

飛騨市学園構想

SUPER COMMUNITY SCHOOL

『宮川遺産』 ~のこしたいもの・つたえたいもの~

28

宮川小学校では、ふるさと教育の一環として“宮川遺産”という、地域と連携した探究的な学びを進めています。この授業では、以下の2つについて学びます。

- ・「ふるさとの良さを守る」という思いの大切さを学ぶ
- ・ふるさとの魅力を発信する方法を学ぶ

この授業を通して、児童はふるさとの魅力となる価値を捉え直し、発信した際の受け手が魅力を感じる方法で残していく大切さを学びます。



そこで「宮川遺産」としての価値を見つけ、次世代に残していくために発信していく」という全体の課題を設定します。そしてこれを元に児童が個別に取り組むテーマを設定し、探究学習を進めていきます。児童たちは、それぞれが選んだ池ヶ原湿原やまんが王国などの“宮川遺

産”について「その価値は何なのか」を改めて見つめなおすことで、宮川町の新たな魅力に気づき、「広くふるさとの良さを守る」という思いの大切さを深く育んでいきます。

問 学校教育課 ☎0577-73-7494

飛騨の薬草を学ぶ 教養講座

みんなで活かして 楽しい毎日!

サルトリイバラ

機会があれば1年に1回、少量でもいいのでぜひとも食べていただきたい薬草があります。それがサルトリイバラです。生薬名は山帰来（サンキライ）です。

何かものものしく感じますが、その効果は現代社会に必要なものだと考えます。この薬草は飛騨地方でも見かけますが、美濃地方のものとは比べると全体に小さいそうです。

私たちが毎日食事をする中で知らず知らず何らかの金属類が体に入ってきます。それらの多くは毎日

の代謝に関係し、日々の健康を担うのですが、中には有害な重金属も含まれています。

では体に良いものを食べたり、水を飲んだりして体外に出してしまえばいいと考えたいところですが、有害な重金属は脂肪に溶けて体に蓄積されてしまい、体外に出せなくなってしまうのです。そしてそれらが蓄積してくると障害が出るのです。

そんな重金属をサルトリイバラは少量体に取り入れただけでも有害な金属を髪の毛の中に誘導し放出できるようにしてくれます。

それ以外にも、発汗、利尿、解毒などから糖尿病、膀胱炎、尿毒症、腎臓病、心臓病、夜尿症、関節痛、腰痛などに効果があります。

活用方法としてはツルや葉を乾燥してお茶にしたり、おひたしにしたりするのですが、タンニンが多いので食べ過ぎないようにしてく

ださい。

柏餅を柏の葉ではなくサルトリイバラを巻いている地域があります。それで食べるのができたら1年安心できますね。クロマメも解毒作用があります。組み合わせたりして取り入れて定期的にデトックスしましょう。



効能	発汗、利尿、解毒、糖尿病、膀胱炎、尿毒症、腎臓病、心臓病、夜尿症、関節痛、腰痛
入手先	野山、漢方薬局

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

ホスピタリティの推進について
ホスピタリティ推進チーム

飛騨市民病院では、患者様の満足度の向上を目的に患者様や地域の声に耳を傾け、令和3年度より毎月、各部署の代表者によるホスピタリティ推進チーム会議を開催しています。

ホスピタリティとは何か？「接客・接遇の場面だけで発揮されるものではなく、人と人、人とモノ、人と社会、人と自然などの関わりにおいて具現化されるもの」と言われています。

例えば、「サービス」とは誰に対

しても同じような基本的な対応のことであり、顧客としては当然と受け取れるものと言えますが、「ホスピタリティ」は今この時この人に対して行う心からのおもてなしで、期待や願望を超えた「思いもしない対応」により感動や驚嘆をも与えることといえるのではないのでしょうか。

当院の具体的な活動として、「思いやりの言葉」を中心とした標語をポスターに掲げて全職員で2週間、徹底した接遇を実践する「まごころキャンペーン」と、飛騨市民病院の基本理念に基づいた行動目標を各科でそれぞれ決めて実践する2つの取り組みを行いました。まごころキャンペーンの標語は全職員から募集した力作を全職員による投票で選んでおり、選ばれた標語はポスター掲示に使われるため職員のモチベーションの向上や意識付けにもなっています。また、実践した中で選りすぐり

の取り組みを集めた「事例集」の作成も計画しています。

これらを通じて当院の基本理念を実現し、職員のあるべき姿や大切にすべき共通の価値観、行動を意識していくことが患者様の満足度の向上につながるものと、強い思いをもって行動しています。

患者様やそのご家族からは「この病院に来てよかった」と、また職員からは「この病院で働いてよかった」と思われる病院を目指し、職員一丸となってこの取り組みを推進していきます。

飛騨市民病院基本理念

- ・思いやりの心
- ・信頼される医療
- ・地域を愛し愛される医療

問 飛騨市民病院
☎0578-82-1150



そろそろ 終活

<その40> はじめませんか？

片付けを
甘くみてはいけない

終活における『片付け』は、相続や遺言、介護や終末期医療などと比べると「やろうと思えばいつでもできるし、適当に時間をみつけて、そのうちやれる」と思いがちです。しかし、この『そのうち』には期限がなく、それをいいことに、いつまでたっても始めることができないのも確かです。

『片付け』は簡単にみえて、実は頭を使う大変な作業です。余談ですが私の母は80歳頃、義姉の遺品整理が元で背骨を圧迫骨折しました。そ

のくらい身体的負担も大きい作業なのです。短期間で一気にやろうと思わないで、毎日、決められた短い時間で小さなスペースに絞ることが片付けのコツです。しかし、休みの日にまとめて一度にやってしまいたいと思う人もいますでしょう。それも良いかもしれませんが、人間の集中力というものは、それ程長続きしないものであり、一日で終わらせたいという焦りから、最後は中途半端になってしまいがちです。

片付けは、一度やれば終わりではなく、日常の中でずっと行わなければならない作業です。そう思うと、片づけを習慣化することも大切になってきます。たとえば朝、少しだけ早起きして、頭も身体も元気な時に30分間だけ、本棚一段分、整理整頓してみようとか、食器棚の引出しを一つだけ完璧に綺麗にしてみよう等、あまり欲張らず、一カ所に焦点

を当てて、それを続ければ、習慣化にもつながります。



飛騨市終活支援センターでは「今年こそは家の片付けをはじめたい」「片づけや終活を始めたいけれど、一人では、なかなか続かない」といった同じ悩みをもつ方々が、気軽に課題を共有したり、終活に関する情報等を提供する『終活ワークショップ』を定期的で開催します。ご希望の方は、ぜひ終活支援センターへお問い合わせください。

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