



くまさん倶楽部

〈編集発行〉熊日日新聞西部販売㈱
八代市田中西町19-2
TEL0965・34・5151
<http://www.kumasanclub.com>
E-mail:kumasan@kumasanclub.com

515号

2023.8.1



〈絵〉杉 孝子

熊日
電子版

紙+デジタルで

賢く読もう!!

新聞配達が遅れているときでも電子版では読めますよ! 最近ではご年配の読者様の登録が増えました。販売店が登録のお手伝いもできますので、ぜひお気軽にお問合せください。熊日ID登録はこちら↓



熊日新聞西部販売店
0120-249021



2. 子どもにスマホを持たせるのはできるだけ遅い方がよい
3. 相続登記の申請が義務化になります
八代四中職場体験
4. 僕の新聞活用術・私の食「あいうえお」

とんとん

お客さま第一主義

熊日新聞朝刊と一緒にお届けします!
配布エリア
代陽・八代・松高・八千把・郡築の5校区

嫌いな
クルマのにおい
お悩みありませんか?

※表示の価格は車種により異なる場合があります。詳しくは店舗までお問合せください。

エアコンからの風がカビ臭い...

エアコン内部洗浄

空気を冷やすエアコン内部のエバポレーターを洗浄
エバポレーターは高温多湿な場所にあり、冷却時に出る結露水からカビや細菌などが発生しやすくなりニオイの原因になります。
エアコンフィルター交換との同時施工がオススメです!
工費 6,600円(税込)+エアコンフィルター代

たばこ・食べ物・ペットなど車内の臭いに...

オゾン消臭

オゾンで強力消臭
芳香剤による消臭では、一時的にニオイの元を包んでいるだけなので時間が経つと元のニオイに戻ってしまいます。オゾンで分子レベルでニオイの元を分解消臭します!
工費 5,500円(税込)~

スッキリ!
キャンペーン

エアコン内部洗浄 or オゾン消臭
いずれかの消臭メニューをご利用の方へ
FK2洗車無料サービス!

▶8月31日まで

車検のショーエイ

やつしろ港センター工場 ☎0965-62-9900
熊本県八代市大島町 5053-2
営業時間: 9:00 ~ 18:00 定休日: 日曜日・祝日



★熊日新聞ご購入のお申し込みは... 0120-249021

子どもにスマホや

タブレットを持たせるのは

できるだけ遅い方がよい

ー電子スクリーン症候群⑥ー



こんにちは。たかの呼吸器科内科クリニック院長の高野義久と申します。今回はスマホとルールについてお伝えします。

- ルールは (ほぼ) 破られる ●

スマホを使う際、家庭でルールを作りましょう、とよく言われます。

保護者としては話し合い、子どもが納得した約束なら使用ルールを守っていくことができる、子どもの自主性を育てる糧にしたいというお気持ち、よく理解できます。では実際はどうだったか。

磯村毅氏が調査したデータによると、小4男子においてスマホについて、家庭のルールがある「8割」「守れている」3割ですが、小6ではそれぞれ7割超、2割超、中3では4割超、1割超と、当初の約束(ルール)は次第に守られなくなっていくようです。

- なぜルールは破られる? ●

スマホにはある程度の依存性があります。アルコーンと同じイメージです。毎日飲んでいると、次の日もなげかその場面になると飲みたくなります。スマホも毎日同じように使っていると、その場面になるとなげか用もないのに、スマホを開けたくなくなります。依存症の特徴を再確認してみましょう(表1)。依存性があると、ルールが破られる傾向になります。

「依存症」の判断基準(表1)

- ①それを使いたいと強く思う
- ②その使用について、決めたことを守れない等、コントロールがでなくなる
- ③それを使う量や時間が増えていく
- ④それを使わないと不安で、落ち着かない
- ⑤他の楽しみがわからなくなり、そればかりを求める
- ⑥それを使うのは健康や睡眠、生活へ支障があり、ダメとわかっていけるけどやめられない

実際子どもはスマホ欲しさに、どんな約束でもしやすいものです。ただ約束を守るかは別問題。

子どもは年齢を重ね、反抗期となっていくきます。親より友達が大事、体力・気力の逆転(親が負ける)、そして脳の変化、依存性です。欲望に忠実で、のめり込みやすい、これは脳が未発達の子どもの顕著です。ほとんどの子どもでは依存性の強いゲームやSNSは使用制御困難になるようです。

海外の「WAIT UNTIL 8TH」運動

では親はどうすればよいのか、そのヒントは海外で始まっています。子どもを「スマホ」から守る「WAIT UNTIL 8TH」運動です。日本に当てはめると、スマホ利用は中学終了まで待とうという感じですが、親同士、学校、地域社会が共通の認識を持ち、連携し、子どものスマホ使用を制限するつながりを持ちます。学校や地域単位で難しい場合は、仲良しの子どもの親の連携で、「私たちの子どもには〇〇までスマホを持たせないようにしようね」という協定を結ぶのです。『子どもを「スマホ」から守る「WAIT UNTIL 8TH」運動』とは何か、石田雅彦氏



