



Cultural Bridges

イサクア学校生活を上手に乗り切る為に家庭で役立つ情報

JAPANESE



教育革新

3ページ

もし大学進学しなかったら、
ケチャップがマスタードは
いかがですか、だよ

10ページ

全ての人種のご家庭へ

18ページ

読者の皆様、

私は今まで以上にこの地域と保護者、教育者のみなさんが子供達に質の高い教育を確保する為に示した粘り強さ、才能、思いやりに驚いています。ここまでの道のりは簡単ではありませんでしたが、公平で包括的なオンライン指導の実現にはまだ沢山やる必要があります。私たちは前例の無い世界に生きています、暗い雲に覆われている中にも希望の光は見つかります。子供達にとっては、新しい情熱と才能を開花させる良い機会かもしれません。子供の直感力を利用し、好奇心と自己を見つめることは良い刺激となり、もしかしたら幸せな生活に続く道を見つける力になるかもしれません。

Gibson Ek高校の生徒、Nathan Grahamが10ページで説明しているように、発達期とは選択肢を模索する時です。彼は学生を誤解させ、間違った希望へ導き、不幸が潜んでいるかもしれない未来と巨額の学生ローンの契約をさせてしまう現在の風潮に懸念を示しています。彼が自分のアイデアを抵抗なく共有し、Gibson Ek高校が子供達の高校進学先としてこの学校区に存在することは、生徒自らが将来への道のりを構築し、次世代イノベーターを育てる為に学校区が絶えず努力している事を示しています。

また、文化的配慮の方法についても取り組んでいます。この号では、文化的能力をいかに育てるか、お手本や会話を通して子供達に文化を理解する力を与える方法についての寄稿が複数掲載されています。

Cultural Bridgesプログラムは Marisol Visserのリーダーシップの元、学校区内の文化的ギャップを埋める手助けを続け大きく成長しました。今月、彼女はイサクア市での新しい職務に就く為現在の職を離れます。私たちは彼女を永遠に感謝します。彼女と数年間一緒に仕事ができた私は大変恵まれていたと個人的に思います。職場は離れても、これからも地域がより包括的になり、あらゆるバックグラウンドを持つ人々を歓迎する場所にする為に何からの形で彼女と共に働くという事に変わりはありません。Marisolは彼女の言葉で「現職を離れるのは少し悲しく、感傷的な瞬間です。このプログラムに全力を尽くしてきました。そしてこのプログラムの可能性と生まれ続ける素晴らしい結果を信じています。」と言っていました。

私は次のCultural Bridgesプログラムマネージャーになる機会を受け入れた事をお知らせします。Marisolの培ってきたものを尊重し、継続していく為に最善を尽くします。私は自分の仕事に情熱を持ち、刺激を受けていることは確実です。そしてイサクア学校財団と、この多様性のある地域をサポートして行ける機会に大変感謝しています。

ひらめき得る何かを見つけていただければ幸いです！
有意義な秋をお過ごしください！

Alicia Spinner



ALICIA SPINNER
プログラムマネージャー
alicia@isfdn.org

KELLY BURCH
表紙デザイン

LIZ ST. ANDRE
英語編集

NANA TSUJINO
日本語編集

NORMA RODRIGUEZ
スペイン語編集

SEONYOON KO
韓国語編集

TRAM PHAM
ベトナム語編集

YANA ALENTYEVA
ロシア語編集

YINGYING CUI
中国語編集



このプログラムは、
ISFによって運営されています



イサクア学校財団	3
イサクア学校区	5
キンダーガーデン	6
エレメンタリー	7
ミドルスクール	8
ハイスクール	10
カレンダー	12
Nourishing ネットワーク	14
カルチャーコネクション	18



Cultural Bridges

Issaquah Schools Foundation

イサクア学校区と
その地域コミュニティ内の
多様な文化を持つ家族及び
子供達同士の関係構築

この雑誌は Cultural Bridges
プログラムからの情報を
掲載しています。プログラムは
イサクア学校財団の支援により
運営されています。
寄贈者、読者、保護者、
地域メンバーの皆様
に感謝いたします。
財団への寄付は isfdn.orgまで。

この雑誌のPDF版をご希望の方は、
希望言語 (英語、中国語、韓国語、
ロシア語、スペイン語、ベトナム語、
日本語) を明記の上:
culturalbridges@isfdn.org
までご連絡ください。

Cultural Bridges Magazine、無断複写 転載を禁じます。 Cultural Bridges Magazineは、地域で配布され、イサクア学校財団の助成を受けている無料のコミュニティマガジンです。その使命は、地域の読者に教育、健康、栄養、時事問題、イサクア市の多様な文化などについてのトピックをカバーし、生活の質を豊かにする情報を提供することです。 Cultural Bridges for Educationは、雑誌に掲載されている記事や広告で表明された見解を必ずしも支持または表明するものではなく、広告主が公開した情報、製品、サービスについての責任を負いません。この出版物の一部は、事前の許可が必要な複製、翻訳、または転載である場合があります。

教育革新

お子様の教育をイサクア学校区へ委託していただき、ありがとうございます。33年間にわたり、イサクア学校財団は生徒がその潜在能力を開花させる手助けを牽引する役割を果たしてきました。今日の状況は今までと大きく異なりますが、財団は献身的に私たちの使命と子供達に向き合い続けています。子供達は可能な限り最高の教育を受けるに値する存在です！イサクア学校財団はCovid-19パンデミックにより生じた生徒と教職員の新たなニーズに対応していきます。

- 厳しい経済状況の中で、私たちは地域パートナーと資源を確保し、食糧不安に直面している家庭の為の食糧確保を行いながら、生徒の基本的ニーズに答える為1000を超えるバックパックと学年相応の学用品を提供するべく積極的な取り組みを行っています。
- 財団は生徒の成功の鍵は公平な教育資源へのアクセスだと信じています。前例の無いテクノロジーへの需要拡大により、ヘッドセット、小さい机、オンラインプラットフォームCleverとCanvasへのログインヘルプなどの必要なツール提供と全学年向けのオンラインデジタル教材、エレメンタリー向けのReading A-Z by RazKids、中学向けのNewsela、高校向けのNo Red Ink提供のための資金援助を行っています。
- 私たちは学習を容易にするための教育資源を提供することの重要性を認識しています。学校区との緊密な協力を通して生徒が個々の課題 宿題をこなす負担を軽減するのに役立つ対面又はバーチャルの支援体勢を作成中です。私たちのウェブサイトにある The Parenting Toolboxは、家庭での学習に役立つヒントやアート関連のレッスンを含むサポートを提供しています。
- 家族が被る精神的、感情的な犠牲は憂慮すべきものです。家庭のストレス、不安、自殺予防、人種的トラウマなどの重要なトピックについての講演会やワークショップ開催への資金提供をすることにより生徒と保護者を啓発し、力を与えます。
- 教職員への助成金、専門能力開発トレーニングは生徒の為の革新的な教育を対面式とリモートの両方で行う為に重要です。私たちは教職員に対する Clever、Canvas、MS Teamsなどのオンラインツールやカリキュラムのトレーニング、公平性、文化理解能力、人種的トラウマ関連トレーニングへの支援をしています。



助成金を申請しましょう！

イサクア学校区内の教職員は、イサクア学校財団からの助成金を申請することができます。この制度は生徒の学習環境を強化させ、革新的教育を反映した説得力のある需要に応えます。

助成金申請は教職員本人からの了解があれば学校保護者やPTSA会員による推薦も歓迎します。現在は申請受付停止中ですが、新規助成金の申請は11月より再開します。





自宅で 地域共同体

単なる病院やクリニックではありません。その場所はあなたの家族が何を必要としているか知っています。あとあなたのファーストネームも。その場所は子供達を活発にします、大学までの若者も。元気で暮らしやすく。その場所はより健康的な地域共同体を作っています、あなたと共に。

SWEDISH ISSAQUAH

751 NE Blakely Drive

Issaquah, WA 98029

425-313-4000

www.swedish.org/issaquah-kids



SWEDISH

Issaquah

保護者会議

Lorna Gilmour

イサクア学校区エクイティ&ファミリーパートナーシップスペシャリスト

イサクア学校区は益々文化的に多様化しています。2001年、学校区における生徒の人種による割合は約85%が白人で15%が有色人種でした。現在は白人が約50%、有色人種が50%という割合になっています。

この人口統計の変化を踏まえ、イサクア学校区は職員がトレーニングを通して他文化に対する意識、知識、スキルを高め、文化的に有能である事を保証する取り組みを行っています。約90%の教師が白人である事、尚且つ米国内での教育経験が主であることから、学校区では教師が他国の教育システムを学ぶ機会を提供しています。



教師が他文化への認識、理解を深める機会の一つに学校での専門能力開発（通常全ての教師に対して水曜日に開催）があります。保護者会議は学校区内の様々な学校で紹介され、パネリストは他国（中国、インド、韓国、メキシコ、コロンビア、デンマーク、ウクライナ）での義務教育を受けた保護者たちで構成されています。

会議中、保護者たちは他国の教育システムの概要、その国での教員と保護者間のコミュニケーションの取り方、教室内や学校における生活様式の基準や宿題 テスト 成績に関する質問に回答し、話し合います。このような情報は教師が他文化への意識を向上させる過程で大きな助けになっています。

