



2月・3月行事予定

〔さぬき市〕

○クラブ対抗団体バドミントン大会  
とき 2月4日(日)

○ミックスダブルステニス大会  
とき 2月18日(日)

○2024みろくマラソン大会  
とき 3月3日(日)

○さぬき市近隣交流ソフトバレーボール大会  
とき 3月3日(日)

○ゴルフ大会  
とき 3月10日(日)

○ふれあいサッカー大会  
とき 3月17日(日)

○さぬき市スポーツ協会事務局  
☎(0879)26・9974

実施要項

〔寒川地区〕

○第48回寒川地区卓球大会  
日 時 3月3日(日)  
8時30分受付、8時50分開始

参加資格  
①寒川地区内在住者  
(学生、生徒、児童も可)

参加料  
①分団対抗の部  
②個人の部

申込方法  
2月22日(木)までに寒川地区  
体育協会にお申し込みください。

申込場所(月曜休館)  
寒川農村環境改善センター  
事務所(090)1325・5726

○寒川地区卓球教室  
日 時 2月10日(土)～3月2日(土)  
毎週土曜日20時～22時

会場  
神前体育館

申込方法  
不要 ※小・中学生の参加は必ず  
保護者等の送迎をお願いします。

持ち物  
体育館シューズ

〔問〕大風愛 ☎(090)1325・5726

〔問〕大風愛 ☎(090)1325・5726

★ ★ English Time! ★ ★

「アルビノ」って知ってる？

Hello! My name is Aydrian Shores. I teach English in Sanuki City.

こんにちは！私の名前はエイドリアン・ショアーズです。さぬき市で英語を教えています。

I would like to talk about a condition I have called “Albinism”!

私は「アルビノ」についてお話します。

Albinism is a genetic condition that causes me to have very light skin, hair, and eyes.

アルビノは、肌、髪、目の色が非常に薄い遺伝的疾患です。

For example, I was born with blonde hair, blonde eyelashes, and hazel eyes!

例えば、私はブロンドの髪、ブロンドのまつげ、ヘーゼル色の目を持って生まれました！

This is because I have very little melanin.

これはメラニンが少ないからです。

Melanin is a special pigment in your body. People with more melanin usually have darker skin, hair, and eyes than people with little melanin.

メラニンとは体の特別な色素で、メラニンが多い人は、メラニンが少ない人よりも肌、髪、目の色が暗くなります。

But not all people with Albinism are the same!

しかし、アルビノの人がすべて同じというわけではありません。

Not many people know about albinism, so Please share this information with your family and friends!

アルビノについて知っている人は少ないので、ぜひご家族やご友人にこの情報を共有してください！



〔問〕学校教育課 ☎(0879)26-9972

「HSC」子育て！

「HSC」とは、生まれつき敏感で繊細な  
子どものことを指します。

「繊細さん・敏感さん」と言われる大人は「HSP」子どもは「HSC」と  
言われます。これは生まれつき持つ性格的な特性で、アメリカの心理  
学者エイレン・アーロン博士によって名付けられました。

全人口の5人に1人が該当し、人よりも刺激に敏感で、疲れやすくなってしま  
う大人や子どものことです。HSP・HSCは「特性」であり、病気や障害とは別の  
心理学的な概念なので、治すべきものでも、直るものでもありません。

アーロン博士は、HSP・HSCには「DOES(ダズ)」という4つの特徴があると言っています。

- D** 物事の考え方が深い  
(Depth of processing)
- O** 刺激に敏感である  
(easily Overstimulated)
- E** 共感しやすい  
(Emotional responsiveness)
- S** 感覚が鋭い  
(empathy and sensitive to Subtle stimuli)

HSCとは、上記の4つすべてに当てはまるのが条件です。そして、同じHSC「繊細で  
敏感な子ども」でも、どのような刺激に影響を受けやすいかは違ってきます。



どう接したらいい？具体的な対処法

子どもの話を聞いてあげる

失敗したときは、強い口調で叱らないで

本人のやり方やペースを尊重しよう

具体的に相手にしてほしいことを伝える

健康管理を大切に

自己肯定感を伸ばすような経験をさせよう

HSCとは、障害でも病気でもなく、生まれもった子どもの  
個性です。どんな特性を持っていようとも、子どもの個  
性を認めること。その個性に合わせて接してあげることが  
必要ではないでしょうか。親がありのままの子どもを認  
めて、受け入れてあげること。それが一番、子どもが健や  
かに成長する土台になっていくのではないのでしょうか。

😊 家庭教育が人生のカギ 😊

〔問〕生涯学習課 ☎(0879)26-9974