

「こんにちは！知事です」（令和3年10月25日（月）三沢市立第三中学校） 概要

知事が小・中学校の皆さんと交流し、将来への期待等について意見交換する「こんにちは！知事です」について、三沢市立第三中学校での実施概要をお知らせします。

生徒会の皆さんから学校紹介をしていただくとともに、代表生徒4名と知事が意見交換を行いました。

（参加：全校生徒47名）



（発言生徒1、2年女子）

I want to be a flight attendant.

I want to go to U.S. to study.

私の将来の夢はキャビン・アテンダントになることです。大学に進学したら、アメリカに留学し、地元の学生とともに生活をする中で英語を話せるようになりたいと考えています。

私は、三沢市のイングリッシュ・キャンプやイノベーションキャンプに参加し、アメリカの文化や風習に関心やあこがれを強めました。アメリカと日本の校風を比較すると大きな違いが感じられます。日本の中学校の服装や頭髪のきまりは少し厳しいように感じます。先日、頭髪のツーブロックが高校生にふさわしくないという話題が報道で取り上げられていました。私たちの学校でも、おだんご結い禁止、ヘアピンやゴムの色の限定、頭髪の長さなどのきまりがあります。知事は現在の中学校の頭髪や服装のきまりをどのように思いますか。



（知事）

昔決めた校則が今の時代にそぐわないということはあるので、先生と生徒、親御さんを含めて話し合う中で、自ずと決まってくれば良いと思います。

（学校教育課）

まず、校則は何のためにあるのかについてお話をします。

スポーツでも社会でも、様々な人たちが集まって活動をする場面には、活動する人たちを守り、その活動をより良いものにするための「ルール」があります。「校則」は、生徒の皆さんが勉強や部活動などの学校の活動に安心して取り組むことができるように定められた「ルール」です。そし

て、この「校則」は学校や生徒の実情、地域の状況、社会の常識、時代の進展などを踏まえたものになっているか見直さなければならないとされています。

「校則」を最終的に決めるのは校長先生です。ただし、校長先生1人の考えで決めるものではありません。先生方や生徒の皆さん、保護者や地域の方々など、たくさんの人たちの意見を聞いて、その学校に合った内容になるように考える必要があります。国が変われば文化や風習、校風が異なりますし、時代が変われば社会の常識も変化していきます。そこで、特に重要となるのは、生徒である皆さん自身が自分の学校の「校則」について考えるということです。皆さんが校則について生徒同士で議論を交わしたり、先生方と話し合ったり、地域の方々の考えを聞いたりすることが、とても重要です。

「校則について考える」ということは、学校生活をより良いものにしてだけでなく、皆さん自身の成長にもつながります。「なぜこの校則があるのか」や「より良い校則のあり方はどのようなものか」を考え理解することで、校則を自分たちのものとして守っていこうという主体的な態度を培う機会になります。高谷さんは、その第一歩を踏み出して、今回のような疑問を持つに至ったということになりますので、その主体的で前向きな姿勢は大変素晴らしいと思っております。

また、校則について考えることは、自分たちの「人権」や「意見を表明する権利」について考えることにもつながっていきます。「人権」について考えるという経験は、今後の生活において必ず役立つはずです。自分の学校の校則について、深く考え、話し合い、理解することで学校生活をより安心して活発なものにし、皆さん自身の成長にもつなげてほしいと思います。

(知事)

校則について考えることは、人権や生きていく上での権利、お互いを守るべきルールを決めることについて考えることにもつながっていくと思います。いろいろな疑問があったら、是非、校長先生に話をしてほしいと思います。

キャビン・アテンダントになるには、英語だけではなく、常に細やかに相手のことを思う気配りが、とても大事だと思っています。

将来の夢のために頑張ってください。

(発言生徒2、1年男子)



私の兄は、現在、仙台市の専門学校に通っています。兄の影響で税理士という仕事に興味をもちました。地元の高校を卒業したら専門学校に進学したいと考えています。専門学校に進学するためには、三沢市を出て、市外または県外に行かなければなりません。費用も多くかかると思います。

もし、市内またはその周辺に様々な専門学校や大学が設置されていれば便利ですし、進路選択の可能性も増えると思います。新たに学校をつくるということは難しいことだと思いますが、この上北地域に学びの場が増えることによって職業選択の幅が広がり、県内就業の可能性が高まることを望みます。

(知事)

県内全体で、様々な種類の学びに対応できるように仕組みを作っています。特に三沢市は、基地内の大学に推薦で進むことができるなど、将来なりたい職業や学びたいことに対していろいろなチャンスが開かれています。

