



PTAおやこあんぜん会

発行／(公財)富山県PTA親子安全会 編集／広報委員会

富山市舟橋北町7-1 富山県教育文化会館内 TEL (076)433-2094 FAX (076)433-2096 E-mail anzenkai@ch.mbn.or.jp



いあらさう

公益財団法人富山県PTA親子安全会

理事長
松嶋
浩一

「法」により本会のPTA共済事業が認可されました。

り公益財団法人への移行認定を受け、会の維持と発展に努めているところであります。

この度、平成二十五年四月一日より、PTAとして全国初の「公益財団法人富山県PTA親子安全会」が発足しました。富山県下の全小中学校のPTA活

動中の安全・安心を守ることも
に、広く富山県民を対象とした
公益事業を展開しております。

五十四年四月富山県PTA親子安全互助会として産声を上げました。永い歴史の中で平成八年十二月に財団法人富山県親子安

今会が設立されましたが、この大きな流れの中で平成十八年に保険業法の改正があり、

全国の互助会組織が存続の危機に立たされていたなか、平成十二年に国会で審議可決された「PTA・青少年教育団体共済



平成二十五年度事業計画

- 共済金の給付
 - P T A活動中等の災害に関する医療見舞金・後遺障害見舞金・死亡弔慰金の給付、ゲストティーチャー・学校支援ボランティア・学校安全パトロール隊・子ども一〇番の家の災害に対する特別見舞金の給付
 - 就学奨励金の給付
 - 小学校奨励生若干名
 - 中学校奨励生若干名
 - 安全教育研修会の開催（開催地区）
 - 魚津ブロック
 - 氷見地区
 - 砺波地区
 - 講演会の開催
 - 会報の発行
 - 年三回発行
 - 啓発案内書の発行
 - 事業報告書、リーフレット
 - 視聴覚教材の貸出し
 - 健康と安全、食生活等のDVD・ビデオの貸出し
 - 損害賠償保険の給付
 - 香典の給付
 - P T A活動中の災害に關係なく、所属しているP T Aごとに香典を給付
 - 東海北陸P T A安全互助会・情報交換会の開催

脳を知り・脳を育み・脳を鍛える

医学博士 東北大学教授 川島 隆太 氏



睡眠）と深い眠りを繰り返して朝を迎えます。発達期の子どもは、夜十時には深い眠りの状態になつていないと、体を大きくし免疫機能を高める働きのある「成長ホルモン」を十分に利用することができません。

さらに、脳はREM睡眠の際に日中に行つた経験や学習の内容を整理整頓し、記憶に書き込んでいます。

徒つて、睡眠時間が減ると、REM睡眠の回数が減り、脳の復習の回数が減ることになります。その結果「睡眠時間

講師には「脳トレ」でお馴染みの東北大学教授、川島隆太氏をお迎えしました。川島氏は「研究で得た新しい知恵や知識は、社会に直接還元しなければならない」ということをモットーとして活動されています。そして、生活習慣

た。

講師には「脳トレ」でお馴染みの東北大学教授、川島隆太氏をお迎えしました。

最初に「睡眠」に関しての分かり易くお話ししていました。お話しがありました。

人間は、浅い眠り（REM

返信しないと仲間はずれにならぬまま枕元に置くとい

る」ということが、電源を切らぬまま枕元に置くとい

暴挙に繋がっています。

そして、記憶の脳として有名な海馬の体積は睡眠時間と正相関することがはつきりと判っています。睡眠時間が短い子どもは、海馬が小さいまま大人へと成長します。子どもに夜更かしさせることは、「子どもの将来の可能性を狭める行為」なのです。

次に「朝ごはん」についてです。

脳に必要なブドウ糖を代謝してエネルギーを作るには、ビタミンやミネラル、必須アミノ酸が必要であり、パンや

逆に、睡眠時間が長すぎると場合も問題です。通常は八時間程度で十分ですが、それ以上の睡眠時間を必要とする場合、何らかの阻害要因が考えられます。

今や、睡眠を阻害する要因は小学生にも広がっている携帯電話やスマートフォンが挙げられます。「メールをすぐに

お話しがありました。

朝食では、それらを補うことできず、食べたことにならないそうです。「朝ごはんにしつかりとおかずも食べないと脳は十分に働かない」ということでした。



おにぎり等の炭水化物だけの朝食では、それらを補うことできず、食べたことにならないそうです。「朝ごはんにしつかりとおかずも食べないと脳は十分に働かない」ということでした。

非常に衝撃的なお話でした。が、これらは全て科学的に証明されています。家庭での生活習慣が脳の発達に大きく関係していることに気付かれました。

今、子どもたちの為に何ができるのでしょうか？親である私達が一步前に踏み出すことが大切なのではないでしょうか。

見過ごす生活に危険信号

当たり前と

見過ごす生活に危険信号

一、コンビニなど深夜の子ども連れ回しは大切な睡眠を奪い、虐待に値する。

二、親は安心？深夜遅くまでの受験勉強は人生の無駄遣い。

三、朝ごはんにおかずも食べないと馬鹿になる。

四、脳科学で実証された早寝・早起き・朝ごはんは人生全てに影響してしま

う。

会員の皆さまの安全・安心をサポートする身近な会として、より信頼性の高い事業を展開してまいります。

編集後記

編集後記

公益財団法人に移行して初めての広報紙を無事発行し、お届けできることになりました。

今後も広報紙を通じて親子をサポートする身近な会として、より信頼性の高い事業を展開してまいります。

安全会の役割・事業内容について、より分かり易くお伝えできるよう努めます。皆さま方のご意見・ご要望をお寄せください。



もうすぐ夏休みです