例えば、他国で育った教師を除き、アジア諸国での成績順位システムに関して知っていた教師はごく少数でした。結果、保護者と教師が子供の様子を問う会話で保護者から聞かれる「子供のクラス内での順位は？」などの質問が、教師にとってその意味が分からない「文化的に断絶された」質問になってしまいます。米国内では生徒のクラスの累計パーセンテージによるランク付けや個々の成績は公表されていません。

他の例として、クラス内での生徒による授業参加に対する観点が米国とその他多くの国で異なります。米国では、生徒は積極的に授業に参加し、質問、意見を述べ、議論する事が推奨されています。このような相互参加の目的は生徒が自らの学習方法を学べるよう補助する事です。しかし、他の多くの国における教育とは、知識、事実と情報を学び、得た知識を期末試験で評価する事です。教室内での議論や生徒の意見を問う様な事は他国ではあまり一般的ではありません。国によっては生徒は授業中静かにしていることが求められ、教師への問いかけは教師を軽視していると見なされる場合もあります。

保護者会議によって、教師は多様な文化を持つ多くの家庭に対して、より良い、深い理解を得ることが出来ました。この知識や意識は生徒への指導や、保護者との明確なコミュニケーションを取る際のスキル向上の手助けとなりました。それと同時に保護者との信頼関係構築にも役立ちました。

会議に参加した保護者からは、会議が自分たちにとって米国の教育システムをさらに良く理解し、学校や教師と文化的に繋がっていなかった点を認識し、教師とより良いコミュニケーションを取っていく為の手助けになった、との報告を受けました。この保護者会議（Parent Panels）に参加ご希望の方はメールでgilmourl@issaquah.wednet.edu までお知らせください。

保護者会議（Parent Panels）今年度の予定

Beaver Lake - 11月18日

Creekside - 3月24日 2PM

Grand Ridge - 1月20日

Newcastle - 4月14日 2PM

お子さんの通う学校が予定リストになく、参加ご希望の方は Lorna Gilmour:
gilmourl@issaquah.wednet.edu までメールでご連絡ください。

多言語学習をサポートするヒント

Jill Klune, NBCT, RPCV

イサクア学校区中高ELLスペシャリスト

多言語の中で学習するお子さんをサポートする為の最初の大事なステップは、イサクア学校区内で使用される用語を理解しておく事です。

- **ELL:** 英語学習者
- **Multilingual learners (マルチリンガルラーナーズ):** 現在ELLを受講中の生徒、2言語学習受講中の生徒（クラーク&イサクアバレー、キンダーレベル）、現在ELLを受講していない多言語使用生徒
- **Oral language development (オーラルランゲージデベロップメント):** 意味が分かるコミュニケーションに焦点を当てた、異なる状況でのスピーキングとリスニングの練習
- **Social language (ソーシャルランゲージ):** 基本的な対人コミュニケーション、家庭内や友達間で使用するカジュアルな言葉
- **Academic language (アカデミックランゲージ):** 学習時に使用する言葉、フォーマルな言葉や文章、職業言語
- **Asset:** 様々な状況で、生徒による多言語の使用を「財産」として尊重する事に焦点を当てる考え方。トランスランゲージ（英語力の ____ の分野が未発達である、などの学習過程の不足に注視する事に反する考え方）も含まれる。
- **Translanguaging (トランスランゲージング):** 多くの場合、同じ会話内で複数の言語を使用するコミュニケーション方法。言語習熟度とその言語の使いやすさによって個人差がある。

6


言語学習を家庭内でサポートする一番良い方法は？

生徒の学習面、その他のニーズについて意思疎通を行うために会話する機会を与えましょう。オーラルデベロップメント、自己主張、言葉の選び方、多言語理解力（社会面、学習面）などの発達目標達成の助けになります。使う言語は生徒に任せましょう（あなた自身が多言語を使う場合、特に重要です）

多言語家庭として、生徒の言語能力を向上させ、成功へ導く為に一番大事な事は？

家庭内の言語を使った読書です。これが多言語を理解し、多言語を駆使する力につながります。家庭内の言語で読んだ本について話し合う、一緒に音読をする（ページごとに音読を交代）なども含まれます。

学校での出来事について家庭内の言語を使って話し合う事も重要です。これは多言語能力を社会面と学習の面で向上させる上で重要です。そして英語での学習言語を学ぶ為の脳内環境を構築します。これは英語以外を母国語に持つ保護者のみが提供出来る独自のサポート方法です。



家庭内言語を使った読書は、
子供の読む力を
さらに高めるのに
役立ちます！

CLEVER と SEESAW

Clever

Cleverは一回のログインで生徒が様々なカリキュラムツールや情報へアクセス出来るオンラインポータルです。Cleverは複数のユーザーネームやパスワードを覚えておく手間を省きます。

リモート学習の補助として、教師はClever内にページを持ち、生徒の学習を管理しています。

ライブ録画レッスンと各種課題はSeesawやTeamsなどを通じて提供されます。

CLEVERはZearn（算数）、Quaver（音楽）その他教育テクノロジーツールへのアクセスを提供しています。各生徒にCLEVERアカウントが付与され、ログイン後は他のプログラムへアクセスす

る事ができます。生徒のユーザーネームは名字のアルファベット最初4文字に続いて名前のアルファベット最初の3文字、続いて高校卒業年（2桁）です。パスワードはStudent ID番号です。全て半角文字で入力してください。

例：John Smith、高校卒業年2030年

ユーザーネーム：SmitJoh30

パスワード：Student ID番号 7桁

*卒業年とStudent ID番号はファミリーアクセス内のStudent Informationで確認できます。<https://www.issaquah.wednet.edu/family/FamilyAccess>

CLEVERにログイン後、SEESAWのアイコンをクリックしてください。



SEESAW とは?

SEESAWは、生徒が教師からのお知らせや学習関連ビデオを閲覧し、ジャーナルへの投稿や課題の提出などが出来る学校区提供のセキュアサイトです。生徒が課題を終えた後、教師と各生徒の保護者はログインして提出された素晴らしい作品を見る事ができます！

クラスルームページの見方

生徒のアカウント内では、担任のSEESAWクラスのページ、音楽、PE(体育)、ライブラリーへアクセスできます。

重要：自分がこれから取り組む特定のクラスを選びましょう。

SEESAW内で生徒は何が出来るか? 生徒は・・・

- SEESAWラーニングツールを使って各自のジャーナルに投稿
- 課題の閲覧、提出（教師からの「assignments」）
- 教師からのお知らせを閲覧
- 自分の課題にコメントをつける

割り当て課題とは?

教師は特定の課題を生徒に与える事ができます。それぞれのクラスでやるべき課題がある場合、生徒に通知されます。

*これは保護者用アプリには表示されません

課題に取り組むには・・・

「Activities」のタブをクリックすると、当該クラスの課題が表示されます

「+Add Response」ボタンをクリック

課題の説明を読む、又は聞く

課題に取り組み、終わらせる

ジャーナルに投稿する時、必ず課題右上の緑のチェックマークのクリック

上記のやり方で投稿された課題が見当たらない場合は、教師がまだ確認をしていない可能性があります。

生徒はどの様な方法で課題に取り組めますか?

色々なツールを使って課題に取り組む事が可能です。課題によっては特定のやり方が示されますが、それ以外では下記の様なツールを選ぶことができます：

- 写真 - 写真を撮って投稿できます
- 描く（書く） - ホワイトボードに描くように絵や文字を投稿できます
- 動画 - 動画を撮影して投稿できます
- アップロード - 別途作成 保存されている写真やビデオをアップロードできます
- ノート - タイプされたメッセージを投稿できます

リンク - 他ページへのリンクを投稿できます
緑のチェックマークをクリックして課題や作品をジャーナルに追加してください。SEESAWについてのご質問はお子さんの担任教師にお問い合わせください。みなさんのヘルプがあってこそ、生涯学習の為の学校を作り続けていくことができます！

Robin Wall作成のISDウェブサイトより転載



CANVAS



Canvasはイサクア学校区内の6~12年生向けの学習管理システムです。Canvasを通して生徒は全ての授業へアクセスし、課題を提出したり教師やクラスメイトと繋がることができます。

生徒用Canvasログイン

ユーザーネーム：学校で使用するコンピューターにログインする時に使用するユーザーネームと同じ：
 名字のアルファベットははじめ4文字
 名前のアルファベットははじめ3文字
 高校卒業年2桁

例：Jane Smith 卒業2026年：smitjan26

パスワード：7桁のstudent ID番号に続けて大文字でISD

保護者用Canvasログイン

保護者はオブザーバーとして生徒の授業内容を閲覧することができます。

ユーザーネーム：初めてログインする時はSkywardに登録したEメールアドレスをユーザーネームの欄に入力してください。パスワードには何も入力せず、「Forgot Password」の文字をクリック、指示に従いパスワードリセットのページで新規パスワードを作成してください。

ログインのアシスタントが必要な時はメール

ISDは明確で一貫性のあるデジタル学習プラットフォームを提供する事をお約束します。Canvasは生徒の学習経験を合理化します。Canvas Dashboard内では生徒が受ける全てのクラスが表示されます。Canvasを通して出来る事は：

- 教師の情報、年間学習要綱、クラス内で求められる事項などへのアクセス
- ライブ配信授業への参加
- ライブ授業を欠席した際の授業録画見直し、その他指導ビデオの閲覧
- 各コースの課題や提出方法などの情報へアクセス
- 全クラスの課題提出期限を1つのカレンダー上で閲覧

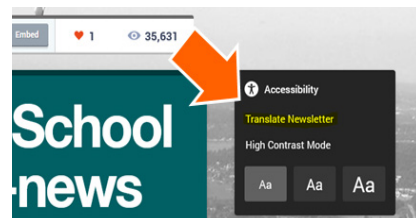
詳しくは、ウェブサイトを参照してください：<https://www.issaquah.wednet.edu/district/departments/Technology/canvas>

テックサポートライン

学校区提供のテクノロジー関連での問題はイサクア学校区のテックサポートライン425-837-6371へご連絡ください。

学校区ウェブサイトを英語以外で表示するには？

学校区のウェブサイトは、ご希望の言語に切り替える事ができます。学校区ウェブサイトにおいて、右上の「select language (言語を選択)」のプルダウンメニューからご希望の言語をお選びください。



Select Language | Search this site...