● 持つ場合のルール ●

お勧めは「スマホ利用は10歳代半ばまで待とう」なのですが、もし使うことになったら(使っていたら)。ルール作りのポイント、専門病院の久里浜医療センターのウェブサイトから紹介します。

- フィルタリングよりペアレンタルコントロール

フィルタリング機能は有害なウェブサイトにアクセスを制限する機能です。設定してよいのですが、スマホの依存性は減りません。使用時間をきっちり制限できるペアレンタルコントロールの方がより効果があります。ただし子どもは大変有能です。知らない間に制限を回避しますので、一度設定したからと安心せず、時々一緒に点検するのがよいだろうと思います。



- ①占有させない(親の名義で買い、貸し出す形式にする)
- ②買う前にルールを決める
- ③親がいる前でのみ使うなど使用場所、21時までなど使用可能時間を決める
- ④お金に関してルールを決める
- ⑤決めたルールを書面に残し、貼っておく
- ⑥違反があった時の対応を決めておく
- ⑦親自身も使用ルールを守り、子どものお手本となる
- ⑧何かあったとき子どもが相談できるようにする
- ⑨長期休みは依存になりやすいため注意が必要
- ⑩現実世界、家族や友人、リアルな交流を大事にする
- ⑪リスクを良く知る



(次回は依存に陥ったときの対処について、禁煙治療で行っていることを例にお伝えします。)

参考図書

1. スマホ依存から脳を守る (朝日新書)
2. スマホが脳を「破壊」する (集英社新書)
3. スマホ脳(新潮新書)
4. スマホを持たせるのは遅いほうがいい (東京六法出版)

5. 子どもを「スマホ」から守る「WAIT UNTIL 8TH」運動とは何か

八代市のみなさん／
相続登記の申請が
義務化になります

令和6年4月
1日から、不動産
の相続登記が義務
化されるのはご存
知ですか。

そこで今年の

夏、ぜひ家族や親戚で話し合っておいてほしいのです。いきなり「相続登記の

申請の義務化」と言われても難しいですね。今回は、熊本地方法務局八代支局の堤さんに相続登記の申請の義務化についてお話を伺いました。

Q 相続登記とは何ですか。

4 建物や土地などの不動産の所有者が亡くなった場合に、相続人に名義変更を行うことです。

Q 相続登記の義務化を詳しく教えてください。

A 不動産登記法の改正により、相続人は、不動産（土地・建物）を相続で取得したことを知った日から3年以内に、相続登記を申請する必要があります。正当な理由がないのに相続登記を申請しない場合、10万円以下の過料が科せられる可能性があります。遺産分割の話合いで不動産を取得した場合も、別途遺産分割から3年以内に、登記

を**する**必要**が**あります。

※相続登記の申請の義務化は令和6年4月1日より前に相続した不動産についても対象になります。

相続登記の申請が義務化になった理由

▼所有者不明の空き家や土地については、所有者の探索に多大な時間と費用が必要になり、公共事業や復旧、復興事業が円滑に進まず、民間取引や土地の利活用の阻害要因となります。また、土地が管理されず放置されると隣接する土地への悪影響が 발생합니다。

Q 今のうちからできることは何ですか。

・身の回りの不動産の名義を確定して、亡くなった親族名義となっている場合には、早めに遺産分割協議を行い、相続登記しておく

・将来の相続に備えて遺言書を作成しておく

堤さんは最後に、「『相続登記』というと難しい手続というイメージを持たれると思います。が、法務局では「不動産登記推進キャラクター」のトウキツネ



不動産登記推進キャラクター
トウキツネ

を通じて、国民の皆さまに登記の皆さまに少しでも手続に少しでも親しみを感じていただけるよう広報を行ってまいります。

なお、相続登記の申請方法について理解を深めたい方は、一度法務局のホームページを御覧ください。また、少し難しいようでしたら、司法書士に相談されることをお勧めします（熊本県司法書士会相続センターTEL 096・372・2525）。読者の皆様のお子さんやお孫さんの未来につながる相続登記の申請義務化です。新しい制度への御理解・御協力をお願いいたします。」と話していました。

今回の義務化は相続登記について考えるいい機会になると思います。義務化されてから慌てるのがないように今のうちから準備しておきましょう。

お問い合わせ
熊本地方法務局
八代支局
TEL32-2654
詳しくは法務省の
ホームページへ



八代四中
職場体験

今年も7月11日から13日

の3日間、八代四中の二年生、宮田晃汰さんが熊日新聞西部販売で就業体験をしました。今年は3日間、様々な仕事を体験してもらいまし

朝一の新聞読み

読む前は字が多くて読む気が
なかったけど、読んでみるとい
ろんな事を詳しく知れたので
面白いなと思いました。

チラシ作業

少し疲れた時もあったけど、スタッフの皆さんは毎日のようにやっていてすごいと思いました。車で運んだときは、とても面白い話ができて楽しかったです。



事務作業

黙々と一人で作業するのが好きだったのでとても楽しかったです。苦手なパソコンでの作業は、最初何が何だかわからなかったけど、最後の方はスムーズに終わらせることができて良かったです。

[illegible]

小中学生のみんな
夏休みは楽しく新聞を見て豪華景品を当てよう!!
誰でも参加できる「めくってビンゴ!」もあります。
詳しくは期間中の朝刊で!

