



*子供の読書活動優秀実践校 文部科学大臣表彰

「令和7年度子供の読書活動優秀実践校」として文部科学大臣より表彰されました。この表彰は、子供たちの読書意欲を高める優れた実践を行っている学校に贈られるものです。

本校は、25年続く「朝読書」に加え、総合的な探究の時間や各教科での図書館を活用した学び、生徒にとって居心地の良い図書館づくりが高く評価されました。



*学びの祭典

7月11日、3年生にとっては探究学習の集大成となる「学びの祭典」をジオアリーナにて開催しました。探究の成果を発表し、様々な意見に接することで、最終レポート作成に向けての考察をさらに深めました。

このイベントは、市役所や企業、高校、大学など様々な方から、貴重なご意見やアドバイスをいただく「学びのコミュニティ」を実感できる場でもあります。さらに、勝山市内のすべての中学3年生を招待し、高校生と交流する機会を設けました。



*男子バドミントン部 北信越総体優勝・インターハイ出場

ジオアリーナで開催された春季総体において、3年ぶり33回目となる学校対抗優勝を果たしました。さらに、ダブルスでは笹原蒼良さん・工谷奏匠さんペアが優勝、シングルスでは田中太基さんが優勝、宮越勇寧さんが準優勝と、いずれも素晴らしい成績を収め、福井県代表として山口県で開催のインターハイに出場しました。

越前市で行われた北信越総体でも、チーム一丸となって熱戦を繰り広げ、学校対抗で見事優勝を果たしました。



*日本文化部 全国七人制和太鼓選手権大会3位・ 全国高校生太鼓甲子園3位

埼玉県鴻巣市で開催された「全国七人制和太鼓選手権大会」に出場し、日頃の練習の成果を発揮して第3位に輝きました。

また、静岡県御殿場市で開催の「全国高校生太鼓甲子園」にも、昨年度に続いて出場し、審査員特別賞(3位)を受賞しました。



池ヶ原 湿原

地域の力で守る池ヶ原湿原

池ヶ原湿原保全・活用協議会(事務局：福井県自然保護センター)

勝山市と大野市の境にある六呂師高原。その勝山市側、標高約600mに広がる池ヶ原湿原は、ミズチドリやカキランなどの希少な植物が見られる、福井県内でも貴重な自然環境です。

このたび、湿原の保全活動を続けてきた「池ヶ原湿原保全・活用協議会」が、全国の草原を守る取り組みを称える「未来に残したい草原の里100選」に選ばれました。福井県では初の選定です。

湿原は、人の手が入らないと森林へと姿を変えてしまいます。池ヶ原湿原では、かつてヨシをよしなどに活用していたことで、湿原の環境が保たれていました。しかし、生活様式の変化により利用されなくなったことで、ヨシやハンノキが繁茂し、湿原植物が育ちにくくなっていました。

そこで、2013年から「池ヶ原湿原保全・活用協議会」が中心となり、企業や地域の大人、小学校児童など多様なメンバーが力を合わせて、ヨシ刈りやハンノキの抑制などの保全活動を続けてきまし

た。こうした地道な取り組みが評価され、今回の選定につながりました。

今年は10月18日(土)にヨシ刈りを実施予定です。自然の中で気持ちよく体を動かしながら、湿原の未来を守る活動に参加してみませんか？池ヶ原湿原でお待ちしています。



▲過去に行われたヨシ刈りの様子

JCHO- Column

しゅこんかん

手根管症候群について

JCHO福井勝山総合病院
副院長(整形外科) 北野 慎治



「手根管症候群」は、正中神経が手首の手根管の中で圧迫されることで起こる病気です。

(症状)

手のひらから指先までのしびれ、痛み：夜間や明け方に症状が強くなることが多いです。しびれの範囲は親指・人差し指・中指・薬指の先端から手のひらまでです。小指は決してしびれません。

母指球の萎縮：症状が進行すると、親指の付け根の筋肉(母指球筋)が痩せてきます。そうになると縫い物やボタン掛けなどの細かい作業がしづらくなります。

(原因)

手根管は、骨のトンネルに横手根靱帯が蓋をかぶせる形になっており、内部を通過する正中神経を守っていますが、この横手根靱帯が肥厚して正中神経を圧迫してしまうために手のしびれが生じます。靱帯が肥厚する原因として、以下のものが挙げられます。

- ・使いすぎ：パソコン作業、スポーツなど、手首動作の繰り返し。
- ・妊娠・出産・閉経：妊娠・出産・閉経などで女性ホルモンのバランスが変化すると横手根靱帯が肥厚することがあります。

- ・その他：糖尿病・甲状腺機能低下症・関節リウマチや、透析なども手根管症候群のリスクとなります。

(治療)

手根管症候群の治療法は、症状の程度や原因によって異なります。

妊娠・出産に伴う場合は授乳期間が終了すると自然に軽快することが多いですが、その他の場合は以下の治療法があります。

安静：手の使いすぎを避け、手首を安静にする(夜間装具なども有効)

内服薬や注射：痛みや炎症を抑えるための薬の服用や、手根管内にステロイド注射など。

これらの保存治療が奏功しない時には手術治療が必要となる場合があります。

手術：横手根靱帯を切開し、神経の圧迫を解除します。(親指の筋肉が痩せて来た場合には、早期に手術が必要となる可能性があります。)

手根管症候群かな？と心配な方は、最寄りの医療機関にご相談ください。