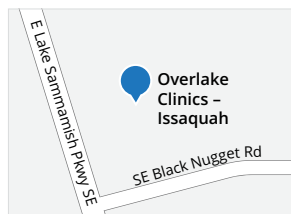
5150 220th AVE SE, Issaquah, WA 98029
425-837-7000

今ドクターが

診察します。

本当です。今診察します。

オンライン待合室: overlakehospital.org/urgentcare



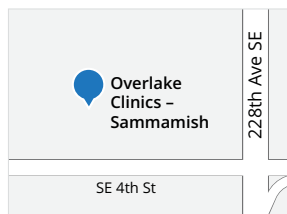
Overlake Clinics - イサクア

応急診療

毎日, 7 a.m. - 11 p.m.

電話: 425. 688. 5777

5708 E Lake Sammamish Pkwy SE
Issaquah, WA 98029



Overlake Clinics - サマミッシュ

応急診療

月~土, 正午 - 10 p.m.

電話: 425. 635. 3080

22630 SE 4th St, Suite 300
Sammamish, WA 98074

もし大学進学しなかったら、ケチャップかマスタードはいかがですか、だよ!

Nathan Graham

Gibson Ek High School 12年生



私は2年間で得られる修了証書、実習プログラムの価値を信じています。Gibson Ek High Schoolでは、生徒は11-12年生の間にコミュニティ内のニーズを特定し、それらを解決する方法を見つけるシニアプロジェクトを課せられます。私は自らがプロジェクトのリーダーとして、この代替教育プログラムから何を学んだかを研究し、その周りで過半数のスキルを習得したことを証明したいと思っています。父が大学での経験を重視しているのはわかりますし、誰にとっても良い事だと思っています。でも私は他に何かあるはずだと強く信じていました、隠された、価値があるけれどあまり評価されていない何か。父が間違っていると証明したい思いが私のプロジェクトに対する動機の半分を占めています。

私にとっての動機の殆どは耳に残っている父からの言葉「もし大学進学しなかったら、ケチャップかマスタードはいかがですか、だよ」です。父の言わんとしている事は、4年制大学での教育を受けていなければ、残されたキャリアはファストフードでの仕事だけだということです。

父が大学での経験を重視しているのはわかりますし、誰にとっても良い事だと思っています。でも私は他に何かあるはずだと強く信じていました、隠された、価値があるけれどあまり評価されていない何か。父が間違っていると証明したい思いが私のプロジェクトに対する動機の半分を占めています。

近所の大人と話す事は、私の住む地域の技能職や技能訓練に対する偏見を再認識させられます。彼らは「大学はどこへ行くの?」や「どの分野にいきたいの?」など質問はするものの、私が電気技師になるという考えは思い浮かばない様です。彼らが会話のきっかけを探してくれているのは分かりますが、同時に私が進学しないと聞いた時の心配そうな眼差しも見て取れます。そして私たちの高校で職業訓練校というものが適切に言及されていないのは誰もが同意する事だと思っています。現実には全ての高校生が大学進学へ重点を置いている為、この地域の企業は4年制大学の学位を要しない仕事に今すぐ就ける資格労働者を探す事が困難になっています。

従来型の大学進学が皆に同じ意欲を与え、人生において最高の経験を得られるという考えは偽りです。私の目標は皆が外の世界をもう少し沢山見て - 本当の実践的で満足いく潜在的な職業に就く為の手助けをする事です。

時間をかけて自分が何をしたいかを考え、可能性を探る事は非常に良い決断です。夢の仕事を見つけるかどうかに関わらず色々な技能職について深く知り、その仕事の一般的な1日の流れを学ぶ事は、自分にとって何か効果的か、何が効果的でないかの判断に役立ちます。私は自分にとって一番学びを得られるのは100人が集まる教室で講義を聞く事よりも、創造、実践、発見からだと理解しています。この時代、この地域では大学進学が必要だと考えられています。成功とはそんなにシンプルなものではなく、個々によって違う意味を持っています。私は職業訓練校と実習制度が自分自身と周りに如何に大きな利益をもたらすかを知りました。

1兆6000億ドル

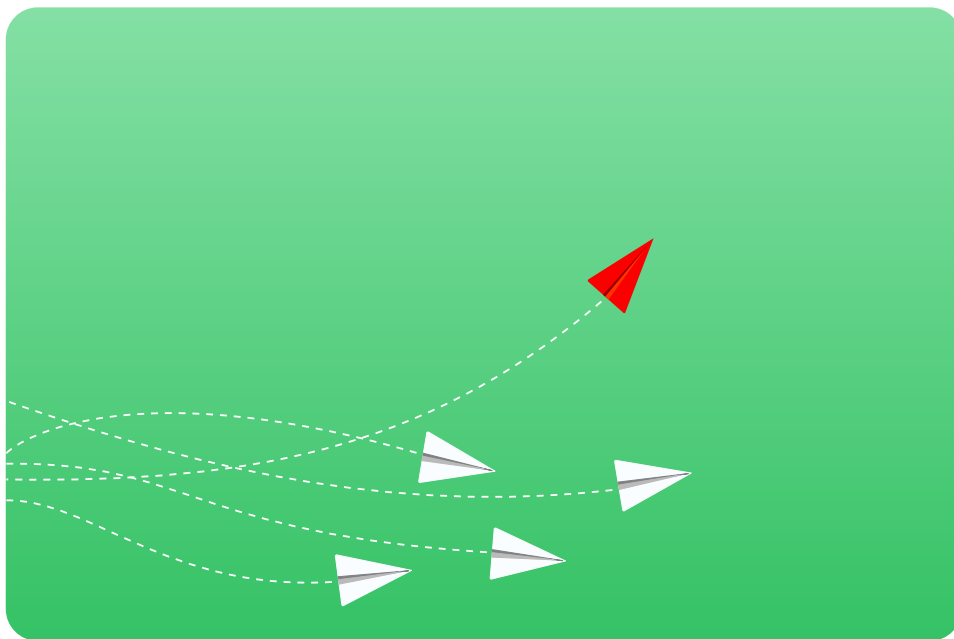
これは米国内での学生ローンの合計債務額です。

住宅ローンの次に多額です。(*)

技能職に分類されている職業で注目されるのは：電気技師、板金労働者、溶接士、風力タービン技術者、エレベーター技師です。風力タービン技術者は例えば先10年間で75%の雇用拡大が見込まれています。もう少し危険度の低い仕事を探しているとしましょう。建築製図士、歯科衛生士、放射線療法士、超音波検査技師はどうですか？ 歯科衛生士に必要なのは2年間の準学士号だけです、そして先10年間の歯科衛生士の雇用は平均以上の11%の拡大、時給35ドル（年間7万5千ドル）の収入が見込まれています。

学生ローン債務は、問うまでもなく4年制大学進学における最大の欠点の一つです。多くの専門学校は4年制大学の20%ほどの学費しかかかりません。私の父は平均年間授業料が9千500ドルほどであった1991年に大学を卒業しました。現在、平均年間授業料は2万5千ドルです。2005年の学生ローン平均月間債務額は227ドルでしたが現在は393ドルです。5万ドル以上の学生ローンを抱えて4年制大学を卒業する学生は2000年の頃より3倍以上、全債務者の5%だった2000年と比べ、2014年には17%に増えています。（インフレも考慮に入れています）

現在技能職への需要がある事実、そしてその需要は将来増えていくのみです。統計によると、技能職に新たに就く人数よりも定年退職する人数の方が上回っています。その為、この先10年間で補充される人数は、必要な人数の70%だけです。4大卒であることが必須の仕事は非常に限られた職の安定性しかなく、一方技能職には安定した需要があります。ワシントン州内、特にこのイサクアでは、そこで働く為に必要な技能資格取得に対して学費を支払うスカラーシップを提供する企業もあります。



