



55 No. 351

令和4年10月号

茂原市教育委員会
茂原市青少年指導センター
〒297-0023
茂原市千代田町2-8-20
相談電話 0475-22-0080
一般電話 0475-22-4466
FAX 0475-22-0080

～ みんなで運動しよう! ～

「〇〇の秋」と言えば何を思い浮かべますか。厳しい冬に備えて、栄養分をため込んだ食材が食卓を華やかに彩る「実りの秋」。涼しく快適な天候は、じっくりと作品を鑑賞し制作に取り組むのに絶好な「芸術の秋」。秋の夜長にひとり本の世界と向き合う「読書の秋」。過ごしやすい天候は、運動を行うのにも最適。小学校では運動会が行われるなど、様々なイベントが全国で開催される「スポーツの秋」。

さて、10月10日は「スポーツの日」です。つい最近までは、「体育の日」という名前でした。なぜ「体育 → スポーツ」に変わったのでしょうか。

1964年の東京オリンピックの開会式が行われた10月10日を1966年に「体育の日」と定め、国民の祝日になりました。そして2020年、東京オリンピック・パラリンピックの開催を機に「スポーツの日」に変更されました。他にもスポーツ庁が新設され、2024年の国民体育大会（国体）から国民スポーツ大会（国スポ）に変更されます。「体育」は学校で行われる授業のイメージが強いですが、「スポーツ」はそれよりも広い意味を持っており、自発的に運動を楽しむことが目的の一つです。

スポーツの日



強制されるのではなく、自発的に運動に親しむためには、それ自身が楽しくて長く続けられる運動がおすすめです。例えばランニング。心拍数が120～130回/分くらいのきつくないスピードで、20分以上続けると良いでしょう。体脂肪は20分以上の有酸素運動で燃焼し始めるので、ダイエットにもおすすめです。また、ランニングをしていると、普段の生活では気付かなかった地域の光景を見ることができます。毎朝、決まった場所ですれ違うランナーやウォーキングの人。公園に集まって元気にラジオ体操をしている人。朝練に向かうやる気に満ちた中高生。お米が炊けた甘い朝食のにおい。彩り豊かな四季折々の草花。そんな光景を、運動しながら楽しむことができます。ほどよいからだの疲れと共に心もすっきり。ランニング以外にも、ウォーキングや水泳、テニスやサッカーなどの球技でも構いません。自分の好きな運動を、好きな音楽を聴きながらでも、または気の合う仲間と一緒に、週3回20分以上の運動を心がけて、スポーツを楽しみましょう。

茂原市は、全国的なオンラインスポーツイベントである「オクトーバー・ラン&ウォーク 2022」に参加しています。10月の1か月間、スマートフォンの専用アプリを活用して、ウォーキングの歩数やランニングの走行距離を様々なランキングで競うイベントです。茂原市にお住まいの方が期間中にウォーキングやランニングを行うと、茂原市のランキングにも集計されます。

詳しくはイベント公式ウェブページをご確認ください。

QRコード→



青パト通信 ～「密」でなくとも青春～

『青春ってすごく密なので。（仙台育英・須江監督の甲子園優勝インタビューより）』

コロナ禍でいろいろな事に制約を受けて生活している私たちですが、先日の運動会でこんな光景を目にしました。「借り人競争」で、感染症予防のため直接手を取り合うことがないように、ルールを工夫しながら真剣に競技していました。その姿は、みな楽しそうでした。はたして、密を気にしないでも済む運動会はいつになるのか…。そんな嘆きを吹き飛ばす、中学生の熱心な姿に感動した一日でした。





『あなたをささえます』



【一生を笑顔で暮らせる願いを込めて・・・】

茂原市青少年補導員連絡協議会、富士見中ブロック研修が行われました

9月14日(水)富士見中学校にて、児童養護施設 獅子吼園 施設長 佐藤 健太 氏を講師に迎え、研修会が行われました。主な内容は ①児童養護施設のこと ②子どもの権利のこと ③養育のこと ④子どもの虐待死のこの4点についてであり、詳しい資料を基にご講義いただきました。

「茂原で児童虐待死を発生させない」という想いが強く伝わってきました。講義の後には学校間の情報交換も行うことができ、充実した研修の時間となりました。佐藤様、お忙しい中ありがとうございました。

延期されていた他の中学校区の研修会も、今後実施の予定です。



青少年の補導・相談状況 不審者情報 令和4年8月18日～9月17日まで掲載

《補導状況》 41人

自転車の乗り方について				バイク	その他	
並進	二人乗り	右側通行	ノーヘル	ノーヘル	帰宅指導	たまり
23	2	2	1	2	6	5

《相談状況》 4件

学校生活	迷惑行為	その他
1	1	2

《不審者情報》 4件

月/日	時間	場所	概要	その他
9/12	17:20	中の島公園	「何年生?」「ちゃんとしないと」と言って、児童のシャツをズボンの中に入れてながら、児童の下半身を触り、中をのぞき込んで下着を見た。	40～50代 男性 全身黒色の服装
9/13	15:15	酒盛橋付近 (アスモ付近)	「こんにちは!」「お名前は?」と聞かれ、応えずにいた。しばらくすると立ち去った。	40代男性 やせ型 黒髪(短髪)身長170cmくらい
9/15	15:30	本宿下踏切～ 折戸踏切の道路	「写真を撮らせて」と声をかけられた。児童の後ろをついてきて、一人の男子のカバンを引っ張った。男子は転び、起き上がったところを2人の女性に頬をくっつけられ写真を撮られた。折戸踏切まで後ろをついてきた。	20～30代女性 外国人 髪は黒と茶色 黒いズボン
9/16	15:00	新茂原幼稚園	男性が、幼稚園のフェンス越しに園内を覗いていたため、職員が声をかけると急に逆上して怒り出した。	20代 男性

◎これまでの不審者情報については、茂原市HP「わが街ガイド」に掲載しています。

QRコードを読み込むと、わが街ガイドのサイトにアクセスすることができます。



◆ 相談窓口 ◆

悩んだら 悩み始めたら 話してスッキリ 1人で悩まないで!
家庭生活 学校生活 いじめ 不登校 非行 何でも相談してください。

茂原市青少年指導センター相談窓口

○ 電話相談 0475-22-0080
(平日9時～16時30分)

○ メール相談

seishonen@city.mobara.chiba.jp

