみました!



## 食育コラム

### 「序章」

新型コロナウイルス感染症の影響により、不要不急の外出を避けることで、大人も子どもも運動不足になっているのではないのでしょうか。家にもりがちになり、お腹が減ってなくてもつい何か、口に入れてしまっているませんか?

**消費カロリーが減る+摂取カロリーが増える=どんどん太る!**

太る、やせるは環境の影響を大いに受けます。自分の身体の変化を敏感に察知し、臨機応変に対応することが必要です。

例えば、食事を終えたのについ、つまんでしまいうようなときは、歯磨きをする、その場で足踏みをする、腕立て伏せをする、など自分に合った方法で、食べたい気持ちをどこかに追いやってしましましょう。

また、運動不足については、おうちにあるレジ袋に空気を入れ、口をしぼってボールにし、落とさないようにほんぼ

ん打つ運動がおすすめです。座って手は使わず、足だけですると、普段使わない筋肉が刺激されて、良いエクササイズになります。お子さんやお孫さんと一緒にするのも楽しいですね。例を挙げたように、身近にあるものを使って、こまめに体を動かす習慣づけをおすすめします。

さて、3月15日号市報の中とじに「尾花沢市食育推進計画(第3次・概要版)」があったことをご存じですか?

食育を推進する上で、市民の皆さんの食生活の状況を知るために、アンケート調査を行いました。そこから見えてきた姿を、年間で4回「食育コラム」としてご紹介します。ちなみに、「食育について知っているか」という質問で、「内容も含め、知っていた」方は36.8%でした。まだまだ、食育に対する認知度が低いことがわかりましたので、今後様々な場面でお伝えしてまいります。

「食育・食事や食物に関する知識と選択力を身につけ、健全な食生活が送れるようにするための教育」