職業訓練校では、準学士号を取得した後必要に応じて4年制大学へ転入し、はるかに安いコストで学士号を取ることもできます。この例は看護の学位です。実習制度とスカラーシップは「技能職」への偏見から定員オーバーになる事はありません。私は若い人たちが好奇心を持ち、代借教育とキャリアについて学ぶよう働きかけます。外には本当に素敵な機会があります。そして自分の情熱を見つけられるよう望みます。

*Educationdata.org

グレートキャリアカンファレンス

12月17日 [8:30a.m.-1:30pm]

このイベントはイサクア商工会議所と提携して開催され、通常の4年間のキャリアパス以外のオプションを学生に紹介します。このイベントの目的はイサクア学校区内の高校生に、資格、実習、又は2年の学位プログラムを通じて追求できるキャリアについて啓発することです。学生が選んだキャリアに関する講演者、ソフトスキル入門、大学のキャンパス訪問にランチなど盛り沢山の1日です。学校区による送迎とランチが提供されます！詳しくは：<http://isfdn.org/our-purpose/connecting-students-to-their-future/great-careers-conference/>

学校区行事

全校

10月19日: Teacher Work Day、生徒のみ休校
11月11日: Veterans Day、休校
11月26 - 27日: Thanksgiving、休校

エレメンタリー

保護者面談における教師とのコミュニケーションについて: 11月5日, 6:30-7:30pm

キンダーから5年生保護者向けの面談は子供の学校での様子を話し合い、子供の将来計画や問題点がある場合の解決策を見つける重要な機会です。この説明会では、面談を最大限に活用する方法についての提案を行い、面談へ向けて準備をする際のヒントを提供します。ファミリーアクセスを使って実際に12月4日、5日いずれかの面談日への予約を入れることもできます。イサクア学校区エレメンタリー保護者はどなたでも参加いただけます。

詳細は:
<https://www.issaquah.wednet.edu/family/cultural-and-family-partnerships/events>

12月2 - 3日: Parent-teacher conferences、エレメンタリーのみ休校
キンダーから5年生の保護者対象の面談

12月21日~1月1日: First Winter Break、休校

Apollo

9月30日: PTA総会 6:30PM
11月13日: PTA Reflections アートコンテストレセプション 6:00PM

Briarwood

10月26日: PTSA総会 6:30PM
11月16日: PTSA総会 (全体承認) 6:30PM

Cascade Ridge

10月5~9日: Cascade Ridge コヨーテチャレンジ
リモート学習とは殆どの時間をコンピューターの前に座っているという事です。Cascade Ridge PTSAは子供達が少しでもアクティブに体を動かせるよう1週間のステップチャレンジを開催します。学校全体で何歩あつまるでしょうか。

Challenger

11月17日: PTSA総会

Clark

11月24日: PTSA総会 6:30PM

Cougar Ridge

10月20日: PTSA総会 7:00PM
11月17日: PTSA総会 4:00PM
12月15日: PTSA総会 4:00PM

Creekside

11月6~13日: ファンドレイザーイベント Otter-thon

11月30日~12月4日: ブックフェア
11月12日: Reflectionsアートコンテスト授賞式
12月15日: PTSA総会 7:00PM

Endeavor

11月17日: PTSA総会 7:00PM

Grand Ridge

11月16日: コミュニティコネクション PTSA総会

Issaquah Valley

10月16~26日: Scholasticバーチャルブックフェア
10月30日: Reflectionsアートコンテスト締切
10月: Trunk or Treat又は秋のイベント 日時未定
11月14日: Goodwill Fill the Truck寄付イベント
11月17日: PTA総会

Maple Hills

10月22日: PTA総会 6:30PM

Newcastle

11月18日: 校長先生とおしゃべり 6:30PM

Sunny Hills

10月14~27日: Scholasticブックフェア
10月15日: PTA総会 10:00AM

Sunset

9月28日~10月11日: Scholastic ブックフェア

ミドルスクール

Issaquah

10月28日: 総会 6:30PM
11月18日: 総会 6:30PM

Maywood

10月15日: 総会 6:30PM
11月10~13日: ブックフェア

Pacific Cascade

10月14日: 総会 3:00PM
10月23日: Reflectionアートコンテスト締切

Pine Lake

10月21日: PTA総会 1:00PM

ハイスクール

Skyline

10月3日: バーチャルACT模試 9:00AM
10月10日: バーチャルSAT模試 9:00AM
10月14日: ACT/SAT模試スコア結果と対策 7:00AM

Gibson Ek

10月15日: Aiden Key氏による「LGBTQA理解への道」6:30PM
取り上げるトピック:
ジェンダー包括への取り組みに対してワシントン州教育局が州内の学校に提供しているものは何か。

他に取り組むべき課題は何か。
性同一性: 科学、医学、社会的にこの概念を理解する。
子供(又は子供の友達)がトランスジェンダー、ノンバイナリー(中性)だと告白された。さてどうする?
多様なジェンダーの子供達への支援に関して、家庭は学校に何を期待するか。
彼 彼女などの呼び方、お手洗いなどに重点を置くのはなぜか、それに対する論争はなぜ起こるか。

10月22日: PTSA総会 6:30PM

Issaquah

10月1日: 「Paying for College without going broke」講演会 7:00PM
10月7 21 28日、11月4日: バーチャル大学訪問 10:00AM
10月12日: シニアクラス写真締切
10月13日: 総会 7:00PM
10月16日: クラブフェア 1:25PM
10月30日: PTSA Reflection アートコンテスト締切
11月2日: シニアイヤーブック広告 ポートレート締切
11月5日: ニューファミリーアンバサダー: 校長先生とお茶会
11月7日: ACT模試
11月13日: 総会 9:30AM
11月14日: SAT模試
11月15日: イヤーブック購入期限1回目
11月17日: Reflectionsアートコンテスト祝賀会
11月18日: 模試結果返却セッション
12月9日: ニューファミリーアンバサダー: Molbaksへ買い物ツアー

Liberty

10月6日: 総会 6:30PM
PTSAの2020-21年度予算承認、委員会の最新情報、シニアイベント最新情報、LHS 校長Sean Martinより学校に関する最新情報: ゲストスピーカー Hilary Cohen 氏: Swedish病院のメンタルヘルスカウンセラーによるLHS生徒への支援サービスについて講演。Zoomミーティングです。皆さんぜひご参加ください。参加方法はLHSのウェブサイト
www.libertyhighptsa.com まで。

ParentWiser はイサクアPTSA協議会内で保護者教育委員会の役割を務める非営利団体です。地元や国内の著名な専門家を招き、イサクア学区の保護者と効果的な子育てについての最新情報を共有しています。講演、ウェビナー、ディスカッションとドキュメンタリーフィルムを通して健全な学齢期の生徒育成をサポートする為のリソースを提供しています。

ParentWiserはイサクア学校財団とSwedish Medical Center、Overlake Medical Center & Clinicsの協賛を得て活動しています。ぜひイベントにお越しください!

出来る! ティーンにやる気を起こさせるには

ゲストスピーカー:
 Sharon Saline PsyD.
 2020年10月7日(水) 1:00~2:15PM

あなたの10代お子さんは、何かを始めるのもやり遂げるのも時間が掛かりませんか? Dr. Salineの長所に基づいた協調的アプローチ方を使って彼らのやる気を高める方法を学びましょう。言い争いやフラストレーションの代わりに彼らの賛同を得ながらやる気を高め、成功へとつなげます。これまで何百の家族を救ってきた、効果的で実用的な実行機能のスキルと早期自立を青少年に教える為の戦略を発見してください。あなたの10代若者は先延ばしを

減らし、彼らのやるべき事を成し遂げるでしょう!

より良い脳の構築: 子供の整理、集中、計画の能力を向上させる5つの簡単ステップ

ゲストスピーカー:
 Sharon Saline PsyD.
 2020年10月14日(水) 1:00~2:15PM
 お子さんと学校、宿題、お手伝いなどについて格闘するのにお疲れではありませんか? 学校での進歩を促進させるといふことは、子供の実行機能、例えば物事を整理する力、集中力、優先順位を付ける力などを磨く事を意味します。ベテランの心理学者、Dr. Sharon Salineは発達中の脳の研究、臨床経験と生徒達の実生活での経験からなる最新の研究に基づき、実行機能についてさらに深い理解と、何故それが学習過程で重要なのかを教えてください。

ライフスキル

ゲストスピーカー:
 Julie Lythcott-Haims
 2020年11月18日(水) 時間と詳細は未定
 ParentWiserのウェブサイトをご確認ください!

