

<校訓>

高志共生

大庄中通信

大庄中学校
H25年度第22号
(H26.1.28・火)

1. 17は忘れない

阪神・淡路大震災から19年。

今年も、その日に合わせて追悼行事などが各地で行われました。学校でも、全校生徒と職員、PTAの参加もいただき、防災訓練を実施しました。

19年前を思い出してみると…

あの朝は、3連休明けでした。私は、当時勤務していた中学校で連休中に大きな事件があり、その対応の相談のため、地震の時には駅舎が崩壊した阪急新伊丹駅の下に1月17日に日付が変わる直前まで滞在していました。そして1月17日の5時46分、いつもより早く出勤するために朝の支度をしている最中に、あの地震に遭遇しました。それまで、電灯や天井が少し揺れる程度の地震は何度か経験していましたが、大きな地震といえば、大正時代の関東大震災の話聞くくらいで、報道される国内外の大きな地震は他人事のように思っていました。ですから、あの地震の時は、何が起きているのか、すぐには理解できなくて、例えば良くないかもしれませんが、ゴジラにマンション全体を持ち上げられて揺さぶられているような感覚でした。大きな揺れとほぼ同時に家中の電気が消えました。真っ暗な中で倒れている家具をかき分けて、家族の安否を確認しました。不思議なことに、間もなく電気が復旧したので、テレビをつけ、時間の経過とともに、先ほど何が起こったのか、神戸がどうなっているのか、ということが少しずつわかってきました。

当時、私の住んでいた近くでは、山陽新幹線の橋げたが落ちたり、阪急電車が踏切のところで脱線したりということはありませんでしたが、住んでいたマンションは活断層の上でなかったからか、一部損壊だけでした。周辺の家にも大きな被害や死者は出ませんでした。しかし、時間が経ち外を歩くと、崩壊した家屋や2階がへしゃげた文化住宅、倒壊した171号線の陸橋などが目に入り、テレビに映っていることと同じようなことが西宮でも起こっていることがわかってきました。数日後、避難所になっていた近くの小学校での生活から家に戻りましたが、水道とガスが使えない毎日がしばらく続きました。

しかし、これは、ほんのちっぽけな震災体験です。私などよりはるかに痛ましい体験やつらい思いをされた方が何百万人という、それぞれの物語があったのがあの震災だったと思います。

3年前の東日本大震災は、地震の規模も阪神・淡路より大きく、それまで想像もしなかった津波による大きな被害もありました。日本の長い歴史の中で、こんな短い期間に大きな地震が2回も起こったということは今でも信じられませんが、最近よく報道される南海地震の発生確率や津波被害のハザードマップなどを見聞きすると、いっどこで地震に遭遇しても不思議ではありません。何も無いときには、つい忘れていますが、震災の教訓や防災への意識、苦しいときに初めてわかる人の優しさやあたたかさ、いのちや生きることの大切さを教えてくれているのが、1.17のような気がします。

「ひょうご防災ネット」への登録にご協力を

「ひょうご防災ネット」は、県や市から地震・津波・気象警報・土砂災害警戒・河川洪水予報・竜巻注意などの緊急情報や避難情報などを発信するシステムです。登録は無料です。<http://bosai.net/>から、ぜひご登録ください。

「中学校弁当」で栄養のある昼食を

1クラス4～5人がパンかおにぎりだけの昼食

10月の最終週（文化発表会の翌週）の5日間、各学年2クラス（全校6クラス）対象に昼食内容の調査がありました。その結果、大庄中は、①家庭からの弁当…87.4%②パンのみ…7.6%③パン+市販おにぎり…2.7%④市販おにぎり…1.3%⑤中学校弁当…0%⑥その他…1.0%という結果でした。市内全体の集計もほぼ同じ傾向でした。パンのみの7.6%を全校生徒数に換算すると約34人、1クラス平均2～3人です。家庭からの弁当以外で昼食をすませている人の全校合計は、12.6%（約56人）で、1クラス平均で4～5人いるということがわかりました。全クラスの調査ではありませんが、せっかく昨年度から始まった中学校弁当の利用者がこの期間に調査をしたクラスで1人もいなかったというのは、とても残念でした。

パンやおにぎりは栄養バランスが×

菓子パンは糖質と脂質の固まりです。エネルギー源にはなっても、ビタミンやミネラルやタンパク質などの身体に必要な栄養素は全くと言っていいほどありません。おやつと一緒に。おにぎりは、パンよりは栄養素が含まれていますが、栄養バランスという点では偏った食べ物です。成長期の中学生の昼食がおにぎりだけだったり、おにぎりとおパンだけというのは望ましくありません。成長期に必要な栄養バランスとカロリーを考えた主食と主菜と副菜で構成されている中学校弁当をぜひ利用していただきたいと思います。

食事は満腹になればOKではありません。身体づくりのため、健康な生活のためには、食事の内容が大切です。栄養バランスが偏った食事では、集中力がなくなったり、貧血・めまい・倦怠感（だるい）など、日常生活への影響もあります。身体と健康のためには、栄養バランスの取れた食生活が大切です。



校内にたくさんの樹木（県民まちなみ緑化事業）



年明けから、校内でたくさんの樹木の植栽工事が行われています。1月20日（月）には、植樹式を行いました。これは、兵庫県の補助による「県民まちなみ緑化事業」として行われているもので、正門付近、正門の両側、北校舎とフェンスの間、芝生広場、体育館周り、中庭などに高木・中木・低木あわせて数百本の植栽を行うことになっています。

統合前の大庄東中学校は、花と緑がいっぱいの学校でした。今回植えた樹木が大きく育つには何年もかかりますが、大切に育てて昔の大庄東中学校のような風景が復活してほしいと思います。植栽工事は、2月上旬までの予定です。（文責：校長 福井 隆夫）