

# 輝 ねむろ

We Love Nemuro!



## 新たな「夢」実現に導く指導者に

「指導者として、平成26年度の中体連全国大会出場という目標は、破れはしたものの、子どもたちは、スポーツの楽しさ・喜び・厳しさ・悔しさを実際に肌で感じることができたと思います。」と笑みを浮かべ話すのは、現在、啓雲中学校でバレー部の顧問をしている中村香奈恵先生です。

と部活動と通して、専門性を活かした指導を行っています。中村先生が大切にしているのは、スポーツで勝つことではなく、「草むしり」や「雪かき」、「雑巾がけ」を自ら率先してできる人間性。そういうことができる生徒なら「全国大会も夢じゃない」と思ったそうです。

中学校での3年間、全国を目指し頑張り抜いた部員へ「最後の中体連全道3位は立派。チームでは届かなかった全国を、それぞれの目標へ変え胸を張って前進してほしい」と話し、中村先生自身も新たな夢へ向け、頑張る覚悟を誓いました。

なかむらかなえ  
**中村香奈恵**さん  
根室市立啓雲中学校教員

1976年生中標津町生まれ。平成7年旭川実業高校卒。平成11年北海道教育大学旭川校を卒業し教員となる。平成19年に根室へ転勤。趣味は、ピアノ、剣道。特技はスポーツ。



タイムで生徒にアドバイスする中村先生（全道大会）



### いざというときの風水害対策に備える

## 防災アラカルト



市ホームページQRコード  
※市のフェイスブック・ツイッターは、市ホームページからご覧いただけます。

#### ○風水害対策の基本は情報収集から

台風や豪雨は、来る時期や規模などがある程度予測することができます。

注意が必要な時は、日頃から天気予報を気にかけてテレビ・ラジオ・インターネット【気象庁や市ホームページ（ねむろほうさいのフェスブックやツイッター）】などで常に情報収集しましょう。

#### ○平常時の備え

家屋廻りなどは、浸水や強風への備えが必要です。例えば、屋根の剥がれ、アンテナの固定がされているか、窓ガラスのひび割れ・くづつきがないか、屋外に設置しているプロパンガスの固定はされているかなど、普段からの家の廻りなどを点検し、自分で改善できないものについては専門業者に相談しましょう。

#### ○過去の被害を参考に

風水害や土砂災害は、過去の被害情報が役立ちますので、身近な人や昔から住んでいる人に聞いて、危険地帯を確認してみましょう。ただし、それはあくまでも参考ですので、うのみにせず、危険を察知したら、とにかく早期避難を心がけてください。

#### ○避難場所の確認

いざというときにあわてずに行動できるよう、避難場所の道順を確認しておきましょう。