

「アサーション」という言葉をご存じですか？

アサーションとは、自分の権利も相手の権利も尊重（自分も相手も大切に）しながら、自己を表現しコミュニケーションすることをいいます。

例えば、失敗した人に対して、理由や言い分など聞く余地もなく頭ごなしに叱責をしたとします。



攻撃的な自己表現
自分のことを中心に考え、相手のことはまったく考えないやり方です。自分の気持ちを抑えることなく表現して、相手の気持ちは考慮していないので、相手は不快な思いをします。また、怒鳴ったり威圧的な態度で表現するだけでなく、どんなに優しい口調で言ったとしても、相手に選択の余地のないような状況で頼み事をするなど、巧妙に自分の欲求を押し付けて、相手を操作して自分の思い通りに動かそうとする態度も攻撃的な自己表現と言えます。

非主張的な自己表現
自分の感情は押し殺して、相手に合わせるようなやり方です。例えば、いつも友人に雑用を頼まれて嫌なのに、はっきりと断れずに引き受けてしまう態度のことです。このような態度は一見すると、相手を配慮しているようにも見えますが、自分の気持ちに率直ではなく、相手に対しても率直ではありません。自分の気持ちを抑え続けていると、次第に欲求不満がつのり、相手に対して「譲ってあげた」という恩着せがましい気持ちや、「人の気も知らないで」と

いう恨みがましい気持ちになってしまうことがあります。

適切な自己表現の方法
自分の気持ちや考えを相手に伝えるが、相手のことも配慮するやり方、自分も相手も大切にしたいやり方です。しかし、どんなに適切な自己表現をしたとしても、それが相手に受け入れられてもらえないと制限が厳しく、お互いが率直な意見を出し合えば、相手の意見に賛同できないことも出てくるでしょう。そのときに、攻撃的に相手を打ち負かしたり、非主張的に相手に合わせたりするのではなく、お互いが歩み寄って一番いい妥協点を探ることが大切だといえます。

春は進学や就職、職場の異動などで、新しい出会いが増える季節です。新しい出会いや人間関係は、時としてストレスを招くことがあると言われています。特にストレスになるのは、相手に自分の言いたいことが言えなかったり、逆に言い過ぎてしまったという場面ではないでしょうか。まず、自分が日頃接している家族、友人、職場などでどういった自己表現をしているか考えてみましょう。

自分も相手も認めあい、人権感覚豊かな暮らしをめざしましょう。

交通遺児育成基金のご案内

【基金のしくみ】 交通遺児育成基金制度は、自動車事故で亡くなられた方の残されたお子様が、損害保険会社などから支払われる損害賠償金・保険金等の中から、拠出金を交通遺児育成基金に払い込んで基金に加入すると、これに国や民間からの援助金を加えて安全・確実に運用し、お子様が満19歳に達するまで育成給付金を支給していく制度です。

【加入できるのは】 自動車事故で亡くなられた方のお子様で、満13歳未満の方。

【拠出金は】 損害賠償金などの中から、遺児1人あたり、加入年齢に応じて次の金額を、基金に払い込んでいただきます。

【給付月額】 加入した月の翌月から満19歳に達した月まで、年齢に応じた次の月額の育成給付金が3か月ごとにまとめて支給されます。

加入年齢	拠出金	加入年齢	拠出金
0～4歳	700万円	10歳	525万円
5歳	665万円	11歳	485万円
6歳	630万円	12歳～12歳6か月未満	455万円
7～8歳	595万円	12歳6か月～13歳未満	430万円
9歳	560万円		

【給付金総額】 最終的に受け取る育成給付金の総額は、加入した時の年齢によって異なりますが、おおよそ次の金額になります。

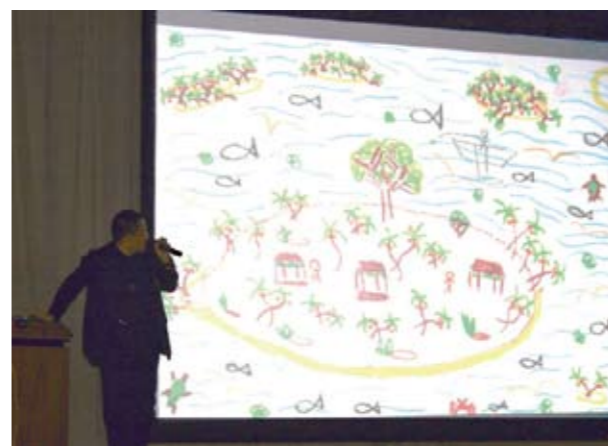
年齢	給付月額
0～6歳	32,000円
6歳1か月～9歳	40,000円
9歳1か月～12歳	45,000円
12歳1か月～15歳	55,000円
15歳1か月～満19歳	70,000円