(労政・能力開発課)

税理士の学校を県が新たに設置することは難しいのですが、就職に必要な専門的知識・技術の習得や即戦力となる人材を養成するため、県内4か所に県立職業能力開発校を設置しています。三沢の近くでは、八戸市に八戸工科学院があり、機械システムや自動車システムなど、4つの訓練科があります。また、県内に希望する進学先がなく、県外に出てしまった場合であっても、卒業後、青森県に戻ってUターン就職をしてもらえるよう、県では様々な取組を行っております。

具体的には、県の公式就活アプリ「シューカツアオモリ」や就職情報サイト「アオモリジョブ」などを通じて、県内企業の魅力や就職に役立つ情報を発信しています。

さらに、学生と県内企業とのマッチングの場である合同企業説明会を、対面とオンラインの両方で開催しているほか、説明会の参加や就職試験を受けるために必要な交通費の助成を行うなど、若者の県内就職を支援しています。

(商工政策課)

次に、魅力ある多様なしごとづくりについて御紹介します。

まず、創業・起業支援についてです。青森県では、自らのアイデアや技能を生かして新しい仕事を始める方の支援を行っています。例えば、県産野菜を原料にしたクレヨンを製造している会社や、りんご公園内にりんごのお酒・シードルの工房を作った会社など、いろいろな会社のスタートをお手伝いしています。このような創業・起業支援の輪は、県だけではなく、商工団体や銀行、大学などにも広がっていて、青森県だからこそチャレンジできる環境があります。

次に企業誘致についてです。青森県内には有名な企業や、実はすごい会社がたくさんあります。皆さんも食べたことがあるかもしれませんが、「キューピー」のパスタソースのほとんどは青森県内の工場で作っていますし、八戸市には「YAHOO!」のホームページの編集業務を行っている企業もあります。また、三沢市内に本社がある「多摩川モバイル電装」という会社では、ハイブリッド車のモーターに使われるセンサーを作っています。このセンサーはハイブリッド車の燃費向上に役立っていて、省エネに貢献しています。このほか、最近ではスマホのゲームなどを開発する企業など、いろいろな企業が青森県にできてきています。

このように、青森県にも魅力ある多様なしごとの場がたくさんあるということも是非知ってもらいたいと思います。

(知事)

今までにいろいろな種類の企業を誘致してきました。

確かに、資格によっては、取るために、県外の学校に入る必要があります。しかし、例えば税理士になるために国税局に就職をして、数年たつと税理士資格が取れるなど、就職しながら学び、資格が取れることもあるので、選択肢の一つにしてみてください。今、農業関係に強い税理士がなかなかなくて困っているので、そのような税理士になってくれると助かります。

(発言生徒3、3年女子)



私はバレーボール部に所属し、部長を務めていました。幼い頃から体を動かすことが大好きで、中学校3年間、バレーボールに打ち込みました。

青森県は短命県と言われています。その原因はスポーツをする機会が少ないことや、食事バランスがよくないことではないかと思います。楽しくスポーツをする習慣を身につけることで健康的な体をつくり、病気を予防したりすることができると思います。みんながスポーツに

取り組みやすい環境をつくるために、誰もが楽しめるスポーツ施設を増やしてほしいです。

(知事)

青森県の最大の課題は短命県であることだと思っています。特に、全国と比べて40代、50代で亡くなる方が多いことを大変残念に思っています。課題解決のため、食生活と運動、健康診断・精密検査の受診率の向上などに取り組んでいます。

(がん・生活習慣病対策課)

青森県の平均寿命は全国最下位が続いています。男性第1位の滋賀県、女性第1位の長野県と比較をしても、かなりの差があります。県民の死因の約30%はがん、約15%は心臓の病気、約10%は脳血管疾患となっています。これらの病気は運動不足や食べ過ぎなど、健康に悪影響を及ぼす習慣が積み重なっておきる「三大生活習慣病」と呼ばれています。

そこで県では、従業員の方が健康で仕事ができるように、従業員の健康づくりに取り組む会社を「青森県健康経営認定事業所」として認証しています。認証のための要件として、事業所による生活習慣の改善に向けた取組を定めており、運動習慣の定着や食生活の改善を実践してもらっています。

このような取組により、野菜の摂取量の増加など食生活の改善や、1日あたりの歩行数についても少しずつ増加しています。目標には、あと1日野菜50g、歩数は1,000歩程度足りないので、様々な機会を訴えています。皆さんも、野菜を食べることや歩くことについて日頃から意識していただければと思います。