行動を超えて; 行動における難題の理解と解決

ゲストスピーカー:
 Mona Delahooke, PhD
 2020年12月9日(水) 7:00~8:15PM

痛癢や予測のつかない行動をする子の子育て中ですか? 攻撃性は どうですか? Mona Delahooke, PhD が脳神経学をベースにしたツールと戦略で行動上の難題を減らし、心理的な回復と安心 満足な関係を促進します。Dr. Delahookeは子供の個人差を理解するよう努める事が安心出来る関係性へのシグナルになるとも指摘しています。

Mona Delahooke, PhD は30年以上子供達とその家族を見守ってきた経験を持つ認可臨床心理士です。彼女は神経学的差異のある家族を持つ家庭に専門にサポートするProfectum Foundationの上級教員であり、ロサンゼルス郡メンタルヘルス部門の指導員でもあります。Dr. Delahookeは行動 発達 感情 学習面で違いのある子供達への思いやりと直接の関わりを基にした神経発達介入を促進することに彼女のキャリアを捧げてきました。

ParentWiser のイベントはイサクア学区内のPTA/PTSA会員なら無料でご参加いただけます。非会員の方、他の学区からの参加者は10ドルの寄付をお願いしております。一部講演はイサクア学区内のPTA/PTSA会員向けにオンラインで公開されています <http://ParentWiser.org/watch-online> ParentWiserやその他の特典付きのPTA/PTSAへの会員登録をお待ちしております! PTA/PTSAに関してはお子様の通う学校ウェブサイトをご覧ください。

コミュニティイベント

ローバーと本を読もう
 10月の毎週火曜日 4:00~5:00PM
 10月の毎週土曜日 10:00~11:00AM
 キング郡図書館

Reading with Roverはシアトルエリア全体の学校や図書館と連携したコミュニティ識字プログラムです。ライブビデオチャット上のセラピードッグ相手に読み聞かせをしてあげる事で子供の読解力と自信を養います。メールアドレスを使用して30分のセッションへご登録ください。Zoomビデオチャットへのリンクをセッション当日の朝9時までにお送りします。詳細はMs. Monica: mesands@kcls.orgまでメールでお問い合わせください。

第11回Issaquah Turkey Trotミニマラソン&ウォーキングイベント 2020年11月26日(木)~2020年11月29日(日)

ソーシャルディスタンスを保ちながらの4日間、7つのルートとコミュニティで作る楽しみ! 2010年から続くこのイベントは2019年には4200人も参加者を集め、イーストサイドの伝統的なホリデーイベントとなりました。2021年にはスポンサーがイベント当日会場にブースを置ける様な通常開催が出来る事を願っています。しかし皆さんの健康と安全を考え、今年のIssaquah Turkey Trotは感謝祭の週末を通して行います。感謝祭の日から始まり(木曜~日曜)混雑を避けるため、選べる7つの走行ルートを用意しました。詳細は: <https://www.issaquahturkeytrot.org> まで。

カルチャーイベント

ナショナルヒスパニック月間

キング郡図書館では「サルサ」をテーマにしたナショナルヒスパニック月間をバーチャルでお祝いします。張り子のマラカスの作り方ビデオやLa Clave Cubanaとのサルサパーティ、バイリンガルによる読み聞かせと美味しいサルサの作り方のバーチャル教室など。詳細はFacebookのページにて: <https://www.facebook.com/bibliotecaskcls/>

ガーナの民話と音楽

10月17日(土) 2:00~2:45PM

Kofi Anangさんによる民話、奏でるカリンバの優しい音色とドラムの力強い音を通して豊かなガーナの文化を体験。Shoreline-Lake Forest Park Arts Council提供
 10月16日の5PMまでにお申し込みください。16日夜までにZoomリンクをお送りします。詳細はJulia Gibson: jgibson@kcls.org まで。

死者の日キットと対話式Zoomクラス 11月1日(日)

今年、イサクアラティーノクラブは大事な祝日を家庭で楽しめるキットを作成中です。それぞれのキットは家庭で祭壇を作成するのに必要な物が全て入っています。無料。数量限定なのでお早めにお申し込みください! 今年はコミュニティで集まって祝うことが出来ませんが、イサクアラティーノクラブは皆さんがキットからどの様なものを作るか早く見たくて待ちきれず、11月1日(日)に皆さんとZoomクラスでお会いできるのを楽しみにしています。詳しくは: <https://www.facebook.com/LatinoClubIssaquah>

TECH ティーンからティーンへ：苦悩の時代に繋がりと健康を保つ

• TEENS ENCOURAGING COMMUNITY HEALTH •

Abby Zehnpfennig, Julia Kroopkin & Kyle Jackson
TECH (Teens Encouraging

COVIDはティーンにとって特に困難です

自粛も7ヶ月を迎えようとしている現在、COVIDの影響はさらに厳しいものになっています。高校新学年は金曜夜のフットボールゲーム、ホームカミングダンス、新学年のお祭りで始まるのが普通でした。コンピューターのスクリーンを1日中見つめるだけの社会的交流の欠如はティーンのメンタル面に破壊的影響を及ぼします。彼らは鬱や絶望感に悩まされていますが、トンネルの先には光があることを覚えておくのも重要です。みんなでこれ乗り越えていきましょう、前向きな気持ちと健康を保ちましょう。

鬱や疎外感と闘うために今できることを紹介します

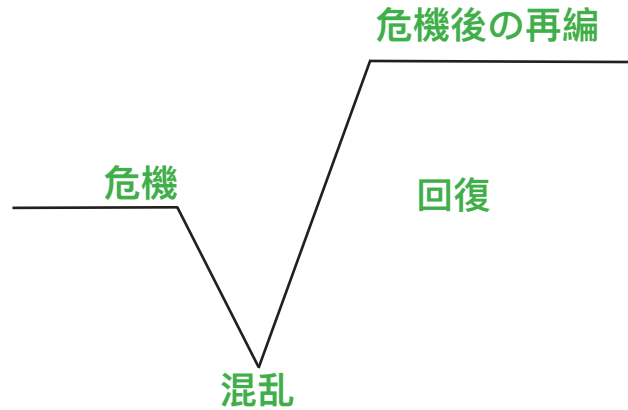
フィジカル面 なによりもまず運動が重要です。ソファーから起き上がるのは難しいかもしれませんが、体力維持は私たちの心と体の健康に不可欠です。運動は気分をよくするのに役立ちます。専門家によれば、脳が学習し 適応する為のBDNFを放出させるには1日30分のエクササイズが必要だと言うことです。運動ができない場合でも、外に出ることは重要です。新鮮な空気と太陽の光を浴びることは精神的健康に最適です。紫外線にさらされると気分に影響を与え、脳がエンドルフィン放出できる様になります。加えて毎晩十分な睡眠をとることも重要です。体は毎晩5-6回の睡眠サイクルを経る必要があります。これは一晩に7.5-9時間の睡眠に相当します。毎日決まった時間の就寝 起床を心がけてください。最後に、健康的な食事です。基本的な事に見えますが、食べ物は私たちの気分大きな影響を与えます。健康的な食事は肉体的 精神的健康にも役立ちます。

メンタル面 人間は社会的存在です。私たちは幸せになる為他の人と交流する必要があります。友人や家族と連絡を取り合うことは大事な事は知っていますが、実際に会えないと繋がりを感じるのは難しいかもしれません。フェイスタイム、スカイプ、Zoomは顔をあわせてのリアルタイム体験ができる良いプラットフォームです。ネットフリックスのパーティ機能は映画を一緒に見ている様な体験ができます。他の人へ良いことをするのも気分を良くします。友達や家族が近くに住んでいるなら、クッキーを焼いてお裾分けしたり、楽しいメッセージを玄関に置いておけば彼らの1日も楽しいものになるでしょう。もう少し小さい規模では、近い人をハグすることは影響大です。ハグは不安感、鬱、病気へのリスクを抑える作用がありますが、感染予防からハグする相手には十分注意してください。次に、休憩をとりましょう。COVIDだけでも十分なストレスである上にオンライン授業と課外活動のバランスを取るのとは不可能なのではと感じることがあります。少し気を紛らわせて充電するのは問題ありません。自分を労って、混乱している自分にフラストレーションを感じないようにする事を覚えておいてください。最後に、これが永遠に続く訳ではありません。今すぐでなくても、普通の生活に戻る時は来ます。自分をしっかりもって、私たちはいつも一緒です!



危機について考える

危機には様々な形があります; 予測できない、予測がつく、身体的、精神的、又は環境。潜在的に予期しない危機の影響はその長命さです。図が表しているように、危機はしばしば混乱、不快感、感情面での高リスク期間に直面します。しかし、身体はサポートと情報へのアクセスによって適応し、次の複雑な事柄に対応できる様に整えられます。COVID-19の様なパンデミックや大規模危機への広範囲の理解には深い対応を迫られる時もあります。大規模危機の渦中において、私たちは単に状況を理解して回復するだけということではできません。



不安はどの様に存在するか

危機とストレスへの対応はそれぞれ大きく異なるため、これは複雑な問題です。自分の基準は自分が一番知っています。自己の判断を信頼し、現実を認めましょう。私たちは皆、様々な形で影響を受け、独自の不安感を表しています。

どの様な症状がでる?

