

A friend in need is  
a friend indeed.  
(困った時の友こそ真の友)

Triangle

令和4年 3月11日  
富江中学校 第20号  
校長 山上 福範

### オンライン表彰



地域共生政策自治体連携機構が主催する「認知症への理解をテーマとする作品」において、川本さん（3年）が**最優秀賞**を受賞し、表彰されました。作文を紹介します。

#### ★「共に頑張る」

「認知症になったらどうなるのだろう？」と私は認知症という単語に触れる度、考えていた。

先日、認知症サポーター養成講座を受け、認知症は新しい記憶からなくなっていくのだと判明した。それはタイムスリップを経験するようなものだと思えていたが、その内家族のことも忘れてしまうのは、本人にしかわからない苦痛だと思った。

後日、介護職員として働く母に認知症について尋ねた。「認知症って大変？」と漠然とした質問だったが、母は丁寧に答えてくれた。「食べたことを忘れる人」「夜中に何度も起きて動きまわる人」など様々な人がいるそうだ。これらの人を講座の内容に当てはめていくと、認知症の症状であることが分かった。

対策については、鍵をかけて行動を制限することはできず、話を合わせて誘導することが基本だと教えてくれた。最後に再度、認知症は大変なのか質問すると「大変だけど一番つらいのはその人だから」と言われ、自分が少し恥ずかしくなった。

母の話をもとに認知症の人に対して、自分ができることは、心のケアだと考えた。病は気からという言葉があるように、心が沈んでいては、症状の悪化も早まるらしい。そうならないためには、周囲の協力が必要不可欠だ。もちろん、あからさまにというわけではなく、さりげなくということが大切だ。

次に、社会ができることは関心を持つことだ。認知症は目に見えてわかるものではない。マタニティマークのように、自分が認知症であるというマークを付けるのは気が引ける。だからこそ関心を持ち、優しく対応ができるようにすれば、誰もが安心できる社会になると思う。



現在は、各地で認知症についての講座が行われていたり、インターネットを使って調べることができる。難しいことだと考えず、関心を持つことをしてほしい。

認知症になれば、おそらく家族も好きだったことも忘れてしまうだろう。しかし、私はなぜかそれを怖いとは思わない。これから、さらに認知症について掘り下げ、それらを発信していきたい。「頑張れ」ではなく、「共に頑張れる」社会をつくっていきたい。

★認知症の人や家族を支援する「**認知症サポーター**」の養成講座受講生は、市内で3,794名（**小中高校生540**）。誰もが安心して暮らし続けることのできる地域づくりが進められています。

## 5分間走ランキング



体育で取り組んでいる5分間走の年間ランキングを紹介します。

### ★年間累計走行距離

#### <1年女子>

1位	草野	54,840m
2位	野口	52,015
3位	岩田	46,310
4位	有川	46,034
5位	坂本	45,650

#### <1年男子>

1位	川末	56,450m
2位	道脇	55,385
3位	岡崎	55,201
4位	山田	54,525
5位	富永	53,135

#### <2年女子>

1位	川中	53,990m
2位	小畑	53,132
3位	出口	52,748
4位	山本	52,340
5位	福山	51,200

#### <2年男子>

1位	宮崎	59,755m
2位	川上	59,640
3位	堀口	59,315
4位	古井	59,280
5位	芳野	56,925

#### <3年女子>

1位	丸山	63,695m
2位	富永	62,995
3位	山田	62,063
4位	北川	61,091
5位	宮崎	60,531

#### <3年男子>

1位	柿脇	79,140m
2位	川邊	78,645
3位	野口	77,150
4位	設楽	71,710
5位	松山	70,220

### ★体育館ベスト記録

#### <女子>

1位	草野	1,350m
2位	小畑	1,320
3位	川中	1,310
	富永	1,310
5位	山本	1,305

#### <男子>

1位	柿脇	1,560m
	宮崎	1,560
3位	古井	1,550
	堀口	1,550
5位	設楽	1,490

### ★伸び(体育館)

#### <女子>

1位	富永	90m
2位	川辺	50
	松山	50
4位	坂本	30
5位	田橋	20

#### <男子>

1位	大平	510m
2位	竹嶋	280
3位	田口	190
	設楽	190
5位	芳野	130



「継続は力なり」を体現する結果です。体力・気力の充実のために走り続けた成果が記録の伸びに現れています。