

爽風市川通心

爽やかな風が私たちの街と心を吹き抜けていく Vol.156

プログラミング教育は成功したのか

2020年から、小学校でのプログラミング教育の必修化が始まりました。この「プログラミング教育」ですが、2012年から新学習指導要領に基づいて、中学校での「プログラムによる計測・制御」が必修化され、それが次第に小学校にまで拡大されたというのが実情です。

【プログラミング教育の背景】

プログラミング教育が始まった背景のひとつとして、情報のグローバル化に対応する人材を育てることが挙げられています。経済産業省の発表では、2020年に36.9万人、2030年には78.9万人ものIT人材が不足するとされており、IT関連のビジネスが今後ますます拡大していく中で、さらに不足するであろうIT人材を速やかに育成しなくてはならない状況となっています。

さらに、教育指導要領の中で、プログラミング教育の目的は「プログラミングのスキルを身に付ける」ことはも

ちろんですが、小学校の段階においてプログラミング教育を活用することははっきりと示されています。

【プログラミング的思考とは?】

シンプルに表現すれば「目的を達成するために物事を順序立てて考えること」であり「結論を導き出して計画的に実行する考え方」のことを言います。

プログラミング思考を実践できるようになるためには、論理的思考・創造性・問題解決能力・行動力がそれぞれ必要となりますが、ただ考えるだけでなく、予測しながら実行する、このことによって様々な経験を積み重ねる中で、プログラミング的思考を身に付けることができる期待されています。

また、プログラミング的思考を身に付けることにより、さまざまな問題に対応していく力や積極性を身に付けることも可能とされています。

実際、諸問題に直面して心が病んで命を絶ってしまう若年層が年々増加する中で、プログラミング的思考法さえ

あれば、さまざまな方法を検討して最善の行動をとることができるというのが国の標榜していることです。

【プログラミング教育のもたらしたものの】

このプログラミング教育に真っ先に取り組んだ国は「インド」で、現在、世界屈指のIT大国となり、各国のIT企業はインドに本拠地や作業拠点を置き、最先端の技術を活用しながらビジネスに精を出している状況です。

実はこの状況、敗戦から立ち直って勤勉に復興に励んだ結果、世界屈指の経済成長を遂げた、昭和40年代の日本と同じなのです。その日本が、今はインドに学ぼうとしているこの事実をどのように受け止め行動するか、かなりスケールの大きな課題と言えます。



健康そうだん室

心因性発熱

心身の休息をとり予防に努めることも可能

心因性発熱は、ストレスが原因とな

って起こる発熱のことを言い、別名では「機能性高体温症」とも呼ばれています。心因性発熱を分類すれば、炎症性

とストレス性の2種類に分かれ、それぞれの治療の方法が異なります。

●心因性発熱の実態

2013年に全国で実施された原因不明の発熱について研究調査が行われましたが、その結果によると、121名の患者のうち、3名が心因性発熱と診断されました。この数を多とみるか少ないとみるかは個人の判

断によりますが、実際のところ心因性発熱の発症年齢は子どもから大人まで幅広いものがあります。

特に子どもの場合は、高熱になりやすい傾向にあります。これは成長期の子ともゆえに、発熱機能が大人に比べて発達していることもあり、些細な刺激でも体温上昇の機能が大きく作用するためです。

●心因性発熱のメカニズム

心因性発熱は、その発熱の原因に細菌やウイルスは一切関係がなく起こるストレス性の体温上昇現象なのです。

自律神経の高ぶりが激しくなったことで、体温調節機能が暴走し、結果的に発熱に至るものですから、風邪の症状をもたらす物質を生産しません。

●心因性発熱の治療

その原因を根本から解消するために、心理療法が用いられる場合が多いです。これは、精神安定剤や抗不安剤を処方することで、自律神経の高ぶりを抑制し、その結果心因性発熱のリスクを軽減しようとするものです。もし、既に発熱を発症していた場合でも、これらの薬を用いたり、患部を冷やしたりするなどの方法によって症状を改善することができます。あわせて、心身の緊張をほぐすために、ぬるめのお風呂に入るなど、さまざまな対処法があります。