(育成給付金は、拠出金等を取り崩しながら支給されますので、加入者が満19歳に達したときの返還金はありません。)

加入年齢	受取総額
0～2歳で加入	990～1,070万円
3～5歳で加入	870～950万円
6～8歳で加入	740～840万円
9～10歳で加入	640～690万円
11～12歳で加入	500～580万円

お問い合わせ先

財団法人交通遺児育成基金 (☎0120-16-3611)
三好市子育て支援課 (☎72-7648)



▲ 土田光子さん(左上) 桂あやめさん(右上)
山本敏晴さん(下)

2月、3月に人権教育に関する講演会を開催いたしました。たくさんの方々の参加をいただきありがとうございました。3人の講師さんそれぞれの体験を通しての公演でとても時間が短く感じました。

その中でアンケート調査にご協力いただいた方の感想文を掲載させていただきます。

- 2月12日 井川町人権教育推進講座 井川中学校体育館 NPO法人宇宙船地球号 山本敏晴さん
- 2月27日 三好市人権教育振興大会 池田総合体育館 大阪府八尾市曙川中学校 土田光子さん
- 3月1日 三野町人権教育推進講座 三野町公民館 落語家 桂あやめさん

山本敏晴さん感想

私 は今まで、電気を節約したり、そんなことで地球を救うことができるだろうか、と少し疑っていたし、私だけが頑張っても何も変わらないだろうとあきらめていました。でも、今回の講演で、無関心であることがどれほどおそろしいことを学びました。これからは「知っている」を「している」に変えていきたいと思えます。

講演の内容はほとんどこの講演が私からすると考えられないことでした。寿命が34歳しかないことも、小さな子どもが戦争に行かなくてはいけない

ということも、子どもを売ってお金にするということも、すべてに驚きました。そう考えると日本に住んでいる人たちは本当に幸せだと思いました。

日 本人のしてきたことが、ツバルやシエラレオネという国に大きな影響を与えてきたことを思うと胸が痛む。無関心でいることは人殺しよりも恐ろしいという言葉は衝撃的。

愛 の反対は憎しみでなく無関心、本当にそのとおりだと思います。1つからでもできることを実践していきます。

相 手の気持ちを考えすぎず、行動ができない。若いころに比べ、自分の考えや思いに従って、こうすれば相手のためになるという策に従って行動のできるようになった今は、おぼちゃん(いい意味での)になったと思えます。教師は授業で勝負する、うわべだけの授業ではなく、先生のように血の通った授業を創っていきます。

桂あやめさん感想

す ばらしい正しい感性を持つたれ、実行されている先生に出会うことは大変心が豊に安らぎを感じます。視点、感覚を正しく持てる大きな先生が多く育つ事を待っています。

最 後まで引き込まれてお話を聞かせていただきました。実践に裏うちされたお話は感動をよびおこします。私は小学校教員ですが、今日の感動を忘れずに明日からの教育実践に励んでまいりたいと思います。

苦 しい人がある限りそのことを忘れることなく、ずっと語りつぐこと、取り組んでいくことが大切なんだと気づかされました。

N HKドラマの「ちりとてちん」のモデルにもなっているということもあり、たくさんのかたがたが早くから来場され、あやめさんの講演、落語を聞きました。さすが落語家、ユーモアあり笑いありの内容、あつという間の2時間でした。

平成19年度の人権教育講演会を終えて、たくさんの方々のご参加、ご協力をいただき、内容の濃い講演会が開催できたと思えます。

平成20年度も今回寄せられたアンケート調査に基づき、事務局も頑張っていきたいと思っております。

新着図書紹介

〔一般書〕池田図書館

私の男

著者：桜庭一樹

優雅だが、どこかうらぶれた男。一見、大人しそうな若い女。狂気にみちた愛のもとでは善と悪の境もない。暗い北の海から逃げてきた父と娘の過去を、美しく力強い筆致で抉り出す著者の真骨頂



〔児童書〕井川図書館

ほら みてみて

著者：花之内雅吉

はちみつかけたホットケーキ食べるの。あ〜ん、ぱく。ほら見て見て。お口いっぱい。ああ、おいしい。大きく開けたお口の中に、ホットケーキや魚が覗く、おいしくて楽しい絵本。



池田図書館

〔一般書〕母の作法／辰巳渚 ■女の旅したく／岸本葉子 ■形とくらしの雑草図鑑／岩瀬徹 【児童書】雨の動物園 私の博物館／舟崎克彦 ■森は生命の源／宮脇昭 【絵本】リサとサンタクローズ／アン・グットマン ■絵本佐賀のがばいばあちゃん／島田洋七