不眠, 麻痺, パニック, 怒り, 集中できない, 鬱 逃避

サポートへのアクセスと戦略

不安感の表し方が違う様に、それに対応するサポート戦略も個人で異なります。年齢、性格、社会における役割など、多くの要因によります。低学年児童には安全確保と保護が最重要事項ですが、中高生は不確実性が生み出す穴を埋める為の事実を望む場合があります。一部の人にとっては不安がピークに達した時、認知的再構築や不合理な思考信条への挑戦が役立つ場合があります。他の人にとっては目標を見つけて感謝の気持ちに立ち返る事が役立つかもしれません。一般的に回復力をベースにした戦略や、マインドフル行動も同じ様にこの危機に対して私たち自身とコミュニティをサポートしてくれるでしょう。

自分を労る

- 情報を得るが、情報に溺れない
- 現実に留まる
- 生産性を維持する、目的を見つけ、奉仕する
- 他とのつながりを維持する
- 健康を大局的に見る
- 感謝できる事を見つける

他者を労る

- 落ち着き 穏やかさを維持
- 安全の確保
- 日常をサポート
- 現実を認める
- ギャップを埋める
- 対応に焦点を当てる

若者の健康とウェルネスをサポートする

予防科学に基づく環境戦略のアプローチは家族が意図をもって努力することを可能にします。保護者にとってこの情報は、子供達が彼らの将来をコントロールする手助けをするために大変有用です。

一般的な保護要因

- 遅用/欲張らない
- 継続的なコミュニティメッセージ
- 地域の一員になる 気になる事は声をあげる
- バリアにアクセスする
- 地域貢献の機会
- 家庭、学校、地域のプログラムは連携する必要がある
- 許容できる行為と薬物使用に対して高いハードルを設定する
- 若者の生活のあらゆる面に存在する
- 助けを求める!

一般的なリスク要因

- 遺伝
- 周囲からの影響又は圧力
- 監督不行届
- 地域の情報資源や機会の欠如
- 薬物使用/行動に関する不明瞭な期待
- 周囲への不正確な認識と親の懸念
- 特権意識
- 疎外/置き去り

インフルエンザザチョイスは薬物使用やその他の不健全な行動パターンを減らし、若者の精神的、社会的、情緒的な健康を支援すると同時に、リスクや保護要因に影響を与えるように活動しています。詳細は www.influencethechoice.org をご覧ください。

イサクアロータリークラブ

イサクアロータリークラブはビジネスの連携や友人のネットワークを構築しつつ 地域と世界のコミュニティに貢献するために存在しています。多様なバックグラウンド、年齢から構成される男女グループであり、関心は様々な専門、ビジネスと職業に至ります。ウェブサイト (www.issaquahrotary.org) で彼らの地域、国際活動について知ってください。カレンダーではミーティングの予定も見られます。門戸は常に開いています; イサクアコミュニティに関わりたい方にとってこれは素晴らしい機会です!

地域プログラムの中にはスカラシップをはじめPartners for WorkやStudent of the Monthなどイサクア学校区内の生徒へ良い変化をもたらすものもあります。

パートナーズフォーワーク

このプロジェクトはイサクア学校区のAcademy of Community Transitions students (ACT)プログラムをサポートしています。The Rotary Clubは数人に模擬面接を行い、クラブの出迎え役として雇うことにより、ハンデのある若者が意義ある雇用へ備える為の実地訓練をしています。この素晴らしいプロジェクトはキング郡とそのコミュニティ全体に全員参画の機会を作り出しています。

今月の優秀生徒賞

Issaquah Rotaryは学年度中イサクア、リバティ、タイガーマウンテン高校の教師が推薦した生徒を、毎月様々な学習 スポーツ リーダーシップ活動の成果として表彰しています。表彰された生徒はロータリークラブの会合で保護者と推薦した教師と共に紹介されます。Student of the Monthは会合の中で皆が楽しみにしているお祝いです。価値のある若者をさらに高い目標へと奮い立たせ、若者がより良い理解ある世界を形成する為の自信を強めます。



www.issaquahrotary.org

今月の優秀生徒賞・2月受賞者

Cameron Zielinski, 音楽 [Issaquah High], Alaina Dean, ドラマ [Issaquah High] Shelby Wengreen, キャリア&テクニカル教育 [Issaquah High], Jackson Poile, 音楽 [Liberty High], Sebastian Méndez, 音楽 [Gibson Ek]

スカラシップ

The Issaquah Rotary財団はIssaquah, Liberty, Gibson Ek高校を卒業する生徒へ、継続教育費補助のスカラシップを提供しています。これらの高校を今年卒業予定であればこの奨学金の申込資格があります。5月上旬に面接段階へ進む生徒がロータリー会員によって選出され、その後奨学金受給者が決定します。申込の詳細は: <http://www.issaquahrotary.org/index.php?storyid=75589> まで。

地域パートナーの皆さんに 感謝いたします！



Cultural Bridgesはイサクア学区内の保護者の関与を高め、生徒の成功につながるように支援します。

保護者/生徒向けイベントの主催、7カ国語による季刊雑誌の発行を通して家族が学校生活を乗り切るためのサポートをします。



全ての白人・非白人家庭の皆さんへ

Alicia Spinner
Cultural Bridges 編集

Dr. Caprice Hollinsは2年以上にわたりイサクア学区のスタッフと協力して公平性と文化的理解についてのメッセージを発信してきました。昨年2月、学区の保護者は博士から文化的に有能な家庭になる方法について学ぶ機会がありました。ここでは私の個人的な感想をお話します。

彼女はまず聴衆に、自分達が成長していく段階で人種についてどのような事を教わったのかを問いかけました。殆どの白人家族が人種を口に出すことは悪い（口に出さない事は良い）事、人種差別は過去の事である、又はこれ以上文化的能力を高める事はしなくて良いと教わり、その証明として自らの持つ多様な人種との関わりを持ちだします。おそらく軍の中に他人種の知り合いがいたり、大学のガールフレンドが有色人種だったりしたのでしょうか。そういった理由から、白人家族はあまり子供と人種の話をしません。

それに対して、有色人種がどのように若いうちから人種というものは考慮すべき事だと自覚していくか、の説明がありました。多くの第1世代の移民はこの国に来るまで自分達が有色人種であることを自覚せず、彼らの人種に関する周囲のステレオタイプについて実体験から急速に学んでいきます。従って彼らは子供達と人種に関する話を頻繁にするのです。

人々が人種に関して様々な価値観を持つ場所から集まった後、自分たちが現代の多様性のある学校や地域内でお互い密に関わりあっている事に気が付きます。そして毎日のように小さいながらも影響力のあるmicro-aggressions（マイクロアグレッション 自覚なき差別）が起こります。

殆どの人に悪意がないことは分かっています。
でも実際彼らの言葉は「
あなたはアメリカ人ではない」
とされているような気分
に私をさせるのです。

The Merriam-Websterの辞書ではマイクロアグレッションを「（人種など）社会的少数派に対する偏見を多くの場合無意識に、または意図せず表現するコメントまたは行動」と定義しています。

個人的には、私のアクセントやブロークンな英語の話し方を聞いた人から、私がどこから来たのかをよく聞かれます。これは一番基本的なマイクロアグレッションです。おそらく彼らは私の見た目がラテン系だと分かるものの、どの国から来たのか、など純粋に出身国が知りたいだけかもしれません。時にはとあるメキシカンレストランや単にメキシカンフードが大好きな事を言いたくて堪らない人だったり、同じような状況が何度起きたか数え切れないほどです

私はこの手の攻撃は大抵無視し、自分への影響は何もないと思うようにするタイプです。メキシコの話をするのは大好きだし、自分が生まれた国にとっても誇りを持っています。しかし実際居心地の良くない思いをする時もあります。彼らは私がどうやってアメリカに来たか詮索したがついて、密入国したんじゃないかと思っている？ 彼らの仕事を奪うんじゃないかと思われる？ アイビーリーグの大学に受かったのは人種のおかげだと思われる？ 彼らは私がここにいていいと本当に思っているのだろうか、彼らは反メキシコ感情を持っているんじゃないか。



口に出す前に考える：もし誰かが傷ついたと言ったら、話を聞きましょう。
自己防衛に走らずに、学びに対してオープンになりましょう。



マイクロアグレッションは無邪気な言動に見えますが、**強力なメッセージが隠れていることがあります。**考えないようにしているつもりでも毎日心理的に刺さる矢を処理するのは私を含む有色人種や少数派グループにとって影響があります。

マイクロアグレッションは少数派同士においても起こる可能性がある事を申し上げておくのも大事です。何年前か、メキシコから訪問してくれた叔母とニューヨークの道をおしゃべりしながら歩いていた時、数人の黒人ティーンエイジャー達とすれ違いました。彼女が緊張感を走らせたのが分かったので何故か尋ねると、「私は人種差別者じゃないけれど、怖かった」と言われました。私は何と言ったらいいいのかわかりませんでした。彼女は良い人で、彼女が黒人の若者に関して知っている事と言えばステレオタイプだらけのテレビ番組からのみ、なのです。彼女の人生の中で黒人の若者と話した事はないでしょう。彼女の反応は私の心に留まり続け、マイクロアグレッションを感じる度に彼女の事を思い出そうにしています。

私自身が他人を傷つける事もあります。アメリカに来てサンフランシスココミュニティカレッジで英語を勉強中、アジア系の女性が見事なスペイン語で話し始めた時の出来事を鮮明に覚えています。思わずスペイン語が上手ねと言った私に彼女は苦笑いをして「コスタリカ人だから」と言いました。その時私は自分の発したメッセージが「あなたは私のグループに属していない」という意味を持つ事に気が付きました。この出来事はそのまま忘れまいたかったのですが私はそうしませんでした。私がしたことは後に子供達へ私の経験を伝え、マイクロアグレッションがいかに簡単に起こりうるかを子供達に理解してもらう事でした。

