

# わかの京都

2020 臨時号  
(中学・高校生版)

公益社団法人 京都府青少年育成協会

京都市上京区出水通油小路東入丁子風呂町 104-2 京都府庁西別館  
Tel 075-417-0602 Fax 075-417-0603  
E-mail kpyda@cello.ocn.ne.jp  
URL <http://kyoto-seishonen.or.jp/>



## 未来につなげる「きょうと★Smile(スマイル)」メッセージ

出来ることからやってみよう!

### 新しい生活様式と「ウイズコロナ」

「新型コロナウイルス感染症」の流行で長い間学校が休業となり、友人や先生とも会えない日々が続きましたが、その間どのような日常を過ごされましたか。どうしていいか分からずに戸惑ったり、なぜかモヤモヤするといったことはありませんでしたか。

今年はいつもより短い夏休みですが、「ウイズコロナ」って何? 家族、クラス、地域の一員として自分が出来ることは何? などについて、この「わかの京都」も参考にしながら、家族や友人、先生、地域の人などともいろいろ話し合い、一人で出来ること、皆で力を合わせて出来ることなどを考えてみてください。

そして、元気に二学期を迎え、いろいろな制約がある中ですが、学業や部活などに積極的に取り組まれることを期待しています。

公益社団法人 京都府青少年育成協会

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント!

～暑い夏です。熱中症には、十分に気をつけましょう。～

### ■屋外で人と2m以上離れている時

・熱中症を防ぐためにマスクをはずしましょう。

### ■マスク着用時は

・激しい運動は避けましょう。  
・のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。

### ■暑さを避ける

・涼しい服装をし、日傘や帽子を活用しましょう。

### ■エアコン使用中

・こまめに換気をしましょう。  
(窓とドアなど2か所を開ける。扇風機と換気扇を併用する)  
・換気後はエアコンの温度をこまめに再設定しましょう。

### ■暑さに備えた身体づくりと日頃からの体調管理

・無理のない範囲で適度に運動(毎日30分程度)を行いましょう。  
・毎朝の定時の体温測定と健康チェックをしましょう。  
・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養しましょう。

\* (環境省・厚生労働省(熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に [https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness\\_pr.php](https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_pr.php)) を参考に(公社)京都府青少年育成協会で作成)



出典:環境省・厚生労働省 [https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness\\_pr.php](https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_pr.php)

《目次》 P1 ◇未来につなげる「きょうと★Smile(スマイル)」メッセージ 『出来ることからやってみよう!新しい生活様式と「ウイズコロナ」』

◇「新しい生活様式」における熱中症にならないために!!

P2 ◇「ウイズコロナ社会の中で新しい生活をしていくために」

P3 ◇京都府警察本部からのメッセージ

P4 ◇京都府立青少年海洋センターからのお知らせ

◇京都府教育委員会の掲示板

◇会員団体 information

◇相談窓口一覧

### ～新型コロナウイルスにかからないように、感染症対策をしっかりとしましょう～

#### ◆一人ひとりの基本的感染対策◆

～感染防止の3つの基本～ ①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。
- 会話をする時は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時や屋内での会話では、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。(夏場は、熱中症に十分注意する)
- 人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替えて、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて、水と石鹸で丁寧に洗う。

～移動に関する感染対策～

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。



#### ◆日常生活の各場面別の生活様式◆

＝買い物＝

- 1人又は少人数ですいた時間に
- 計画をたてて素早く済ませよう
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

＝娯楽、スポーツ等＝

- 公園は、すいた時間、場所を選ぼう
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔をもしくは自宅で動画を活用
- すれ違う時は、距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋では長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離がオンライン

＝公共交通機関の利用＝

- 会話は控えめに ■混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

＝食事＝

- 持ち帰りや出前、デリバリーも ■屋外空間で気持ちよく
- 対面ではなく横並びで座ろう ■料理に集中、会話は控えめにしよう

#### ◆日常生活を営む上での基本的生活様式◆



＝イベント等への参加＝

- 接触確認アプリ(COCOA)の活用を
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない。

\* (厚生労働省「新しい生活様式」の実践例 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000641743.pdf>) を参考に(公社)京都府青少年育成協会で作成

