



日退教和歌山新聞

日本退職教職員協議会和歌山
日退教和歌山
640-8114 和歌山市船場町16
日教組和歌山内
TEL 073-436-6820

ご挨拶

会長 宮本 修介

新年明けましておめでとうございます。
今年こそ皆様方に幸多かれと
お祈り申し上げます。



How Resilient Are You?

あなたはどれほどしぶといですか？

楠見東小学校 中島 俊之

私は、十数年前から、人権学習をワークシヨップ(参加体験型学習)で行う研修に数多く参加してきました。その中でも興味深い資料があったので紹介します。アル・シーバートという人が書いた「あなたはどれほどしぶといですか？」という冊子です。差別や人権侵害を受けた時に、この「しぶとさ」が発揮できたらしいのというような議論をしたと思います。

今の世の中は、以前に比べ多様化、複雑化し、とてもストレスのかかる社会になってきたように感じるので、私たちの世代もこの「しぶとさ」を身に付けたいなと思ひ、投稿しました。

ここでいう「しぶとさ」のメリット

○思ってもみなかった困難に、あなたはどのように向かうでしょう。健康でしぶとい人は、ストレスに対する抵抗力を持っており、厳しい経験から価値のあることがらを学ぶものです。彼らは、大きな挫折を経験しても、ときには前よりも強くよみがえります。
○しぶとい人々は、傷ついたり悩んだりしていても、状況を好転させるための方法がみつかるだろうと思っています。彼らは自分を信じており、犠牲者となり/他者を非難するような対応ではなく、困難から学び/問題に取り組みよう

私もこれまでたくさん挫折を味わい、悩んできましたが、ここに書かれているような気持ちにはなかなかありませんでした。時間の経過とともに気持ちを切り替え、乗り越えてきたように思います。

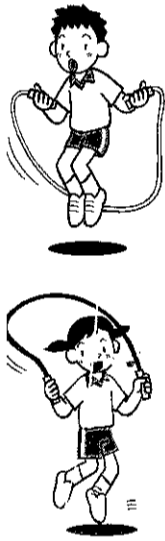
◎クイズにチャレンジしましょう

次の①～⑭の問いについて、自分を1・2・3・4・5のいずれかの得点で評価してください。
(1ほとんどそうでない。 5非常にそうである。)

- ①変化にはすぐ適応する。とても柔軟だ。
- ②楽天的で、困難な状況も今だけだと思ふ。ものごととは良くなると思っている。
- ③新しい状況を愉しみ、ユーモアを持って、自分を笑い、にっこりできる。
- ④好奇心が強く、ものごとを尋ねたり、事物の働きを知りたがる。
- ⑤自分や他者の経験からいつも学んでいる。
- ⑥問題を予想してこれを避ける。もしも問題が起こったらそれに取組む。
- ⑦複雑な心理状態(信頼と不信、楽観的と悲観的など)に快適さを感じる。
- ⑧自信を持ち、健康なセルフイメージを愉しみ、仕事に対してプロ意識を持っている。
- ⑨よい聞き手である。よい共感のスキルを持っている。たいていの人々(問題のある人々でも)に対して善悪の判断をしない。
- ⑩大きな課題に対して創造的な解決方法を思いつき、問題を解くための方法を発明する。直感や予感を信じている。
- ⑪失敗から回復するさいに生じる心情面を管理する。他者に助けを頼める。
- ⑫耐久力があって、困難な時期に前進しつづける。曖昧で不確実でたごたごたした状況にあっても他者に対して安定した影響を及ぼす。
- ⑬これまでに難しい経験をしたときに、いつそう強くまたより良くなってきた。
- ⑭不運を幸運に変える。

〔得点〕

- 60～70点・・・とてもしぶとい
- 50～60点・・・普通よりしぶとい
- 40～50点・・・だいたいいい
- 30～40点・・・格闘している
- 30点以下・・・助けが必要だ



私のおすすめ「日帰り・1泊旅行」

(読者の方の投稿をお待ちしています。)

<第1回目> 「大和葛城山」 (生駒・金剛山系の一つ。つつじの山でも有名)

おすすめの行程

- ・車で、ロープウェイ葛城登山口駅駐車場まで(電車の場合は近鉄御所駅からバス)。
- ・ロープウェイで葛城山上駅。徒歩15分で「かつらぎ高原ロッジ」
- ・山頂はそこから10分くらい。山頂付近は草原で大阪平野、奈良盆地が一望。
- ・ロッジの鳴鍋が絶品(他の選択もあり)。地酒も!!
- ・1泊もよし、日帰りもよし。
- ・健脚自慢の方は登山ルートも何か所か。
- ・帰りによければ「水平社博物館」へもどうぞ。

※1回目は書き方の例として事務局が担当しました。
次回からはみなさんの投稿をお願いします。

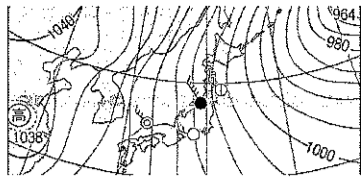
かつらぎ高原ロッジ



新企画

・次ページのクロスワードパズルは、会員と繋がるために企画しました。多数ご応募ください。気が向いたらひと言添えてください。自慢話・ぼやき・失敗談・作品・私的ニュース・人生訓・感動したこと・仲間の活躍等々。新聞に載せさせていただきます。マンネリ化を避けたいと思います。

事務局編集部



寒いのはいいことなのかな?