息子がある日、自分は算数が得意だから学校の子たちに「名誉アジア人」と呼ばれていると教えてくれました。子供達は誉め言葉だと思っているでしょう、でも内に込められたメッセージは：ラテン系は賢くない。

Dr. Hollinsは講義の中でマイクロアグレッションが起こる際、有色人種は白人を責めたり羞恥心を与える場合があるということを述べています。多くの場合、彼らは会話自体を避け、何事も無いようにふるまいます。反対に白人は他人種が遭遇する現実に関しての個人的専門家になる傾向があります。物事を自分の基準に落とし込んで相手が誇張しているか過敏になりすぎているかを決めようとします。そして自分の行動やコメントに悪意はない、相手の勘違いであると主張します。

Dr. Hollinsは、マイクロアグレッションが起きたのちどの様に会話を持つべきかについて話しました。私たちは家庭でこの手の会話をする方法を教えられてはいませんが、お互いに話す方法を見つけ出さなければ今現在存在する制度的人種差別の解体はできません。

ここでの大事な問いかけは、会話や手本を通して子供達の文化的能力を高めるにはどうすれば良いか？ということです。

人種差別についてどのように感じているか理解し、子供達に説明しましょう。自分の人種についてどう思いますか？白人は自分達のグループが行った差別行為を恥じ、有色人種はしばしば怒りを感じています。Dr. Hollinsは詳細の中で、もし子供がなぜ自分と他の人が違うのか質問してきたら、その機会を話し合いに使うべきだと述べています。そんな事を言っちゃダメとたしなめてはいけません。その言葉は子供に他者と違う事や、違いについて話す事は間違っていて、話してはいけない事だというメッセージを送る事になります。なぜあの人（肌の色が濃い、面白い話し方をする、髪の毛の様子が違う、肌の色が白い、目が小さい）の？

1. 思索 会話のスピードを遅くして質問をしてみましょう。彼らの方から人種に関する質問をしてきたらなぜそれを聞かずに逆に聞いてみましょう。どこからその質問が出てきたかの理解。自分は思う？なぜそう思う？このことに関して自分の理解は？

2. 知識 他文化に関する情報は多ければ多いほど、理解度が深まります。（この冊子にいろいろな人種による学区内での経験談を掲載しているのはこれが理由です）

3. スキル 子供からの質問を待っているだけではいけません。周りで起こっている出来事から会話を始めてみましょう。スキル発達を助け、子供（とあなた自身）に恵みを与えてくれるでしょう。私たちが文化的能力のゴールへ到達するにはまだ努力の道のりが続きます。文化は常に変化しています。この国でメキシコ人であるということは20年前に私が来た頃と比べると随分違うと確信しています。何かの一員であるということの意味は？この国でその人種、そのグループの一員であるということはどういうことか？黒人、アジア人、ラテン系、白人であるということとは？

Dr. Hollinsの講演に参加した後、家に帰った私は子供達とこの年、この国でラテン系であることについて話し合いました。子供達は人種についてオープンに話す事に慣れていますがDr. Hollinsが示してくれた方法が会話をさらに深いものにしてくれました。子供達が常に違いを尊重できる文化的能力の向上に必要なスキルを構築できるよう手を貸してあげましょう。私たち全員の務めです：あなたが白人でも、白人でなくても。



マイクロアグレッションは言葉、態度、環境などから発信されます。

言葉

「英語が上手ですね」＝あなたは外国人

「意見がきちんと言える人ですね」＝あなたの人種はあまり賢くない

「どうしてそんなにうるさくしないといけないの」＝自国文化は持ち込むな

言葉以外

有色人種とすれ違う時に女性がバッグを抱きかかえたり男性が財布を確認する
＝有色人種は危険

店内で有色人種が店員に付きまといられる＝有色人種は犯罪者だから注意

アジア人は数学や科学が得意と考える＝あなたの特徴を見れば、あなたはよそ者

環境

南北戦争時の南軍旗などのシンボル＝あなたはここに属さない

ネイティブアメリカンのシンボルや先住民をスポーツチームのマスコットにする
＝あなたの民族は野蛮人扱い

民族衣装の利用、死者の日の骸骨、着物、アラビアの長いチュニックを着てラクダに乗るなど＝あなたの文化風習を馬鹿にする権利がある

ParentWiser

このトピックについてさらに知りたい、又は公平VS 平等、特権、無意識の差別についてさらに理解し、人種差別撤廃に向けて子供達に関与を促し、協力していく効果的方法などをお知りになりたい方は、Dr. Hollisの講演ビデオをご覧ください。 <https://www.parentwiser.org/watch-videos> PTA/PTSA会員は無料で他の教育用ビデオにもアクセスできます。





イサクアのユダヤ人

By Dena Kernish
イサクア学区保護者

アメリカのユダヤ人をその経験から定義する方法は1つではなく、ユダヤ人家族にはそれぞれ独自の物語があります。9年前、私と家族はオハイオ州シンシナティからイサクアに引っ越しました。シンシナティのユダヤ人コミュニティへの積極的な参加経験にもかかわらず、西海岸のさらに多文化的で包括的な体験を期待して私たちはワクワクしました。

私の夫であるマイクと私はシンシナティで出会いましたが、どちらもオハイオ州出身ではありません。マイクはマイアミで育ち、私はニューヨーク市に近いニュージャージー州郊外で育ちました。マイクの母親はイスラエルで育ち、父親はユダヤ人の両親のもと米国で生まれました。私はホロコースト生存者の孫です。私たちの家族は米国、ヨーロッパ、イスラエルに住んでいます。私たちの家は一目でユダヤ人家庭だと分かる本、芸術品、儀式用の品物があります。グランドリッジの5年生の娘もヘブライ語学校に通い、来年のPCMSカルチャーフェアでイスラエルを代表することを楽しみにしています。IHSの9年生である息子は、中学生の時もっと信心深くなることに決めました。彼は常に、キッパーと呼ばれる小さな丸い頭を覆うものと、tzitzitと呼ばれる4つのタッセルが垂れ下がったアンダーシャツのような衣服を着ています。私たちの家族の他の男性は彼のようにいつもこれらを着用していませんが、私たちは彼の宗教的实践を深めるといふ彼の選択を非常に支持しています。

ユダヤ教は多様で世界中に広がっています。Klal Yisrael（「イスラエルのすべて」）の概念はすべてのユダヤ人を指し、背景や宗教的遵守に関係なく、共同体意識を促進します。息子がシャバット（金曜から土曜の日没）を観察するために、金曜夜の課外イベントに参加せず外で座っているのを見るかもしれません。食事制限のコーシャに従うため、一部の食品を食べないかもしれません。宗教的または文化的アイデンティティの表現方法はユダヤ人によって個人差があります。しかし、皆さんと同じように、私たちの声が多様なアメリカ経験への会話と実践の一部になっていることに感謝しています。

これを念頭に置いて、より包括的なコミュニティを構築するために、家族や学校関係者が考慮すべきいくつかのポイントを以下に示します。

1. ユダヤ人の祝日 (Rosh Hashanah, Yom Kippur, Sukkot) は秋、通常9月または10月 になります。多くの人は、仕事や学校に行く代わりに、数日間シナゴグに出席します。私は常に子供たちの欠席を事前に学校に通知します。これらは、1年の中で最も重要な行事です。

2. 春には8日間のパスオーバーもあります。これは通常シナゴグではなく家庭で祝われますが、この期間仕事や学校に通えない日があることや、パンや発酵食品を食べないという食事制限を守る日があるのが特徴です。グルテンフリー食が知られてきたことで食事制限を守るのが少し楽になりました！

3. ユダヤ教の祝日は前日の日没から始まります。私たちのカレンダーはルニソーラーで、休日を正しい季節に保つために3年ごとにうるう月が追加されています。グレゴリオ暦に従うユダヤ人でさえ、日付を調べなければなりません。Chabad (www.chabad.org/holidays/default_cdo/jewish/holidays.htm) のようなWebサイトには、すべての休日がリストされています。学校主催のイベントやPTSAイベントを計画するときは、これらの日付に注意することが重要です。このサイトでは、夜の行事やその他の習慣をすべて紹介しています。

4. ハヌカはお祝いの休日であり、クリスマスや他のホリデーと同じ季節にあります。異なる祝日です。一部の家族は複数の休日を同時に祝いますが、私たちの家族はハヌカのみを祝います。ユダヤ人の家族は、クリスマスイベント参加に関してそれぞれ違った姿勢を持っています。

5. 反ユダヤ主義は消えたことはなく、現在の政治情勢の中で反ユダヤ主義が高まったと言う人もいます。残念なことに、多くのシナゴグとユダヤ人組織は、警備強化を強いられ、それをしなかった人々も2018年10月にピッツバーグのツリーオブライフシナゴグで起きた銃撃事件後、入り口に武装した警備員を配置せざるを得なくなりました。ホロコースト教育は、反ユダヤ主義と闘うための重要な方法です。クレイムス会議による調査によると、アメリカ人の50%近くが強制収容所の名前を知らず、ミレニアル世代の4分の1はホロコーストについて聞いたことがありません。そして3分の1近くのアメリカ人が第二次世界大戦で600万人以上のユダヤ人が殺された事を信じていません。(www.claimscon.org/study/) 11の州だけが学校でのホロコースト教育を必須としており、ワシントンはそれらの1つではありません。昨年4月、州は中学校および高校でのホロコースト教育を「強く奨励する」法律を可決しました。これは良いステップですが、まだ長い道のりがあります。詳細については、www.holocaustcenterseattle.org/images/Education/FAQs-Legislation_Final.pdf と、シアトルのホロコーストセンターフォーヒューマニティ (www.holocaustcenterseattle.org) が運営するワークショップ、ウェビナー、イベントで。