### ～京田辺市立大住中学校ー温かい気持ちと感謝の気持ちへー

『フェイスシールド』3年生の保護者の方から、『フェイスシールド』を約30セットの寄贈があり、必要に応じて使用することにしました。

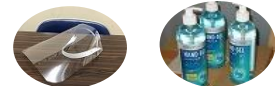
『アルコール消毒液』2006年度の卒業生の方から、アルコール消毒液を2ダース(24本)寄贈があり、校内健康診断時に使用する予定です。

アルコール消毒液と同封されていた手紙の一部を紹介します。

「…現在は、東京で仕事をしている自分ですが、このコロナウイルスで騒がれているご時世、母校の後輩たちに何か少しでも自分ができることはないかと思い、今回、アルコールタイプのハンドジェルを誠に勝手ながら送らせていただきます。…一緒にこの苦境を乗り越えましょう！また、帰省した際、地元で元気な姿でお会いできることを楽しみにしています。2020年6月1日」

『木津川病院(城陽市)』生徒(2年生)が木津川病院に、手作りのフェイスシールド50セットを寄贈し、院長先生から「お礼(生徒へ)の手紙をいただきました。手紙を本人に渡したところ「臨時休校中に自宅で作成し、医療従事者の方に届けたくて、友達家族が勤めている木津川病院へ寄贈した。」ということでした。

自分自身で判断し、実践した社会貢献が、評価され感謝されることはとても素晴らしいことです。このようなエピソードは、どこか心が温まったり、ほっとした心になったり、心が癒されます。みなさんの善意の心に感謝いたします。



### ～南丹市立園部中学校生徒会～

新型コロナウイルス感染症の関係で自分たちに何か出来ることはないかと考え、新型コロナウイルス感染症から私たちを守るために最前線で闘っていただいている医療従事者の皆様へ、感謝の気持ちを込めて応援のメッセージを作成しました。

一人ひとりが出来る感染症予防及び拡大防止に向けた取組をしっかりと行うことで貢献していきたいと考えています。

\*この活動は、南丹市教育委員会の呼びかけで、市内の小中学校で取組まれました。

### ～福知山市立大江中学校生徒会～

生徒会では、福知山市民病院が新型コロナウイルス感染症患者の受け入れ病院であることを知り、対応にあたる医師や看護師の方にメッセージ(感謝・応援)を伝えることを決めました。

学校が再開した20日に生徒と教職員がハート形のカードに「いつも危険と隣り合わせの中、一生懸命働いてくださってありがとうございます」などや「手洗い、うがいを心がけて感染しないようにします」「医療を守るためにも自身の行動に責任を持ちたい」など、心からの思いを感謝・応援メッセージとして取組み、市民病院へ届けました。

後日、福知山市民病院から大江中学校の生徒への感謝のメッセージとして、医療従事者の皆さんの集合写真とお礼の言葉が届きました。



～京都府教育委員会(社会教育課)のお知らせ～ URL <http://www.kyoto-be.ne.jp/syakyou/cms/>

■作品募集の案内  
第9回子ども読書本のしおりコンテスト(締切)令和2年9月4日(金)

■家庭教育支援事業の紹介「子どもといっしょに楽しもう」等

詳しくは、京都府教育庁指導部社会教育課へ TEL 075-414-5882 FAX 075-414-5888



新型コロナウイルスで長期間学校が休みでしたが、自宅でSNSばかりしていませんか？  
SNSは便利で楽しいものですが、使い方を間違えると危険がいっぱいです。

- ◇実際に、SNSを使用して、
  - 知り合った人に裸の写真を送られる。
  - 相手と会って性犯罪や誘拐等の被害に遭う。などの事例が発生しています。



SNSの危険から自分を守るため、  
○名前や住所などの個人情報を書かない。  
○自分や友達の写真を載せない。  
○SNSで知り合った人と会わない。  
などのルールを守りましょう。

