

飛騨市学園構想

SUPER COMMUNITY SCHOOL

「生きる力」を育む”神岡FIELD学”



今回は、神岡中学校の総合的な学習の時間で、自己の興味関心を探究する「神岡FIELD学」を紹介します。

昨年の振り返りと今年度の展望について、神岡中学校の藤木校長先生に伺いました。

◆昨年の神岡FIELD学

神岡FIELD学が目指すべき方向を示してくれたのは、昨年度の3年生の生徒たちでした。あるグループは、1年生で知った飛騨市の薬草を使って化粧水を考案し、2年生で習った

マーケティングの要素でターゲットを絞り、理科や数学の知識を使って材料を調合して化粧水を作り、レシピをSNSで紹介しました。また、その過程では、自ら市役所へ出かけて薬草について学んだり、クラスの仲間に意見をもらったりするなど、授業や学校の枠を超えて活動しました。このように、学んだことをつないで、人と協働しながら、興味関心を形にすることこそ、神岡FIELD学なのです。



昨年度の化粧水の開発グループは、市役所での取材や、製品の企画提案を行いました



2年生「企業クエスト」ではR4年度より地域の飲食店のメニュー開発の提案を行っています

◆今年の神岡FIELD学

今年は、国語や美術など教科の学習と探究学習の繋がりをはっきりさせるとともに、金融や起業など特別な授業を取り入れ、そこで学んだことをもとにマイテーマに取り組むようにしました。今後も学んだことを活用しながら、興味関心を形にすることで、生きる力を身につけることを願っています。

神岡中学校長 藤木 秀泰

問 学校教育課 ☎0577-73-7494

今月のゼロカーボンアクション



Plastic Smart

「プラスマ」でプラスチックと賢く付き合おう

海を埋め尽くすごみ

世界で海に流出するプラスチックごみの総量

年間 **800** 万トン

プラスチックごみは、焼却による大気汚染、流出による海洋汚染だけでなく、生態系にも大きな影響を与えています。例えば、海に流出するプラスチックごみの量は世界中で年間 800 万トン、2050 年には海洋中の魚の量を超えるとの試算が出されています。私たちの生活様式を見直さない限り、持続可能な社会・自然環境の構築はもとより、今の生活を続けていくことさえ難しくなることが予想されます。正しい処理やリサイクル方法を広め、バイオマスプラスチックや代替素材などを理解しながら、プラスチックと賢く付き合っていくことが重要です。

プラスマアクション事例

ペットボトルリサイクル

日本のペットボトルリサイクル率は約9割

ペットボトルからリサイクルされるものは、食品用トレイ（卵パック、青果物トレイなど）、衣類・自動車・鉄道関連等の繊維など私たちの身の回りには想像以上にペットボトルからつくられたものがあふれており、ペットボトルは単なる容器ではなく「資源」であることがわかります。さらには、水平リサイクルであるボトル to ボトルを推進することで、ペットボトルを何度もリサイクルしていくことが、重要なのです。

つめかえパック

つめかえパックはプラスチック使用量が70～80%少ない

つめかえパックを選択することはプラスチック削減に大きく貢献しています。しかし、つめかえパック自体は使用後リサイクルできているとはいえない状況です。リサイクルが進まない理由は、その原料にあります。つめかえパックは、ペットボトルのような単一原料ではなく、複層構造でできているため、再生しても不均質なプラスチックになってしまうリサイクルが難しいのです。

アップサイクル

元のものよりも価値の高いものに生まれ変わらせる

回収・再資源化や製造工程において手間とコストがかかるため、アップサイクル製品は高額になりがちです。そのため一部の高級ブランドなどが先行して商品化しているものの、日本の多くの消費者の手に届くまでにはあまり至っていません。海洋プラスチックごみを再資源化し、多くの消費者に選ばれる付加価値のある商品を作り、海洋ごみ削減とビジネスを両立させる活動が増えることが重要なのです。

