



じゅうく。

19歳、未来が動き出す。

### 町営塾「じゅうく。」スタッフ紹介

高校生の学びと挑戦をサポートする6名のスタッフを紹介します

連載 No. 02 / 12  
Date. 2021.05



Saki Takahashi

#### 塾長 | 高橋 沙希

千葉県生まれ。学生時代に国際ボランティアサークルを立ち上げ、途上国に学校を建設。東京のコンサルティング会社での豊富な経験を経て、2016年冬に「じゅうく。」の立ち上げメンバーとして着任。



Daiki Hayakawa

#### 教室長 | 早川 大輝

埼玉県生まれ。筑波大学国際総合学類にて、教員免許(中高英語)を取得。若手県西和賀町で高校魅力化プロジェクトの立ち上げを経験。



Taichi Miyazaki

#### 宮崎 泰地 NEW

福岡県生まれ。九州大学共創学部在学中。地元の団地再生プロジェクトに携わり、ボランティア団体の立ち上げを経験。



Taiki Takakura

#### 高倉 大希 NEW

兵庫県生まれ。大阪教育大学国語教育専攻にて、小・中・高の教員免許を取得。その後、地元神戸市の小学校で教員を3年間経験。



Sumire Onozaki

#### 小野崎 すみれ

東京都生まれ。お茶の水女子大学に在学中。震災遺児・孤児を支援する団体の学生代表や子どもたちの居場所づくりの企画などを経験。



Sei Sasaki

#### 佐々木 誠

神奈川県生まれ。明治大学国際日本学部在学中。アメリカシアトルへの1年間の留学や、フィリピンでのボランティア活動を経験。



全国各地から集まった個性豊かなスタッフたち! 中高生の見学も可能です。お気軽にお問い合わせください!  
See you next month! お問い合わせ先 町営塾「じゅうく。」 ☎ 22-3163

※先月号の連載 No.01 の中で、松山大学の記載が「国公立」となっていました。正しくは「私立大学」です。訂正してお詫言いたします。

## 季節の風景 5月

こがつびょう  
五月病

新年度の4月には、入学や就職・異動・一人暮らしなど新しい環境への期待とやる気がある反面、その環境に適応できないで、焦りやストレスを感じて気持ちが落ち込む状態をいいます。不眠や疲労感・食欲不振・やる気が出ない・人との関わりが億劫などを訴えることが多いようです。



「五月病」は正式な医学用語ではなく、精神の不安定状態をいう語です。元々は大学新入生が5月の連休明け頃から急激に無気力・無関心になることから名付けられました。時期は5月に限らず、また、中学生・高校生や新入社員にもみられます。主な原因として、受験など極度の緊張感からの解放や新しい学校・職場に対する失望、新たな目標の喪失などがあげられます。通常は一過性ですが、うつ病や自律神経失調症に陥ったり、消化器系の症状(下痢・吐き気など)がみられる場合もあるそうです。

気分転換をしてストレスをためないようにしましょう。没頭できる趣味をしたり、以前の環境の友人と会ったりするのも良いかもしれませんね。

## 今月の

### 人たちの 関わる人の人生の一部になれる看護を!



おくむら なの  
奥村 奈生さん

奥村さんは今年の新成人で、現在、帝京大学福岡医療技術学部看護学科の3年生。卒業後は帰国して看護師になるか養護教諭になるか思案中。「実は、ドクターヘリに乗る(フライトナース)にも憧れていますが、かなりの難関で、前提としてナースとしての実務経験を5年積まなければなりません」



▲目標に向かって実習の日々!!

高校時代と、極度の体調不良に見舞われ、思い悩む日々を送りました。幼い頃から陸上競技に打ち込んできた奥村さんは、小学生の時にはすでに全国大会を目指す選手として活躍。「中学校では全中、高校ではインターハイ」という目標を当たり前のようにつけていました。しかし、体調不良により「全ての歯車が狂ってしまった」、学校に行くのがやっと」という状況に陥ってしまいました。「中学校では友だちみんなが暖かく支えてくれて、何とか陸上競技を続けることができました」そして高校へ。高校でも体調不良を抱えながら陸上競技を続けようとしたのですが、やはり自分の思うようにはいかず暴自棄になっていたそうです。通院を余儀なくされることもあった日々の中で、奥村さんは一人の看護師に出会います。「その方は、診療補助だけではなく、私

のしんどい気持ちを深く聞いてくれ、日常生活の援助をしてくださいました。本当にありがたかったです。それが看護師を目指すきっかけになりました。体調も完全に戻った今、大学で学びながら「心に響く看護」というか、関わる人の人生の一部になれる看護を提供したい」と考えています。それは、中学、高校と苦しいので、今はマラソンがとても楽しいのだとか。

「苦しんだ過去が糧になっていく」とはつきり言える強さを身につけて、看護師という「激務」に挑もうとする奥村さんを、心から応援したいと思います。

## 清流保全パートナーズ協定締結 4月8日に4者で締結式

4月8日、四万十町役場において、株式会社四万十ドラマ、一般社団法人いなかパイプ、高知県、四万十町の4者で「四万十川清流保全パートナーズ協定」の第2期協定締結式を行いました。本協定は、平成30年3月27日に第1期の協定を締結しており、今回はその協定期限を迎えたことから第2期として締結しました。今後は協定に基づき、株式会社四万十ドラマの四万十川流域の良さを流域の子どもたちに伝える活動に貢献したいというご意向のもと、「しぼりたてモンブラン」の売上の一部を寄付を受け、いなかパイプで寄付金を活用して十川中学校での環境学習を行っていきます。

## 東京2020オリンピック聖火リレー 窪川市街地周辺で開催される

4月19日、窪川市街地周辺の約2キロのルートで、東京2020オリンピック聖火リレーが開催されました。1年越しとなった聖火リレーでしたが、新型コロナ対策も行われつつ、華やかで壮大なムードの中、10名の聖火ランナーが窪川市街地周辺を駆け抜け、聖火を繋ぎました。四万十町から聖火ランナーに選ばれた伊井野太志さん(詳しくは四万十町通信4月号で紹介)は最終ランナーを務め、終始笑顔で走りきりゴール。次の舞台となった四万十市へと聖火は繋がれていきました。