◇軽い気持ちでした書き込みや写真投稿がいじめや犯罪につながることもあります。  
○ふざけて爆破予告や襲撃予告を書かない。  
○人の悪口は書かない。  
○安易な気持ちで他人の投稿等にリツイートしない。



インターネットに書き込みや写真・動画を送信する前によく考えて！

困ったときは、保護者や学校の先生、専門の相談窓口にご相談しましょう。

保護者の方へ

□スマホ等の危険性を子どもと一緒に考え、子供の正しい判断能力を育てましょう。  
□フィルタリング機能を利用しましょう。

— 会員団体からの information — 詳細は、各団体へお問い合わせください。

| 団体名  | 内容  |
|--|---|
| <p><b>(一社) ガールスカウト京都府連盟</b><br/>京都市南区東九条下殿田町 70 京都ササキ東館3階<br/>TEL075-692-3460 FAX075-662-1101<br/>メール gs-kyoto@crux.ocn.ne.jp</p>  | <p>■世界を知ろう～私にできること～<br/>①10月18日(日)13:30～15:30 ②ウイングス京都③小4～中学生と保護者④無料(券金として100円)⑤様々な国の現状を知り、自分たちにできることを考える。パスポートを持って各国ブースを回るポイントラリー<br/>■親子でアウトドア!<br/>①10月25日(日)12:30～15:00②青少年野外活動総合センター「友愛の丘」③年長～小3の女児親子④1,000円/1人⑤アウトドアでお菓子作り、クラフト作り、ロープ渡り(モンキーロープ)にチャレンジ。<br/>■SDGsってなんだろう?<br/>①11月15日(日)10:00～11:30・13:30～15:00(午前午後2回、内容同じ)②烏津アリーナ京都③年長～小3の親子④無料⑤ゲームやクイズを通して、環境問題について考え、学ぶ</p>   |
| <p><b>(一財) 京都ゼミナールハウス</b><br/>京都市右京区京北下町烏谷 2 番地<br/>TEL075-854-0216 FAX075-854-0316<br/>メール kyosemi@oak.ocn.ne.jp</p>  | <p>■ツクル森 アート・クラフト・世界の音楽会<br/>①11月7日(土)10:00～21:00・8日(日)9:00～16:00②京都府立ゼミナールハウス③京北・美山・綾部など京都の里山には、アート、クラフト、農や食など、それぞれに個性豊かなツクル人たちがいます。その多様な創造の力をもちよって、「ツクル森」アート・クラフト・世界の音楽会を開催</p>   |
| <p><b>京都府レクリエーション協会</b><br/>京都市南区東九条下殿田町 70 京都府レクリエーションセンター内<br/>TEL&amp;FAX075-634-7584 メール info@kyoto-rec.net</p>  | <p>■第18回 レクリエーション大会 in 京都～チャレンジ! エンジョイ! ニュースポーツ～<br/>①11月28日(土)10:00～15:00②伏見港公園体育館③一般市民④無料⑤誰もが気軽に取り組むことのできる各種ニュースポーツの体験</p>  |
| <p><b>京都ユースホステル協会</b><br/>京都市右京区大寨中山町 29 宇多野ユースホステル内<br/>TEL075-462-2312 FAX075-462-2289<br/>メール kyh@yh-kyoto.or.jp</p>  | <p>■子ども・若者「宿泊費半額」キャンペーン<br/>①2021年1月5日(火)～3月15日(日)宿泊分まで②宇多野ユースホステル③小・中学生、高校生、大学生のみの3名以上8名以下のグループ④宿泊費/(19歳以上)通常3,450円を1,725円、(18歳以下)通常2,930円を1,465円⑤子ども達や若者だけで、「学び多き旅(宿泊)」に出てもらい、仲間との絆を育み、多様な人や物事との出会いを経験する「旅」を応援します。卒業旅行や仲良しお泊り会としては是非ご利用ください。</p>  |