■暮らしのたより■

外壁のお手入れで住まい長持ち！

外壁塗装には、建物を美しく見せるだけでなく、外壁そのものを「守る」という大切な役割があります。塗り替えなどのお手入れを定期的に行えば、住いを長持ちさせられます。外壁の塗り替えには、大きく二つの目的があります。一つは、建物の美観を保つこと。そしてもう一つが、外壁を保護することです。塗装には、外壁の劣化原因である雨や紫外線をブロックする役割があるため、塗り替えにより建物の耐久性を高められます。外壁は10年毎に塗り替えるのが一般的とされていますが、住いの環境によっては、もっと早く塗り替えが必要になることもあります。外壁の劣化を示すサインはいくつかあります。わかりやすいのは「色あせ」と「チョーキング」です。色あせは、日光や雨がよく当たる場所で起こりやすく、防水機能が低下しているサインです。一方のチョーキングは、外壁を手で触ったときにチョークのような白い粉がつく現象で、色あせが進むと塗装の劣化がかなり進んでいることを示します。また、地震などの影響で、塗装ではなく外壁そのものにひびが入ることもありますので、ひび割れが見られたら、早目に補修をして雨水の侵入を防ぐことが大事です。外壁の傷みや塗装の劣化は自分では気がつかないこともありますので、定期的にプロに点検してもらうと安心です。

かんたん レシピ！

菜の花とアサリの煮浸し



材料



【4人分】

菜の花 …… 1束	[A]
アサリ（むき身） …… 150g	和風だし汁 …… 150cc
椎茸 …… 2枚分	薄口醤油 …… 大さじ1弱
生姜汁 …… 1かけ分	味醂 …… 少々
塩 …… ひとつまみ	* * * *
* * * *	* * * *

菜の花と言えば、独特のほろ苦さから春の訪れを感じさせてくれるもの。葉や茎の色ができるだけ鮮やかで、切り口がみずみずしいものを選ぶとよいでしょう。

そんな菜の花とアサリを煮浸しにしたレシピです。和風の優しい味付けにしています。

多めに作っておけば、お酒の肴になりますし、お弁当につめて入れても華やかでいいですね。

①菜の花は流水で洗ってから固い部分は切り落としておく。鍋に水、塩ひとつまみを入れて沸かし、さっと茹でる。茹でる際は根元から加え入るとよい。菜の花はザルにあげて、たっぷりの流水で手早く冷まして色止めをする。②菜の花は冷めたら3cmの長さに切っておく。

③椎茸は軸を切り落とし、汚れをふき取っておき、薄切りにしておく。椎茸がなければシメジやエリンギでも代用できる。

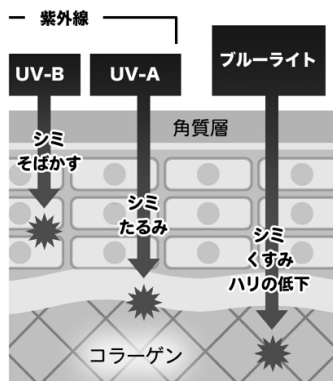
④鍋に[A]の和風だし汁、薄口醤油（濃口醤油の場合、量を減らして塩少々を足す）、味醂を加え入れて煮たてる。煮立ったらアサリ、椎茸、菜の花、生姜汁（皮をこそげ取ってすりおろしたもの）を加えてさっと煮る。アサリは殻付きであれば3%ほどの塩水で砂抜きしてから身だけにしておく。