僕の新聞活用術

—岡山栞大君—

6月11日

の新聞に八

代市の岡山

栞大君のT

OMOサポ

リポートが

掲載されま

した。今回

は、栞大君

とお母様に、TOMOサポリポ

ートの内容や家での新聞の活用

法を聞いてみました。

《栞大君》

なぜヘッドネーションをしよ

うと思いましたか。

▲新撰組み

たいなお侍

さんの髪型

をしてみた

いと思った

ことと、お母さんからヘッド

ネーションのことを聞いて、

僕の髪が誰かの役に立つのは

嬉しいなと思う、伸ばし続け

ようと思いました。

※ヘッドネーションとは、髪

の毛の寄付のことです。病気の

子供たちのための医療用ウィッ

グを作るのに使われます。

▲ヘッドネーションをやってみ

ての感想を教えてください。

髪が短くなった自分を鏡で見た

ときは、昔の僕にあったみたい

で懐かしかったです。

▲新聞はどのくらい読んでい

ますか。

▲学校の日、朝から僕の興

味がありません。記事をお母さ

みから教えてもらい、それを読

みます。休みの日は、「くま

TOMO」のページの面白そ

うな記事を読みます。好きな

記事はくまTOMOの「おう

ちで学ぶことわざ」です。

▲将来の夢を教えてください。

▲FBI（連邦捜査局）です。

栞大君からの一言

僕は髪を伸ばして寄付をしま

した。だけど本当は、髪があつ

てもなくても、髪の色が黒でも

茶色でも何色でも、みんなが笑

って過ごせる

世界になった

らしいなあと

思います。

《お母様》

▲ヘッドネーションをする前と

後の栞大君の変化を教えてください。

▲栞大は特別なことをしたとは思

っていません。髪を切った後

にお友達や保護者の方、地域の

方など多くの方に声をかけてい

か。

▲新聞作りに参加することで、

社会の広さや楽しさを実感でき

ると思ったからです。

▲ご家庭での新聞の活用方法や

新聞との関わり方を教えてください。

▲小学校1年生ぐらいから4

コマ漫画を1コマずつ切り、

それを並べ替える遊びをして

いました。今は、栞大が気

なる記事を切り抜きノートに

貼っています。知らない言葉

や漢字は赤ペンで囲み、辞書

で調べています。その記事に

ついて家族がそれぞれ意見を

出し合うと、同じ記事でも注

目点や見方が異なることがあ

り面白いです。新聞を開くと

幅広い分野の多くの記事が目

に飛び込んできます。その様

々な見出しや写真から「知ら

ないこと」があるということ

に気付いて欲しいと思ってい

ます。「知らないこと」が「

知りたいこと」に変わり、そ

こから社会の広さを知ること

に繋がっていき、いいなと思

っています。

栞大君やお母様のお話しが

聞けて、私たちもすごく嬉し

かったです。子どもたちの新

わたしの食

「あいうえお」

連載

さしす梅干し

梅仕事は楽しくて、青梅の次は

完熟梅の出番です。料理研究家の

横山タカ子さんのレシピ「さしす

梅干し」を早速仕込みました。失

敗しない梅仕事と言われる「さし

す梅干し」は、砂糖（さ）塩（し

お）酢（す）で漬けて干した梅干

しです。塩気は控えめで酢の効果

で痛みにくく、失敗が少ないそう

です。ほんのり甘く食べやすく、

寿司酢にもマリネにも使えるそう

で、作らずにはいられないと思い

ました。夏を迎える準備ですね。

梅干しのクエン酸には、体の不

調をもたらし酸性をアルカリ性に

傾け中和する作用があり、血液を

さらさらにして免疫力もアップし

ます。

梅仕事を通して、また気づいた

ことがあります。旬のものは、人

の体の病気を予防してくれる。血

液は3カ月で入れ替わるそうで

す。5月に梅シロップや梅干しを

仕込み、盛夏を迎える前には、梅

を使った料理で免疫力を上げて整

える。夏バテもしない健やかな体

で秋を迎える。この流れは自然が

炭酸でスッキリしませんか？

炭酸ケア 500円

プラスワン美容室

PLUSONE

八代市出町8-17 プラスワンビル2F

TEL 0965-33-0190

http://www.plusone-group.com

定休日：第一日曜・月曜 毎週月曜

8月の定休日

6, 7日 14, 15, 16日

21日 28日

て自然の恩恵を受け感謝すること

で、笑顔が増える生活が送れるの

ではと思いました。買ってくるの

もよいですが、梅をちぎり、1つ

1つ丁寧な仕事を経験して年を重

ねるのも素敵な人生だと思いまし

た。もちろん、梅の木も買って、

庭に植えました。我家に梅があれ

ば、こんなに素

敵な事はありません。梅仕事を

通して、改めて

「丁寧に生きる

とは」、と自問

自答できたこと

に感謝です。夏

のお料理も楽し

みです。

ラ エトワール シエスタ

インスタグラム @siesta0110

店休日：火曜日

0965-38-3588