| <p><b>京都 YMCA</b><br/>京都市中京区三条通柳馬場東入中之町 2<br/>TEL 075-231-4388<br/>FAX 075-251-0970<br/><a href="http://e-ymca.appspot.com/kyoto/index">http://e-ymca.appspot.com/kyoto/index</a><br/><a href="http://kyotoymca.or.jp/english/">http://kyotoymca.or.jp/english/</a></p>                                      | <p>■子ども鉄旅クラブ<br/>①毎月 日曜日②活動内容により決定③小学4年生～中学3年生(定員あり)④登録費 31,570円/年又は16,280円/半年、別途毎月参加費⑤鉄道好きの子ども達が、プログラムの計画から参画し、京都から周辺各地への鉄道旅を楽しみます。9月・3月には、青春18切符を利用した旅を実施予定。<br/>■町なかぶらり探検隊<br/>①毎月 日曜日②活動内容により決定③小学3年生～6年生(定員あり)④登録費 31,570円/年又は16,280円/半年、別途毎月参加費⑤自分たちが暮らす町を知り、その町の魅力を感じる。町に根付いた仕事や働きに触れ、その大切さや職と地域とのつながりを体験。<br/>■子ども英会話<br/>①火曜日～金曜日(各クラス週1回)②京都 YMCA 三条本館③小学生～高校生(各クラス8名)④お問い合わせください。<br/>■定期講座<br/>【スイミング】①毎週月～土曜日(週1又は2)②京都 YMCA ウエルネスセンター③小学生～中学生(定員あり)<br/>【体操】①毎週火、木、土曜日②京都 YMCA ウエルネスセンター③小学生(各15名)<br/>【サッカー】①毎週月、火、水、金、土曜日②京都 YMCA ウエルネスセンター③小学生(定員あり)<br/>【バスケットボール】①毎週月、木曜日②月:桂川地域体育館 木:醍醐地域体育館③小学生(各20名)<br/>【キッズダンス】①毎週水曜日②京都 YMCA ウエルネスセンター③小学生～中学生(定員あり)</p> |
| <p><b>(公財) 青少年野外活動総合センター</b><br/>城陽市寺田南中芝 80<br/>TEL 0774-53-3566<br/>HP <a href="http://www.yuai-no-oka.org">http://www.yuai-no-oka.org</a><br/>メール camp@yuai-no-oka.org</p> <p>【指定管理施設】<br/><b>城陽五里五の丘</b><br/>城陽市富野北角 14-8 京都府立木津川運動公園<br/>TEL0774-66-6022 FAX0774-66-6033<br/>メール info@fimtppark.com</p> | <p>■ごりごりの丘プレイパーク<br/>①9月27日(日)、10月25日(日)10:00～15:00/途中参加・退出自由(12時～13時は休憩)②城陽五里五の丘③50名④無料⑤新しい友だちとの出会いやいろいろな遊びがいっぱい。プレイリーダーとじっくり遊ぼう!<br/>■幼児プレイパーク<br/>①9月2日(水)/7日(日)、10月5日(月)、7日(水)10:30～13:00(ランチタイムあり)②城陽五里五の丘③50名(保護者同伴)④無料⑤幼稚園に行く前の子どもが安心してゆっくり過ごせる「遊び場」、保護者同士の交流の場や相談もできる。<br/>■はらっぱ星空観望会<br/>①9月12日(土)、10月24日(土)18:30～20:30②城陽五里五の丘③子ども～大人(小学生以下は保護者同伴)要予約④幼児無料、小学生100円、中学生以上200円⑤望遠鏡をのぞいて、星空の観賞やスマホでの月の撮影もできますよ。⑥雨天や悪条件は中止(当日13時に判断)<br/>■はらっぱ太極拳<br/>①毎月、第13日曜日 10:30～12:00②城陽五里五の丘③年齢制限なし④500円(初回無料)⑤年齢や体力を問わず気軽に楽しめます。⑥悪天候や寒い時期は室内で実施。【指導者】日本武術太極拳連盟 A 級指導員、【持ち物】タオル、上履き、飲料等<br/>■楽しむうた正琴<br/>①毎月、第2.4土曜日 10:15～12:15②城陽五里五の丘③15名④200円/1人、小学生以下は保護者同伴。</p>               |

