

ウォームビズの実施について 実施期間 平成29年3月31日(金)まで 重ね着をしたり、ひざ掛けを利用するなど、節電を行いながら温かく過ごしましょう。 市役所庁舎では3月31日まで、暖房時の室温を19度に設定しウォームビズを実施しています。 環境対策室 ☎63・7492

短所は長所

「昨日観たDVDが、すごく面白かったん」
家に遊びに来ていた小学校1年生のおいっ子が、私に話し掛けてきました。

「何の映画？」と聞き返すと、「インサイドヘッド」っていう映画で、頭の中の『ヨロコビ』『イカリ』『ムカムカ』『ビビリ』『カナシミ』の5つのキャラクターが、ライリー(主人公)を幸せにするために毎日がんばるねん」と映画の内容を話し始めてくれました。

その映画を観たことがなかった私は、おいっ子の説明を聞いて、「私は『ヨロコビ』だけではないわ。そして、毎日楽しいことばかりではないな」と深く考えずに、感想を言いました。

するとおいっ子は、「子どもは悪いこともたくさんするから、大人が『イカリ』の感情をもってちゃんと怒らなアカンねんで。『ヨロコビ』ばかりじゃ子どもはいい子になれへんで」と言葉を返してきたのです。さまざま感情をコントロールすることで人は成長することを、子どもなりに映画から読み取っていることに、私は正直びっくりしました。その夜、この映画についてインターネットで調べてみました。『ヨロコビ』は、前向きでいつ



も明るく、中心的存在。『イカリ』は、自分にも他人にも厳しく怒りっぽい。『ムカムカ』は、せっかちで嫌いなものは遠ざける。『ビビリ』は、いつも怖がっているけれど、恐怖や危険を察知する能力は飛び抜けている。『カナシミ』は、ネガティブでマ

ひまわり No. 440



～人権尊重をくらしのなかに～
ご意見は人権・男女共同参画推進室(☎63・7909)へ

イナス思考：…と説明されているものがありません。説明を読んだ私は、「やっぱり『ヨロコビ』が一番」と思ったのですが、以前に学んだ「短所は長所」ということを思い出しました。

しました。

たとえば、「引っ込み思案」は「慎重派」「せっかち」は「活動的」など、見方を変えれば短所はたちまち長所になります。映画に出てくる感情たちの特徴も同じです。一面だけを見て判断してしまった私は、おいっ子に「気づく・考える」時間をもりました。

この映画をゆっくりと鑑賞して、映画に登場する感情たちの長所や、主人公の心の成長などについて、おいっ子と話をしてみようと思います。

次号予告

ふるさと納税特集

「地域資源とアイデアで稼ぐ事業を作る講座」参加者募集

非営利組織でも、活動を持続性のあるものにするためには、運営資金を稼ぐことが必要です。事例紹介とワークでコツを学びます。

日時 12月17日(土) 午後1時～4時
場所 市民情報交流センター(希中央5)
対象 NPO団体・市民活動団体・地域づくり関係者・企業・行政・興味のある人はどなたでも
講師 中川悠さん(株式会社きびもく/NPO法人チュラキューブ代表)
定員 30人 ※先着順
申込 12月16日(金)までに、電話で問い合わせ先へ
☎ 市民活動支援センター ☎63・5325

田舎の味おばあちゃん講座 みそづくり受講者募集

日時 平成29年1月9日(祝)～16日(月)のいずれか
半日講座 ▼午前の部 午前9時～11時30分
▼午後の部 午後1時30分～4時
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
対象 市内在住の人 参加費 2,400円
定員 各日各部12人 ※申込多数の場合は抽選
申込 11月26日(土)から12月2日(金)(消印有効)までに、往復はがきに「みそづくり希望」、参加希望日(午前・午後の別)、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて問い合わせ先(〒518-0492 鴻之台1-1)へ
※1人1枚で申込(複数の希望者の明記は無効)
☎ 農林資源室 ☎63・7129

映画「森聞き」上映会開催

日本のごく一般的な高校生が、山村に住む森の名人たちの人生や技の聞き書きを通して、未来への不安を乗り越えていくドキュメンタリー
日時 12月18日(日) 午後1時～3時5分
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
入場料 500円 ※当日受付。先着100人
☎ しぜん・ふしぎ・ワンダーランド(福田) ☎68・3642

「みんなで作ろう!アイシングクッキー」参加者募集

クッキーの表面を砂糖などでデコレーションするアイシングクッキーをみんなで作ろう!
日時 12月18日(日) 午前9時30分～正午
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
対象 市内在住の人 ※小学生以下は保護者同伴
定員 20人 ※申込多数の場合は抽選
参加費 300円 ※3歳未満無料。当日徴収
申込 12月3日(土)までに、住所・氏名・性別・年齢・連絡先を書いて、ファクス(65-5288)か、はがきで市民活動支援センター(〒518-0775 希中央5-19)へ

☎ 世代間交流事業実行委員会(竹岡) ☎090・1236・1523

小林芳郎水彩画個展 チャリティー展開催

日時 11月24日(木)～27日(日) 午前10時～午後5時(初日は正午から、最終日は午後4時まで)
場所 イオン名張店3階リバーナホール(元町)
※チャリティー展の収益金は、市内小学校の「特別支援学級」の子どもたちに寄附します。

☎ 小林 芳郎 ☎63・3667

名張市健康づくりポイント制度 「名張ケンコウマイレージ」が試行運用中

健康増進につながるイベントなどに参加し、ポイントを貯めると、とれたて名張交流館の「旬の野菜」お買い物券がもらえます。お得な健康づくりをはじめませんか?

ケンコウマイレージの流れ

- ①参加用紙(エントリーシート)を入手しよう
各対象イベントおよび市役所の窓口(健康・子育て支援室、保険年金室)で参加用紙(エントリーシート)を手に入れてください。
※市ホームページからも出力可能です。
- ②ポイントを貯めよう(5ポイントで応募可)
12月末までに開催する対象イベントに参加してください。※1イベントにつき1ポイント
- ③お買い物券に交換しよう
5ポイント貯まった参加用紙をイベント会場の応募箱への投函、または市役所へ郵送か持参してください。とれたて名張交流館「旬の野菜」500円分のお買い物券を送付します。
※平成29年1月16日(日)必着

ポイントがもらえる主なイベント

- 奈良県立医科大学 市民公開講座
講演「気になる脳の病気の予防法～がん・脳卒中・認知症～」
日時 11月26日(土) 午後1時30分～4時
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
- 医療介護フェスタ
内容 講演「在宅医療を学ぼう ～人生最後を家で過ごすために～」
日時 12月4日(日) 午後2時～3時30分
場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)

◎その他にも期間中に開催する対象イベントがあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。か、問い合わせ先へ

☎ 健康・子育て支援室 ☎63・6970



名張ケンコウマイレージ