(スポーツ健康課)

青森県の小中高校生の運動の状況について、中学生は7割以上の生徒が「ほとんど毎日運動している」と回答をしていて、小学生や高校生に比べ高い状況にあります。

次に、青森県の成人のスポーツ実施率は、昨年度48.6%と前回調査から上昇していますが、全国平均と比べると下回っています。健康づくりのために、運動の機会を充実させ、幅広い年代が運動やスポーツに親しむことはとても大切です。提案にあった、施設を整えることも必要なことですので、県の体育施設の状況等について説明します。

県の体育施設は、新青森県総合運動公園など4つの施設があり、皆さんもスポーツ大会などで利用したことがあると思います。これらの施設は県のスポーツ振興における重要な役割を担っており、県民のスポーツ活動や健康づくりに活用されています。県では2026年に国民スポーツ大会の開催が予定されており、計画的に体育施設を整備しています。今後、県内唯一の屋内50メートル

ルプールとなる新水泳場の整備を予定しており、国民スポーツ大会の水泳競技の会場として利用されることとなっています。このように、スポーツ環境の充実に向けて施設を整備していますが、施設整備には時間とお金がかかりますので、ここではスポーツに関する取組について紹介します。

県では「青森県スポーツ推進計画」という計画をつくり、県民が年間を通して継続的にスポーツに取り組める環境を充実させるために様々な取組を行っています。県民の誰もが参加できる青森県民スポーツ・リクリエーション祭を毎年開催しています。今年度は7月から11月まで、種目毎に県内各地で33種目を実施しています。また、小学生とその保護者を対象に「スポーツ意欲を高めるイベント」を実施しています。昨年度は柔道オリンピック銀メダリストの篠原信一さんなどをお招きして、トークや親子体操などを実施しました。他にも、高齢者を対象に、大学生がスポーツ・リクリエーション等を通して楽しみながら健康づくりをアドバイスする交流会を実施しています。

このように、スポーツに取り組める環境の充実を図るため、子どもから高齢者まで幅広い年代に対する取組を行っています。

最後に、「総合型地域スポーツクラブ」を紹介します。現在、県内40市町村中、準備中も含めると34市町村に43クラブが設立されていて、三沢市には1つのクラブがあります。県では、これらの総合型地域スポーツクラブについて育成のお手伝いや運営の支援を行っています。地域の皆さんが集まる場所をつくり、みんなでスポーツを楽しむということがスポーツ人口の増加や健康増進につながります。

(知事)

健康づくりのためにスポーツをすることは、とても大事ですし、我々も様々な仕組みを作っていると思っています。日常の健康づくりでいうと、7年ほど「だし活」という取組を行っています。この取組によって、野菜の摂取量が50g増えたり、健康寿命が、男性34位、女性20位に改善するなどの成果がありました。

(総合販売戦略課)

「だし活」は、だしの旨味を活用しておいしく減塩しようという取組からスタートしています。本来、1日の食塩摂取量の目標は8gですが、青森県民は10.5gと少し多くなっています。

(知事)

「だし活」に加えて、野菜を食べて、野菜に含まれるカリウムという成分の力で体内から余計な塩分を押し出す「だす活」も併せて「だし活+だす活」としてPRしています。「だし活」の取組によって野菜の摂取量が増加しましたが、あと50g足りません。そこで、ミニトマト5個、キュウリ半分、小ぶりのナスを1個、キャベツ1枚、タマネギ4分の1、ピーマン4個のいずれかを摂ることで50gになります。一番簡単なのはミニトマトです。

また、運動も大事です。青森県民は男性があと1,000歩、女性もあと1,000歩足りない状態です。例えば、スーパーに行った際に、すぐ買い物をせずにチラシを見ながら1周回って、2周目で買い物をすると、無駄な物を買わず節約になるほか、運動にもなるので呼びかけています。併せて、「できるだしダンス」というダンスも、スーパー等でPRしているので、披露します。

(「できるだしダンス」披露)

(知事)

もう一つ、コロナになって心配なことがあります。それは、フレイルです。ステイホームが長く続いていることで、おじいちゃんやおばあちゃんたちの心と身体が衰えていると考えています。このことをフレイルと言いますが、元の健康な状態を取り戻すために、「スズキ式フレイル予防体操」というものを一生懸命に広めています。



(「スズキ式フレイル予防体操」披露)



(知事)

