

早くも2021年の足音が聞こえてくる時期になりましたね。  
さて、ひらぼう第37報はひらぽニューカマーの紹介と、役  
に立つ小話です。  
今月も楽しんでいただければと思います！

ひ

ら

# はじめまして！

10月から実習でひらぽに参加させていただいてる浅見です。よろしくお願いします。初めてひらぼうに掲載させていただくということで、最初に自己紹介をさせていただきたいと思います。私は埼玉県生まれですが、生まれて3週間で名古屋に引っ越し、4歳で福岡、8歳で再度埼玉、14歳で大阪という経緯で、いわゆる転勤族の家で過ごしていました。さらに、小学校から中学校、中学校から高校、高校から大学、大学から会社員、会社員を辞めて大学院という経緯も経ており、数えるのが面倒なくらい居場所を変えながら現在に至ります。そんな私が最近気づいたことがあります。それは久々に会う知り合いや学生時代の同級生などに言われる「全然変わらないね」と言われる言葉がきっかけでした。私自身、居場所を転々としており、外部の環境が目まぐるしく変わってきたせいなのか、自然と私自身は変わらないことを選んでいたのかなと思います。

自分では環境が変わるたびに、自分の在り方を変えていたような気がしますが、それは表面的な部分だけで、根本的には変わっていませんでした。ちなみに、部活動も野球部、水泳部、写真部と、進学するたびに替えていました。これも薄々気づいていましたが、親の転勤とは関係なく、自分から環境を変え続けています。どうやら私は環境を変え続けて、刺激を求め続けないと生きていけない体になっていたみたいです。HUNTER×HUNTERのキルアが言っていた「クセになってんだ。音殺して動くの」と同じように、私も居場所を変えることがクセになっているようです。私もゾルディック家の一員みたいなものですね。

さて、話は変わりますが、先日ひらぽでアサーショントレーニングに参加させていただきました。アサーショントレーニングというものをこのとき知ったのですが、アサーショントレーニングの目的は「お互いを信頼しあえるより対等な人間関係をつくること」にあるようです。んー、めっちゃめっちゃ難しいですね。対等な人間関係ってなんだろうと考え抜こうとかがしたら、あっという間に人生が終わりそうですね。でもこういうことを考える機会というものもあまりないので、とても有意義な時間にはなったなと思います。心の基本的権利というものも説明されており、当たり前のことと言えは当たり前のことを書いているのですが、普段、生活している中で、自分の心の基本的権利をないがしろにしている場面もけっこうあるなと思いました。権利を使うかどうかは人それぞれの判断だと思いますが、使えるものは出し惜しみせず、使えるときに使ったほうがいいのだろうなと、個人的にはそう思いました。



浅見

ぽ

う

役に立つ（かもしれない）計算術  
く消えるくり上がりく

皆さん、買い物などで金額の計算が面倒だと感じたことはありませんか？  
そんな時に使える計算法を紹介いたします。  
早速ですが例題です。

①  $576 + 298 =$

3ケタ+3ケタの式。くり上がりが多く、面倒な式ですね。  
では、これならどうでしょうか。

②  $576 + 300 - 2 =$

3つの数字が出ましたが、2や300といった計算しやすい数字ばかりですね。  
298は、300より2小さい数字であることを利用することで、くり上がりが  
解消されているのです。  
同様に・・・

③  $862 - 497 =$

$497 = 500 - 3$ なので、  
「 $862 - 500 + 3 =$ 」と、この様にひき算でも似た考えでくり下がり  
を解消することが出来ます。  
下2ケタが95以上の3ケタの数字の計算では、ぜひこちらの方法を！！  
少しは楽に計算できる・・・かも。

P.N. ロン

12月といえばクリスマス！

みなさんはクリスマスにどんな思い出があるのでしょうか？  
うちに来るサンタさん（か、そのお手伝いさん）はちょっとおっちょこ  
ちょいな人だったみたいで・・・

当時「〇〇スーパーデラックス」みたいな名前の商品をお願いしたのですが、  
楽しみにして起きた翌日、お願いしたメモ書きに「スーパー/デラック  
ス」と斜線が入っており、そこに「プレゼントは一つにしましょう」とい  
うメッセージと共にお菓子が・・・。  
どうやらバージョン違いの商品をまとめてお願いしたと思われてしまっ  
たようです。  
それともプレゼントのプロであるサンタさんでも間違えるチョイスをした  
自分が悪かったのか・・・。

プレゼントの素人である皆様はプレゼントを贈るときはよく調べて準備  
しましょうね。

P.N. プレゼント検定5級

あわてんぼうの  
サンタクロース

～発行元・お問い合わせ先～

枚方市ひきこもり等子ども・若者相談支援センター（枚方市子どもの育ち見守りセンター **となとな** 内）

電話：050-7102-3228 / 相談専用電話：072-843-2255 / FAX：072-846-7952

当センターでは、相談・居場所「ひらぽ」・家族の会を行っています。