



吉城高校では、課題解決能力と主体性を持ち、多様な人々と協働し、自らの役割を積極的に果たそうとする生徒をサポートしています。生徒に身に付けてほしい力を「見つける」「解決する」「伝える」の3つに整理し、地域つまり実社会との接点を重視した学習プログラム「YCK(吉高地域キラメキ)プロジェクト」を積極的に展開しています。

行政や地元企業、地域住民など、学校外の立場や価値観の違う人たちと協働する場面が増えたため、学園構

想とも通じる「地域の担い手を社会総がかりで育てる」という方向性を共有し、対話を重ねることで地域との関係性を深めています。

◇課外活動プログラムを通じた多様な交流学習の推進

吉城高校で取り組む課外活動プログラムは、生徒自身の興味・関心、予定に合わせて自由に参加できる学習活動です。各教科の授業等で獲得した知識を活用し、協働して学ぶ態度や、他者と対話する能力などが発揮されることを期待し、実際に地域に出かけて、多様なプログラムを実施しています。

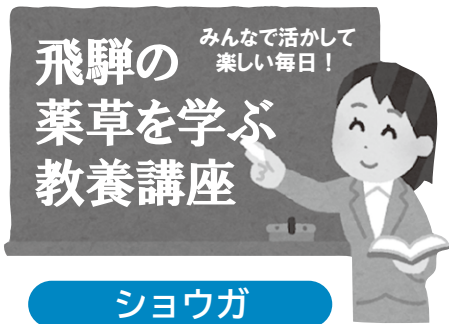
今年度は飛驒市長を招いて行う課題解決ワークショップや、市内の子ども達に向けた絵本の読み聞かせ、小中学生に向けたサイエンス教室や学習サポーターに加え、子ども食堂お助け隊などを実施しました。

◇学校設定教科「ESD」

「ESD」は本校オリジナルの教科で、「地域課題探究」と「国際理解探究」の2つの科目が選択できます。「地域課題探究」では、地域の課題解決の糸口を探る活動に、学年を越えた班で取り組みます。自分の探究課題を見つけ、その解決に向け、力を持ち寄り、成果を年度末の報告会で表現します。今年度は、5つの班が郷土料理、空き家、祭、ゆるキャラ、伝統行事のテーマで探究しています。

「国際理解探究」では、台湾中部、嘉義県新港郷の「新港文教基金会」に所属する学生ボランティアと、お互いの国の自然・文化・歴史・魅力・課題を英語で学び合います。コロナ禍のため、例年実施している台湾でのホームステイ研修の代わりに、今年度もオンラインでの交流会を8月と11月の2回実施しました。

問 学校教育課 ☎0577-73-7494



この時期、手足の指先はもちろん、体全体が冷えて寒く感じています。そんなときは体の中から温めると寒さを感じにくくなります。それにはぜひショウガを試していただきたいです。

ショウガは体を温める食材として有名なので、既に日常生活に取り入れている方も多いでしょう。

ショウガは生薬名で生姜、乾姜と呼ばれ、体を温める血流改善効果が有名です。体を温めて冷えを取り除き、血圧の調整、胃を元気にし、咳

を鎮め、脂肪の消化を促進し、解毒作用があるなど、幅広い効果を期待できます。

そんな素晴らしい効果を持つショウガは、刻んで料理に使ってもいいのですが、そのまま置いておくと、カビが生えたり、腐ったりしてしまいます。そのため、活用としては擦りおろして食品の小分け用保管袋で冷凍保存をすると便利です。袋に詰める際に手で割れるくらいに厚みを薄くしておくと、後で使いやすくなります。

また、何にでも入れて使えるという点では粉末にしてみてもいいでしょう。

ショウガの皮を剥き、薄く輪切りにします。それを乾燥機などで乾燥させるとみるみる縮んでいき、ポテトチップスのようになり保管が便利になります。乾燥の際、ショウガが何枚か張り付いたりして水分が残っ

ているとそこからカビの原因になりますので、気づいたら剥がすなどしてください。

粉末にすると、何にでも入れることができるので、手軽にショウガの効果を得ることができます。

これから一層冷え込む時期になっていきますね。手軽に手に入るショウガで寒さと冷えを乗り越えよう！



参考：村上光太郎 薬草を食べる

| | |
|-----|----------------------|
| 効 能 | 血流改善、発汗、健胃、鎮咳、炎症抑制など |
| 入手先 | 畑、スーパーなど |