①日時(期間)②場所③対象(定員)④参加費⑤内容⑥その他

\*各団体の事業実施については、今後の状況により変更することも考えられますので、詳細については、各団体へお問い合わせください。



# 京都府立青少年海洋センター

～潮騒の聞こえる宿泊施設～

波音を聞いて心を癒しませんか!!  
8・9月の事業の参加者を募集します。

〒626-0068 京都府宮津市字田井 382  
TEL 0772-22-0501 FAX 0772-22-0503 URL <http://marinpia.jp>



青少年団体から一般団体・各種サークル等の利用可能な宿泊施設(日帰りも可能)  
体育館・研修室・講堂・アスレチック・ボルダリング場・トレーニング場など。\*レスリングマットもあります。

★ご家族での利用も可能です。事前にお問い合わせください。但し、宿泊は10名様以上が対象です。

## ◆参加者募集◆

### 親子でカヌー体験

カヌーを漕いで海の上を動きまわろう

- ◆実施日時 令和2年8月22日(土)  
9時30分～17時
- ◆対象者・定員 府内在住 小学5年生以上と保護者  
先着15名
- ◆参加費用 高校生以下300円/1人  
大人500円/1人  
\*事前、弁当注文可能 別途660円/1人
- ◆募集期間 令和2年8月3日(月)～17日(月)



### 親子で野外体験

アスレチックと野外料理に挑戦!!

- ◆実施日時 令和2年9月13日(日)  
9時30分～17時
- ◆対象者・定員 府内在住の親子 先着20名
- ◆参加費用(幼児以上1人あたり)  
<食材セット> カレーor焼きそば 600円  
バーベキュー 1,900円  
<持ち込み> 100円 \*別途マキ代 1,000円(1家族)
- ◆募集期間 令和2年8月27日(土)～9月7日(月)



## -相談窓口一覧-

### 気になることはありませんか?

- 京都府新型コロナウイルス感染症専用相談窓口  
受付時間:24時間(土日祝含む) TEL:075-414-4726
- こころの健康に関する相談  
こころの相談電話(京都府在住者) 電話相談 TEL:075-645-5155
- ネットで悩んだり、困った時  
青少年のネットトラブル相談窓口(月～金 9:00～17:00)  
「相談してネット」電話相談 TEL:075-605-7830  
メール相談 [seisho.net@pref.kyoto.lg.jp](mailto:seisho.net@pref.kyoto.lg.jp)
- いじめで悩んだり、困った時  
ふれあい・すこやかテレフォン (24時間電話相談)  
「京都府総合教育センター」 TEL:075-612-3268・3301  
「北部研修所」 TEL:0773-43-0390
- ひきこもりで悩んだり・困った時  
ひきこもりの青少年の社会的自立を支援します(脱ひきこもり支援センター)  
「チーム絆」 TEL:075-531-5255  
京都府ひきこもり支援情報ポータルサイト <http://kyoto-hikikomori-net.jp/>
- 総合相談  
「京都府家庭支援総合センター」 TEL:075-531-9600  
「京都府南部家庭支援センター」(宇治児童相談所)TEL:0774-44-3340 (京田辺支所)TEL:0774-68-5520  
「京都府北部家庭支援センター」 TEL:0773-20-1051  
みんなの人権・子ども人権 110番 TEL:075-231-0131(代表)月曜～金曜(祝祭日・年末年始を除く)8時30分～17時15分
- 非行問題などー非行問題や少年の犯罪被害等に関することー  
「ヤングテレホン/24時間受付・年中無休」 TEL:075-551-7500 /少年サポートセンター(京都府警察本部少年課)
- 薬物問題で悩んだり・困った時  
「きょうと～薬物をやめたい人の～ホットライン」 TEL:075-644-7184



ヤングテレホン  
(京都府警HP)