井川図書館

〔一般書〕そうか、もう君はいないのか／城山三郎 ■国家論／佐藤優 ■いい言葉は3日で人生を変える！／池田恵観 【児童書】おももり こもり てんこもり／藤真知子 ■ごきげん あかちゃん／宮崎清 ■風をおいかけて、海へ！／高森千穂

新着図書は上記以外にもありますので、各図書館にお問い合わせください。

図書館だより

池田 ☎72-2781 井川 ☎78-4311

5月の行事予定

- おはなし会〔池田図書館〕
期日：10日・24日・31日
時間：午後2時30分～午後3時
- おはなしひろば〔井川図書館〕
期日：10日・24日
時間：午前10時30分～午前11時
- みどりのおはなし会〔中央公民館3階和室〕
期日：17日
時間：午後2時30分～午後3時30分

5月の休館日

- 池田図書館 3～6日・12日・19日・26日・27日
- 井川図書館 3～6日・12日・18日・19日・26日

巡回配本日程（5月）

- 7日 井川-井内小
三野-芝生小太刀野分校・王地小
- 8日 山城-政友小・山城総合支所・大野小
- 9日 西祖谷-西岡小・櫛生小（団体貸）
東祖谷-東祖谷郷土文化保存施設
山城-ラピス大歩危
- 13日 三野-芝生小（高学年）・芝生小（低学年）
- 20日 池田-川崎小・旧大利郵便局・白地小
- 21日 池田-三縄駅・三縄幼稚園・三縄小
- 22日 池田-西山小・マナヅル文化ホール・馬路小
- 23日 池田-箆蔵幼稚園・萩田商店前・佐野小

★ 詳しい日程は池田図書館にお問い合わせください。

5月の教室開設日

教室名	開設日	場所
脱メタボリック <i>New</i>	14	池田総合体育館
ママと子どものタッチセラピー <i>New</i>	1・15 ※先着順	池田総合体育館
ヨーガ月曜コース <i>New</i>	12・19・26	池田総合体育館
ヨーガ月曜コース	1・15	池田総合体育館
フラベリックステップアップ	19	池田総合体育館
ボクササイズ	19	池田総合体育館
一般バドミントン	10・24・31	池田総合体育館
グラウンドゴルフ	14	池田総合体育館

※ 講師の都合で日程が変更になる場合があります。

教室名	開設日	場所
肩こり予防&リフレッシュ体操	2・16	池田総合体育館
民舞	9・23	池田総合体育館
社交ダンス	10・24	保健センター
キッズ&ジュニアスポーツプログラム		
Jrバレー	12・19・26	池田総合体育館
ヒーロー養成教室バレーボール	8・15・29	池田総合体育館
キッズサッカー	後日連絡	池田小・新山
カワイげんきアップたいそう体操教室	後日連絡	池田総合体育館

今年も、健康やかなまづくり、元気な市民のお手伝いを準備しています。



20年度会員募集！お早めにお申し込みください。 いけだスポーツクラブ ☎72-5755

チャレンジデー 2008

今年も実施します！
今年こそ勝ちたい、チャレンジデー！

実施日 **5月28日（水）**
対戦相手 **雲南市（島根県）**

三好市民が一丸となって取り組むイベントです。人口規模がほぼ同じ市区町村間で、午前0時から午後9時までの間に、15分以上継続してスポーツ等身体活動を実施した住民の参加率（%）を競う住民総参加型のイベントです。三好市全体がフィールドです。

4月 HAPPY BIRTHDAY お誕生日おめでとう!



三野 **1才**
三木 望々花 ちゃん

三野 **1才**
大浦 誠之介 ちゃん

池田 **2才**
山下 雄大 ちゃん

井川 **2才**
仲村 真奈 ちゃん

山城 **2才**
藤川 駿 ちゃん

三野 **2才**
北田 悠人 ちゃん



池田 **3才**
脇 彪蔵 ちゃん

井川 **3才**
藤丸 彩香 ちゃん

池田 **2才**
山口 よつは ちゃん

池田 **3才**
樽角 竜二 ちゃん

池田 **3才**
上野 暁 ちゃん

5月生まれのお子様（1歳～3歳）募集中！

お名前、住所、誕生日、電話番号をご記入のうえ、写真を三好市秘書広報課までお送りください。5月号の締切は4月20日です。

★ 写真はトリミングします。また写真は返却できませんので、ご了承ください。

★ デジカメ等の場合は、データを秘書広報課まで直接お持ちになるか、Eメール (koho@city.tokushima-miyoshi.lg.jp) でお送りください。