年間のCO₂削減量

・4kg/人 使い捨てのペットボトル（500ml）をステンレス製のマイボトルに置き換え、年間30回、5年利用した場合

問 環境課 ☎0577-73-7482

まめなかな

熱中症最新情報 2024

熱中症は後遺症が残り、命を落とすこともある重大な病気です。熱により脳や腎臓、神経にダメージを残します。先日、飛騨市において熱中症で搬送された方がいらっしゃいました。熱中症は防ぐことができる病気です。

熱中症による死亡のうち、8割が高齢者です。本市は高齢の方が多いので、最新の対策について確認しましょう。

◆脱水症にならない体づくり

食事にも水分が含まれます。夏は

食欲が落ちることがありますが、しょうが、ネギなどの薬味を上手に利用して取りましょう。

水分はペットボトル1本(500ml)を一気飲みすると、おしっこをしたくなり、体の外に出てしまいます。また、1時間に1ℓ以上の水は、腎臓が処理できず体液が薄まってしまいます。

1日あたりコップ1杯(180ml)を8回、合わせて約1.5ℓ取ります。

スポーツドリンクや経口補水液は予防としては適していません。一気飲みしてしまうと、糖分や塩分が多く、逆効果になることがあります。水、麦茶などを選び、熱中症の症状が疑われた場合は経口補水液を飲むことをおすすめします。

◆筋肉量を維持する生活

食事のたんぱく質を筋肉にするには、一緒に野菜などのビタミンを取ることがポイントです。トマトひと

切れ、ほうれん草ひとつかみをプラスするなど、積極的に食べましょう。家の中でも同じ姿勢を続けないことが、筋力アップにつながります。

◆自律神経を整える生活

睡眠不足は自律神経や血管の働きを悪くし、発汗や体温の調節がうまくいかず熱中症の原因になります。寝苦しい夜はエアコンを使って睡眠をしっかりとることが大切です。

◆熱中症かな?と感じたとき

頭痛、ふらつくなど熱中症の疑いの場合は、まずエアコンの効いた室内へ移動しましょう。屋外であれば、風通しの良い日陰へ移動します。意識がもうろうとして、自力で水が飲めないといった場合は、迷わず救急車を呼びましょう。

問 古川町保健センター

☎0577-73-2948

そろそろ
終活

<その53> はじめませんか?

新たな住まいを考える

子どもが独立し、夫婦二人だけになると、かつての賑やかさが懐かしくなる一方、広すぎる自宅に違和感を覚え始めます。

大きくて広い家は、のびのびとした開放感を味わえるものの、広すぎるゆえに負担となることもあります。

祭礼等で使われた座敷は普段使われることもなく締め切ったままになり、子ども部屋は使わない物を溜めておく物置部屋になっていませんか。多くの人は、何とかしたいと思

いながらも、行動するまでには至らないようです。

想像してみてください。今は特に問題ないかもしれませんが、10年後、20年後、同じような生活ができるでしょうか。運転免許を返納しても生活に不便を感じませんか、掃除や管理は容易でしょうか、家の中はバリアフリーな造りになっているでしょうか。また老後は、介護施設への入所や、子ども世帯と同居になることもありますので、もしかすると自宅を手放し、住み替えることになるかもしれません。

新たな住まいへ移る過程は、決して一朝一夕にはできるものではありませんし、歳を重ねてからは精神的な挑戦にもなります。

しかし、先々健康や能力に不確実性がある中で、元気なうちに自宅を売却する可能性を視野に入れる心づもりも必要ではないでしょうか。

住まいの行く末について、将来に向けての道筋をつけておくことは、あなたの老後に安心と豊さをもたらします。

8月の終活セミナー
『失敗しない不動産売却』
(不動産売却の流れとコツ)

- 8月24日(土) 13:30 ~ 15:00
- ハートピア古川
- 定員25名

お申し込みは下記まで

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