新型コロナウイルスの後遺症によって、フレイルにならないために、筋肉を動かすことや、皆に笑ってもらって元気にしようという活動をし、健康づくりを頑張っています。

動物看護師になるためには、動物と心をかよわせる、目を見たら、「あっ、いじめないで可愛がってくれる、すごいいいな」という心が伝わる人になることが大事だと思っています。そのためには、もちろん理科系の勉強は絶対に必要だと思うけれど、いろいろな本を読んだりして、心が伝わる人になれるよう頑張ってください。

(発言生徒4、2年女子)

私たちが住むこの地域は津波浸水区域です。10年前、私はまだ3歳でかすかな記憶しかありませんが、この地域は津波の被害に遭いました。父や祖父母から、当時のことをよく聞いています。もし、また大地震や津波が発生したらと想像すると、大変不安です。その対策として、私たちは学校で防災について学んだり、小学校と合同の避難訓練を行ったりしています。



いつ、どのような状況で災害が起こったとしても、不安なく生活できることが、ここに住む私たちの願いです。災害に強い街づくり、安心・安全な街づくりを強くお願いしたいと思います。

(知事)

私が子どもの頃は、地震が来て、海の方がゴゴと鳴ると津波が来るから逃げろと、訓練を受けてきました。津波による被害を防ぐために、県では10年かけて津波対策を行ってきています。

(河川砂防課)

青森県では、東日本大震災の前から、津波や高潮などの災害に備え、堤防等の整備を進めていましたが、平成23年3月11日に発生した震災の津波は、堤防を乗り越え、背後の住宅などにも大きな被害をもたらしました。しかし、堤防等により津波被害を軽減することができたので、堤防が無ければさらに大きな被害となっていたと思われます。東日本大震災の津波はこれまでの想定を超えるほどの大きいものでした。

そこで国では、東日本大震災を契機に、2つのレベルの津波を想定して津波対策を進めることとしました。1つ目に、昭和8年の昭和三陸地震津波や、昭和35年のチリ地震津波、昭和43年の十勝沖地震津波などのような、数十年から百数十年の頻度で発生する津波、いわゆるレベル1津波に対しては、堤防等により津波を防ぎます。具体的には三沢海岸や百石海岸で堤防を整備しています。2つ目に、今考えられる最大クラスの津波、いわゆるレベル2津波に対しては、避難することが重要となります。この避難対策の基となるものが津波浸水想定です。

県では、東日本大震災後に津波浸水想定を作成しましたが、今年の5月に、国が新しく想定した巨大地震を考慮した新たな津波浸水想定を作成しました。今後は、これを基に防災対策が進められることとなります。

(防災危機管理課)

第三中学校は、防災教育を熱心にやられているので、三沢市が発行しているハザードマップを御覧になったことがあると思うのですが、第三中学校を含むこの地域一帯は、津波浸水区域に含まれていて、万が一大きな地震や津波が発生した場合、この第三中学校にとどまることは危険です。

県でも3年前に「あおもりおまもり手帳」を作成しています。今日持参しましたので、皆さんに利用していただければと思います。これを見て、日頃からご家族の皆さんと、どういった対策を講じるべきかなどを相談しながら、備えてほしいと思います。

万が一災害が発生した場合は、まず皆さんは速やかに安全な場所に避難をする、そして自分の命を守る、これを徹底してください。そして災害時には皆さんも大きな力となります。ですので、避難所等においては、お年寄りや体の不自由な方、小さなお子さんや小学生を支える側に回っていただければと思います。

(知事)

将来、服飾デザイナーになりたいとのことですが、一人ひとり「この人のドレスは長い方がいい」など、いろいろな人を見る勉強をしてください。また、英語とフランス語を学んだ方がいいと思います。

司会の方は将来の夢が保育士とのことですが、保育士は、自分が子どもの気持ちになることや、学校の先生もそうですが、子どもが大好きという気持ちが大事です。

(司会)

それでは、意見交換を終えまして、三村知事に御感想をお伺いしてよろしいでしょうか。

(知事)

一言で言うと、皆が皆を信頼していて、すごく応援の気持ちが伝わって、いいなと思いました。また、それぞれの青森県に対する思いを率直に語ってくれて、私たちもありがたく、すごく楽しく意義深い意見交換ができたと思っています。

積極的に意見を言ってくれた4人、将来の夢に向かって着実に進んでいってください。この地域で小学校から9年間、すごくいい仲間と過ごしていることが最高だと思います。これから3年生は、受験をして高校に進学するなど、自分の夢に向かっていきますが、この第三中での日々が将来どんなことがあっても生きていける力を蓄えてくれていると思います。この学校のことを忘れないで、これからも頑張ってください。

今日は活発な意見交換、本当にありがとうございました。