⑤鍋の煮浸しの味を見て足りなければ醤油、塩などで調味する。火からおろしたら器に盛り付ける。汁ごと入れるとよい。

【ポイントメモ】アサリはむき身の用意で調理がはかどります。



ビューティー サロン



お肌とブルーライトの関係

スマホやパソコン、テレビなど、身の回りのものから発せられるブルーライト。目の疲れの原因とされることが多いですが、お肌への影響はご存じですか？実は紫外線のUV-Aに近い特徴があり、お肌のハリと弾力を司る部分である真皮層にダメージを与えることで、シワやたるみの原因になるともいわれています。また、お肌をサビつかせるともいわれる活性酸素を発生させることで、シミの原因にもなり得ます。これらを予防するためにも、ブルーライトカットの画面保護シールを使用したり、寝る1時間前にはスマホを見ないようにしたりなどの工夫を。抗酸化効果のあるビタミンCやポリフェノールが多く含まれる食べ物を取り入れるのもおすすめです。



■お客様の施工現場から■

1階の陸屋根からの雨漏り改修工事/八幡 T様邸

築約25年、建坪50坪の木造モルタル2階建てのお住まいで、約20年程前からお付き合いが始まり、今迄、屋根葺き替え、外壁塗装等の外装工事から、室内各所の改修工事まで、お住まい各所の工事のご依頼を頂いてまいりました。そして、今回は、建物1階のダイニングキッチンの陸屋根から雨漏りが続いているため見て欲しいとのご依頼がありました。そこで、状況を拝見しに伺いましたところ、1階の陸屋根の排水溝に大量の枯れ葉類が堆積し、降水時には、雨水を排水する排水口も詰まらせ、屋根の各所の隙間から室内に雨漏りが発生していたことが判明しましたので、お客様には、陸屋根全体の改修が必要、とのご提案をさせて頂き、工事に着手させて頂くことになりました。そして、まず、陸屋根の上面全体を解体しましたところ、内部木材の大部分が雨水による湿気で腐食しており、これらの腐食した木材を全て取り払い、新しい木材に取り替え、更に、下地の防水シート張り、FRP防水塗りにて約1週間の全ての作業を完了させて頂きました。このたびの改修工事にて、お客様の住いの環境も改善し、これからも安心、快適にお過ごしになれることと思われま

つづき

エムエスホームの佐原です。いつもお世話様になります。早春を控えてはありますが、まだまだ朝晩は冷え込みも厳しく、三寒四温の今日この頃です。

先月末に春の到来を確かめたいと、休みの日を利用して、南房総の鋸南町保田に足を運びました。

この地域では例年今頃になりますと、早咲きの頼朝桜(むかし源頼朝が伊豆で戦に敗れこの地に逃げのび上陸したことから頼朝桜と呼ばれている)や菜の花、梅の花も見頃を迎え、多くの見物客が遠方から足を運んでおりました。

また、今回立ち寄りました観光のスポットは「道の駅保田小学校」と呼ばれ、近年の過疎と少子化により廃校した小学校を地域の振興に役立てるよう、整備改修した観光モデル施設でした。

そして、この施設は、一般の「道の駅」同様、飲食店での食事や特産品の購入で楽しむことができますが、最大の特徴は、改装した教室に宿泊し入浴もできるため、一般のグループ旅行や団体の研修サークル活動等にも十分利用できる、今までにないユニークな施設との印象が残りました。これから全国各地にもこのような施設が増えていく傾向にあるように思われました。

建築職人組合 市川支部

- 発行： 有限会社エムエスホーム
- 編集： 佐原正男
- 住所： 〒272-0824
市川市菅野 4-18-27
- フリーダイヤル： 0120-541-209
- TEL： 047-323-2280
- FAX： 047-323-2285
- URL： <http://www.ms-home.com>
- e-mail： ms-home@din.or.jp



代表の佐原です。地元のお客様へ最適なリフォームの提案とサービスの提供に努めております。お住まいのことで、お困りな際には、どうぞ、お気軽にご相談、ご用命ください。

エムエスホームの概要

商号：有限会社エムエスホーム

設立：平成9年8月1日

許可：千葉県知事建設業許可

(般-17) 第42746号

営業内要：大工工事、内装・水廻り、
屋根・外壁塗装、バリアフリー、
耐震補強工事、その他小工事

所在地：市川市菅野 4-18-27

電話：047-323-2280

フリーダイヤル：0120-541-209

ホームページ：<http://www.ms-home.com>