

# コミュニティスクール「熟議体験」が行われる

遠野市教育委員会では、市内の小・中学校に、国が進めている「コミュニティ・スクール」を導入する方向で準備を進めており、その一環として、地域教育協議会での「熟議体験」が各地区で行われています。

松崎町では、9月27日（月）に地教協や未来協、区長、民児協、PTA、そして地区センター職員32名の参加のもとで熟議を体験しました。

## ★コミュニティ・スクール 熟議とは

### “参考”コミュニティ・スクール

コミュニティ・スクール（学校運営協議会制度）は、学校と地域住民等が力を合わせて学校の運営に取り組むことが可能となる「地域とともにある学校」への転換を図るための有効な仕組みのことをいいます。学校運営に地域の声を積極的に生かし、地域と一体となって特色ある学校づくりを進めていこうとするものです。

### “参考”熟議

目標共有や課題解決を目指すときに有効な話し合いの手法。多くの当事者（関係する地域住民等）がテーマを基に「熟慮」と「議論」を重ねていくものです。

この日の熟議体験は、岩手県教育委員会の社会教育主事の進行で行われ、参加者をグループに分けて行われました。各グループでは、「子どもたちに『郷土の誇り』と『夢』を育むために私たちができること」をテーマに、子どもたちの未来を見据えた自分の意見を出し合う様子が見られました。これから、松崎の未来を担う子どもたちの将来について、学校やPTAだけではなく松崎町民みんなで考え、行動を起こしていきましょう。



コミュニティ松崎

編集・発行  
 ◇松崎町未来づくり協議会  
 ◇松崎地区センター  
 松崎町白岩字薬研淵一番地三  
 電話 62-2885

## コロナ禍の手荒れにご注意を ～保湿ケアで皮膚のバリア機能を守る～

### 手荒れの放置はウイルスや細菌が付きやすい

感染症対策で手洗いやアルコール消毒をする機会が増える中、手荒れが気になるという方も多いと思います。寒くなるこれからの季節は特に、乾燥による手荒れの悪化が心配されます。手荒れを放っておくと、角質層に隙間が出来てしまい、ウイルスや細菌が隙間に付着しやすい状態になってしまいます。

### 手荒れの悪化で手洗いや消毒がおろそかに

手荒れが進むと、手洗いやアルコール消毒の時に、しみて痛くなります。これが原因で徐々に手洗いや消毒がおろそかになると、新型コロナウイルスなどの感染症対策が不十分になり、健康を害する恐れがあります。

### 保湿ケアで皮膚のバリア機能を守る

皮膚の表面の角質層は、皮脂膜によって守られています。しかし、手洗いやアルコール消毒の回数が増えると、皮脂膜が徐々に失われ、回復も追いつかなくなります。そして皮膚の水分が蒸発し、角質層が乾燥して、隙間ができてしまうのです。

手荒れを防止するためには、こまめな保湿ケアで皮膚のバリア機能を守ることが必要です。



### 保湿ケアの方法

- <ハンドクリーム等による保湿>
- ①クリームを第1関節分くらいにたっぷりと取る。
  - ②手のひらで温め、肌になじみやすい状態にする。
  - ③指先まで丁寧にマッサージしながら塗り込む。  
（爪の周りは乾燥しやすいので念入りに。）
- <保湿のタイミング>
- ・手洗いや消毒のあともまめに行う。
  - ・手を使わない夜の時間、睡眠時間を有効に使うとよい。通気性のいい手袋をして寝るのも効果的。



### 赤みやひび割れがひどい時は受診を

手荒れが悪化し、かゆみ、赤み、ごわつきなどの症状のある時は、ひどくなる前に早めに受診しましょう。

たかが手荒れと侮ってはいけません。手洗いやアルコール消毒は感染症予防対策の基本ですので、手荒れにより不十分になることは避ける必要があります。毎日頑張ってくれている自分の手。丁寧な保湿ケアで労わる時間を作り、全身の健康を保ちましょう。