



4月号では、新しく完成したリーフレットの概要と、学園構想のこれからについてを紹介しました。今号では、“みんなで育てみんなが育つ魅力あるまち”の実現に向けた4つの領域のうち、子どもたちの興味・関心を起点として、教科の授業で学んだことを活かして面白がって探究する学校での活動のイメージを4つ紹介します。

◆ワクワクする！教科学習

子どもたちは国語や数学、美術などのさまざまな教科で学んだことが

「自分の日常や人生に活きるんだ！」という実感を得ることができる。

◆社会とつながる探究学習

子どもたちの興味・関心を深めたり、課題を解決する力を身に付けたりできる学びが体系的に行われていて、教員と地域の人たちが子どもたちを育む環境づくりのため、共に学びの場を創造している。

◆データで効果検証

子どもたちの成長について、主観的・客観的の両面から捉えたデータを活用して、地域と学校が手を取り合い取り組みを改善している。

◆学校はみんなの居場所

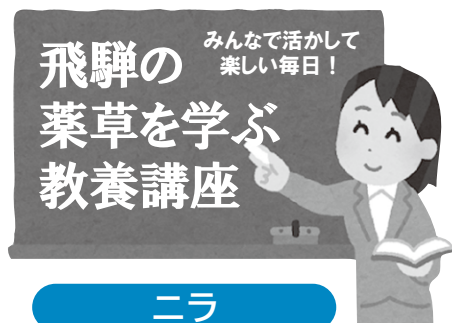
地域の人が気軽に集える部屋があ



り、子どもたちについての語り合いや、子どもとの対話が楽しく真剣に行われている。

子どもたちを育むには、学校と地域がともに手を取り合っていくことが大切です。まち全体で子どもたちに「幸せな人生と持続可能な社会の創り手となる力」を育んでいきましょう。参加者を募っています。

問 学校教育課 ☎ 0577-73-7494



春本番になり、あちこちから薬草が伸びていますが、例年にない雪解けの早さと暖かさに、いろんな薬草が前倒しで、そして足早になっている感じがします。

そんな中で、取ってもすぐ生えてくるニラは食材としてもとても重宝する薬草です。

餃子の具だけでなく、刻んでスープの具にしたり、炒め物に入れたり、雑炊に入れたり幅広く使えます。

ニラの香りの元になっている硫化

アリルは胃液の分泌を活発にするので、これからどんどん気温が上がって暑くなるにつれて食欲が落ちていく中でも積極的に使えます。

ニラは健胃整腸、強壯の作用があり、高血圧や動脈硬化、血栓予防が期待できますし、体を温める効果があります。細菌への抵抗力も強めてくれるので薬味のような使い方もできます。また、風呂に入れて外用するとアセモや肌の弱い人に効果があります。これから夏にかけて気温が上がっていき、夏バテや食中毒、汗のかきすぎによる肌荒れなどが心配される時期になっていきますが、ニラは内用しても外用しても効果があり、とてもありがたいですね。

スイセンの葉をニラと間違えて食べて中毒を起こしたというニュースが時々見られます。

確かに細い葉でまぎらわしいですが、葉っぱをちぎってみればあの独

特のニラやニンニクの香りがするので見分けやすいです。

ニラは栽培しやすいので、畑の片隅やプランターなどに植えておくと便利です。

いろんな薬草が楽しめる時期になりましたね。薬草を探してたくさん歩き、体に取り入れて健康になりましょう。



村上光太郎「薬草を食べる」より

問 まちづくり観光課 ☎ 0577-73-7463

こんにちは 市民病院です

シップの話 薬剤科

日頃、畑仕事やスポーツに精を出されている方も多いのではないのでしょうか。体を動かした後の筋肉痛・関節痛にシップを使う方も多いと思いますが、種類によっては使用方法に注意が必要な薬があります。

例えば光線過敏症。シップを貼った場所に紫外線が当たることでかぶれを引き起こします。外での活動を控え、長袖・長ズボンやサポーター等で、貼ったところを紫外線から遮るようにしましょう。剥がした後も薬の成分は皮膚に残っているので、

少なくとも4週間は使用中と同じように注意してください。紫外線はくもりの日でも降りそそいでいます。天気が悪いと油断しがちですが、忘れず対策してください。かぶれが悪化すると、稀に全身に症状が広がったり、かぶれの後にしみ（色素沈着）が残ったりすることがあります。外での活動が多く対策が難しいと感じるならば、他の薬を使うなども検討してみてもいいかもしれません。

また、シップの使い過ぎにも注意が必要です。痛み止めにはシップの他に飲み薬もありますが、どちらも体に吸収されて効果を現すことになり変わりありません。つまり吸収された後の副作用も同様に存在します。決められた量（枚数）であれば内服薬ほどに副作用が起こるわけではありませんが、全身のあちこちに5～6枚貼るといことを続けていると胃

潰瘍になってもおかしくありません。

痛みや炎症を抑えるシップは、便利で使いやすく身近な薬です。副作用なく使用するため、この機会に使い方を見直し安全にご使用ください。



問 飛騨市民病院
TEL 0578-82-1150



そろそろ 終活

<その38> はじめませんか？

口座凍結前の 預金引き出しには注意

金融機関の口座が凍結されるタイミングは、金融機関側が口座名義人の死亡を確認した段階です。凍結されると、正規の手続きを踏まない限り、たとえ家族であっても預金は払い戻せません。

こういったことをわかっている人の中には、故人がお亡くなりになる前に預金を引き出しておこうと考える人も少なくありませんが、その場合、預貯金の取り扱いについては十分注意が必要です。

故人の財産を相続する権利をもつ

人が複数いる場合は、各人が相続権利をもっているため、相続人のひとりだけが他の当事者に無断で故人の預金をおろすことは、トラブルになる可能性があります。

しかし、葬儀費用や医療費の支払いなどの事情で、やむをえず口座凍結前にお金を引き出すこともありますので、相続トラブルとならないよう、対策が必要です。まずは、単独で行動することなく、お金を引き出す際には、他の相続人の了承を得ておきましょう。また、引き出したお金の使い道をはっきりしておくために、領収書や出金に関係した資料を保管しておくなど、後々他の相続人に説明を求められた時のためにも、きちんと整理しておくことが重要です。

また金融機関では『預貯金の仮払い制度』があるので、法定相続人であれば、遺産分割協議前でも相続分

の1/3（上限あり）までは、預金を引き出せます。

しかし、口座凍結前に預金を引き出すことは、推奨できない行為ですので、正規の手続きを踏んで、凍結解除することをお勧めします。



空き家にしないための わが家の終活

住まいのこれからを考える冊子ができました。ご希望の方は下記へお問い合わせください。（無料配布）

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