問 まちづくり観光課 ☎0577-73-7463

こんにちは 市民病院です

若い医師たちが集う
飛騨市民病院
管理者兼病院長 黒木嘉人

令和5年の新しき年を迎えました。飛騨市民病院には、『当地域に無くてはならない病院』としての使命を果たす役目があります。特に医師不足は深刻な問題ですが、医師確保は簡単ではありません。私が院長に就任した2005年には12名いた常勤医が、2013年には最低の3名まで減少しました。大学にお願いすれば、あるいはお金を積めば医師が集まるものではありません。当院は2012年から若い医師への教育研修に力を注ぐことで、当院としての存在価値を

見いだそうと「神通川プロジェクト」という事業を展開し努力してきました。

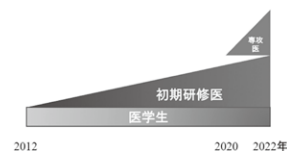
まずは医学生の実習の受け入れを積極的に行い、今年度までに富山大学医学生は152名、岐阜大学も22名を受け入れました。医学生は卒業すると2年間の初期研修医として幅広い分野での医療の勉強が必要です。その間、最低1カ月以上の「地域医療研修」が義務づけられており、今年度は「地域医療研修」に10施設の大きな病院から年間39名の初期研修医が当院にきました。年間を通して常に初期研修医が3～4名いることで常勤医師とあわせて10名程度の医師を常に確保することにつながりました。来年度もさらにその数を上回る希望者があり、やむなくお断りする程の状況で、初期研修医に大人気の病院となりました。

医師免許取得後3年以降は、専門

医（内科や外科などの医者）となるために「専攻医」としての勉強が必要です。今年度は内科専攻医と総合診療専攻医の先生も当院で常勤医師として勤務する形態となりました。さらに3カ月という長期間の医学生実習の受け入れも開始し、将来この地域の医療を支えてくれることに期待しながら医学生からの教育も重ねています。

このように「神通川プロジェクト」開始10年を経て、当院は若い医師、医学生たちが多く集う、人気の研修病院としての存在感を示すことが出来るようになりました。

屋根瓦式教育体制の達成



問 飛騨市民病院
☎ 0578-82-1150



そろそろ 終活

<その34> はじめませんか？

デジタル遺品

皆さんはスマートフォンやパソコンをお持ちですか？総務省の調べによると、今や個人のインターネット利用率は約80%、年齢別では70歳以上の約半数がスマートフォンを利用しており、世代を問わずスマートフォンやパソコンは暮らしに欠かせない存在です。

そんな中、デジタル遺品にまつわるトラブルが増え、社会問題になっています。デジタル遺品とは、故人が利用していたスマートフォンやパソコン等デジタル機器に残ったデー

タです。デジタル遺品には、個人情報情報が満載されていますが、IDやパスワードを知らないと、用紙にプリントされていない場合、家族でも見る事ができません。そのため、故人が資産管理等に利用していた場合、遺族が関知しないまま相続トラブルに発展する可能性もあります。

そこで、ぜひ行っていただきたい事が生前からの対策です。IDやパスワードは、自分だけで管理するのではなく、家族や信頼できる人と共有しておくか、エンディングノートやメモ用紙等に最低限の指示を記載して、遺族がわかるようにしておいてください。それでは心配だという方や、一人暮らしの方は「貸金庫」に保管するという方法もあります。

これからの時代、私たちの生活には益々デジタル機器がなくてはならないものになってきます。まずは『自分がしっかり管理する』『もし

もの時の対策もちゃんと立てておく』ということが大切です。

また、これは余談ではありますが、マナーを意識したスマートフォンの使い方についても今一度考えてみてください。電車やバスの中での通話、映画館や集会等での突然の着信音等、扱いに慣れていないために、すぐに対応できなかったという経験はないでしょうか。基本的な操作だけでもしっかりと身につけて、便利で有効に使いたいものですね。

シニア向けスマホ教室

日時：都合の良い日を調整します
対象：古川町内でスマホをお持ちの方
3名以内でお申し込みください
内容：3回講座（基本的な操作や
LINEアプリの使い方等）
お問合せ：社会福祉協議会まで

問 予 飛騨市終活支援センター
（飛騨市社会福祉協議会内）
☎ 0577-73-3214