日退教和歌山新聞

日本退職教職員協議会和歌山
日退教和歌山
640-8114 和歌山市船場町16
日教組和歌山内
TEL 073-436-6820

クロスワードパズルが日退教新聞に登場!

すべてのマスを埋めてください。別紙解答用紙で事務局へ「郵送」「FAX」「メール」等でお送りください。
抽選で正解者20名様にクオカード500円分を送らせていただきます。(応募〆切は、2月10日)

(注 日退教和歌山の幹事の方の応募はご遠慮ください)

①	②	③	④		⑤	⑥
⑦					⑧	
⑨				⑩		
	⑪		⑫			
⑬				⑭	⑮	
		⑯				
⑰			⑱			

<ヨコのカギ>

- ①「めでたさも 中くらいなり おらが春」江戸期の俳人。
- ⑦「〇〇一路」山本有三の小説にも。「モリカケサクラ」は正反対。
- ⑧フランス語で「yes」のこと。
- ⑨東京都文京区にある天神さんの名前。「お蔭主税」を思い出す。
- ⑩神本美恵子さんに代わって「古賀〇〇〇」さんが参院選に。みんなで応援!!
- ⑪醤油の町といえば和歌山の・・・
- ⑬鋭い嘴と爪。鷹、コンドル、フクロウなどはこのグループ。
- ⑮山里の古い家。おしゃれ感覚で静かなブーム。
- ⑰過ぎ去った昔。
- ⑱ツバメの別名。

<タテのカギ>

- ①肩まではつからない入浴の仕方。のぼせず温まる。
- ②紀伊は紀州、和泉は泉州、播磨は?
- ③長く「クレヨンしんちゃん」の声を担当。声優。
- ⑤つまりお金のこと。円、ドル、ユーロ・・・。
- ④キューバの音楽。日本では「コーヒー〇〇〇」がなじみ
- ⑤脅すこと。射撃の時は空へ向けて。

④数量は多くてもこれが伴わなきゃねえ。

⑥「〇〇〇〇人を待たず」こちらの都合はお構いなしに時は・・・

⑫本来は仏教の言葉なのに「避けてください」とコロナ対策で毎日聞かされ・・・

⑬「さいちゅう」と書く和菓子。

⑮脅すこと。射撃の時は空へ向けて。

<解答者> お名前 【 _____ 】
ご住所 郵便番号 【 _____ 】 【 _____ 】

<解答の送り先>

郵 送 : 640-8114 和歌山市船場町16 グリーンパル内 日本退職教職員協議会和歌山(日退教和歌山)

Fax : 073(436)6757

メール : nittaiyowakayama@crest.ocn.ne.jp メールの場合は、用紙をスキャンしPDFにして添付ファイルで送る。

訃 報

長田 美幸 様

昭和8年2月16日生

令和3年9月29日逝去 88歳

昭和25年3月 和歌山県立星林高等学校修業

昭和27年3月 大阪音楽高等学校卒業

昭和29年3月 大阪音楽短期大学第2学年卒業

略 歴

昭和29年4月～ 和歌山市立明和中学校教諭

昭和33年4月～ 和歌山市立西和中学校教諭

昭和38年4月～ 和歌山市立河北中学校教諭

昭和40年4月～ 和歌山市立東和中学校教諭

昭和50年4月～ 和歌山市立伏虎中学校教諭

昭和56年4月～ 和歌山市立西和中学校教諭

平成2年3月退職(勲奨)

グランドゴルフ大会開催しました

2021年10月19日(火)

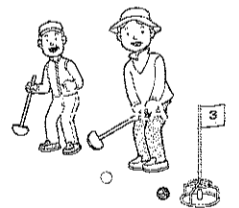
1位 福塚 弘子さん

2位 三木 正邦さん

3位 南方 栄三さん

☆ホールインワン賞 福塚さん・神前さん

大勢での行事が中止になる中、屋外での行事ということで実施しました。初参加を含めて19人が参加しました。年度の行事ですが仲間と会えるのを楽しみにたくさん参加してくれます。体力がなくても楽しく行えます。懐かしい面々、久々に会うのもいいですよ。未参加の方は来年ぜひ参加してください。お待ちしております。



次号で
総会・幹事会・会計について
案を出します。

(広告) 外国人に日本語を教える機会が増えています。これからもっともっと!

仕事として、ボランティアとして...

日本語教師の資格を取りませんか!

えびす日本語教師養成研究センター

・現在キャンペーン中で395,000円 さらに日退教関係者ならさらに100,000円割引

・日退教和歌山にも3万円還元

・学校は大阪玉造駅前。でもオンライン受講が可能で講座の多くは自宅でもOK。

・問い合わせ、見学申し込み等は Tell 06(4309)5615 HPはセンター名で