私の家族と私はイサクアとグレーターシアトルに住んでいることに感謝しています。私たちは、ここに代表される多くの文化や信仰、そして多様なユダヤ人コミュニティ自体と関わる機会を探しています。私たちは皆、共通点が多く、さまざまな文化が尊重され、高く評価され、祝福されている町に住むことができ、とても幸運です。

文化的意識を持つ子供に育てる

By Laura Ni
イサクア学校区保護者

ここでの教育は主に西洋文化に特化した物である事は理解していますが、娘たちが他国の文化に関してもっと深いレベルで学ぶ事ができればと願っています。私は娘たちが自らの中国継承文化の研究や、他国の文化についての興味深い事をクラスメイトと共有するのを見てみたいです。低学年の子供達へは先生が他文化について教えたり読み聞かせたり出来れば良いと思います。西洋の子供達は他文化について何かしらの知識はありますが、限られた、または偏った知識しかないと感じています。子供達が全員米国外で起こっている事を学ぶ必要があると信じています。学校で他文化イベントがありますが、1回のイベントだけでは不十分です。

全ての子供と教職員が家族の文化を認識する事はとても良い事です。私たち全員に継承文化があります。

この事は多くの子供が家族からの文化と育った場所の文化に挟まれ自らのアイデンティティを見失ってしまいそうな時の助けになると思います。私は娘たちが中国語で話し、聞き、読む事を全力で推奨しています。これが中国の文化と私たちの祖先を理解する最良の方法だと思います。時には葛藤があるでしょう、しかし私は彼女たちに、得た知識は将来の成功へのより良いチャンスを得るのに役立つと伝えています。彼女たちの両親 祖父母は中国出身ですし、他国の文化に慣れておくことは世界がこれだけ繋がっている現在彼女たちに大きな利点を与えます。

私たちが孤立していないこと、異なる文化を持つ他の国に住んでいる他者を知り、理解し、聞くために目、心、耳を開く必要があることを彼らに理解させることが重要です。私の子供たちは別の言語と文化を学ぶ自然な能力を持っています、そして私は娘たちにそれを誇りに感じてもらいたいです！

ここでは、子供達が文化的意識をもつ手助けをする為のアイデアを紹介します。
(学校からのアイデア以外も)

文化的意識を持つ子に育てる10のアイデア

1-国際食料品店で買い物をして伝統料理を子供達に教えましょう。私たちの場合、娘たちはワンタンや餃子を包む手伝いを楽しんでいます。同時に他国の料理を学ぶ事も大事です。一緒にオンラインの料理教室に参加してみましょう！

2-他国の祝日を祝ったり、文化祭で他国からのクラスメイトのお手伝いをしてみましょう。

3-子供達に別の言語を学ぶ様に勧めましょう。もし家庭で他の言語を使っていない場合は子供向け外国語のアプリ、例えばDuolingoやBabbelを使ってみましょう。中国語ではiChineseReaderがおすすめです。

4-他の文化に関する本を読みましょう。

5-外国の映画やアニメを見ましょう。クラシックなアニメでは「The Monkey King」や「Nezha Conquers The Dragon King」、面白いシリーズでは「The Big Head Son And Little Head Father」が好きです。

6-聞く力と読解力向上の為に子供向け物語を聞きましょう。図書館には素晴らしいリソースがあります。娘のお気に入りオーディオブックは「Mi Xiaoquan School Notes」という小4の中国人の男の子が主人公の物語です。とても面白く、理解しやすいお話です。

7-伝統的または人気のある外国のゲームで遊んでみましょう。私たちは上海、チャイニーズチェス、碁、五目並べやチャイニーズゴム跳びで遊びます。

8-工作やアートプロジェクトをやってみましょう。娘たちは手裏剣、星、鶴や船を紙で作って楽しんでいます。

9-博物館を訪れて他国の文化芸術をみてみましょう。The Wing Luke Museumではブルースリーの楽しい展示を見たり、子供達は宝探しや物語を通してチャイナタウンを味わうアクティビティを楽しむ事ができます。博物館が一時休館となり、展示が休止されている間も家庭でソーシャルディスタンスを保ちながらデジタル博物館の体験が可能です。Wing Luke Museumのページ: [https:// digitalwingluke.org/](https://digitalwingluke.org/) へどうぞ。

10-家族旅行で他の国を直接理解 体験しましょう。文化体験が目的なら予定を立てましょう！公共の交通機関を使う、専門スーパーの探索、国際地区での無料イベントに参加したり、料理のクラスなど、子供と一緒に出来る安価なアクティビティが沢山あります。必要なのはちょっとした好奇心と計画です。夏には自由に旅行が出来る様に願っています！

生徒によるエクイティ評議会

ISD Student Equity Council Team

人種差別は普遍の経験ではありません。能力主義、性差別、同性愛恐怖症、外国人恐怖症、分類主義、およびアイデンティティに基づくその他のあらゆる形態の差別もしかり。George Floyd氏が殺害され、反ユダヤ主義による犯罪率は過去最高となり、LGBTQ+コミュニティへの政府による医療制度への制限など、公平性の進歩状況についての疑問を問いかける私たちがいます。子供が通う学区では88.8%の教師が白人であり、296:1の割合で黒人教師の数を上回っています。教育機関は「事件」が起こる度謝罪の手紙を送り続け、24時間「トレーニング」を実施し、公平性への切実な声が鎮まる事を願いつつパフォーマンス活動を行います。私たちのコミュニティから取り残されたグループは毎日特権階級の為に作られた世界で行き詰まっています。何年にも渡る改革の後、差別的問題は未だ日々の生活の中に存在します。



これは何百万人ものアメリカ人の生きた体験です。これは、イサクアコミュニティ全体の何千人もの人々の生きた体験です。これは、若者の間に蓄積された公平さへの情熱を基に結束している学生達の生きた体験です。

イサクア学区の生徒によるエクイティ評議会は、学区内の周辺から取り残された多様な生徒のグループとその協力者で構成されています。毎週数時間の会議で、生徒は学校での一般的な不平等の解決策について話し合い、個人的な経験の原動力を利用して学校内の活動の緊急性を強めています。

彼らは自分たちの活動をできる限り早急に進めたいと望んでいたため、周辺の疎外された人々を、個人のアイデンティティに関係なく同様の経験を持つ人々として誤ってグループ化してしまうという残念な共通点を認識しました。公平性の相互関係と、その公平性は当人の経験ごとに個人差があることを認め、評議会はメンバーが特定のグループを直接擁護するための類縁グループを編成しました。各グループは、メンバーの個を識別する必要性を優先し、同時にコミュニティ全体のレンズを通じて公平性に取り組み、社会のギャップを埋めるための包括的な価値を維持します。

類縁グループの学生主導プロジェクトは、評議会活動の中心です。過去の活動には、代名詞を選択できる事の重要性に関する発表、有色人種の生徒向けメンターシッププログラムの開発、行き場のない生徒のための安全な場所確保の提案、あらゆる宗教的行事を含んだ学校カレンダーの再考などです。平等性は歴史のおよび現代に奪われた個人を支援するため、すべての人々による集団努力を伴います。類縁グループの活動は、恵まれない学生の地域内での日々の葛藤について啓発するだけでなく、影響を受ける人々の視点からそれに取り組むことを期待しています。

ISD Student Equity Councilは、学生が教育の場で遭遇する必要のない公平性の障壁を克服することを積極的に提唱しています。生徒会からの力強い声と学校関係者や成人の指導者による直接協力のもと、評議会は公平な未来を目指して努力を続けています。評議会とそのプロジェクトの詳細については、<https://isdequity.wixsite.com/website>にアクセスするか、isd.equity@gmail.comまでメールでご連絡ください。

ベルビュー 図書館・ウエルカミングセンター

移民、難民又はコミュニティへ新しく来た方で情報をお探しですか？ フレンドリーなウエルカミングアンバサダーが情報やサービスを見つけるお手伝いをします。詳細はウェブサイトをご覧ください：<https://kcls.org/welcoming-center/>

- 基本生活サービス (食糧、衣料支援、住宅情報)
- 雇用
- 移民 法務関係
- 社会的又は宗教的つながり
- 国勢調査情報
- 教育
- 医療
- 図書館情報とサービス

あなたの助けが必要です

Step Up for kids



私たちのコミュニティは未曾有の状況に直面しています。どのような立場にあっても、私たち全員がCOVID-19パンデミックの影響を受けています。この急速に変化する教育環境の中、皆様からのイサクア学校財団へのサポートが緊要です。



1987年以来、イサクア学校財団は生徒と教職員の学習プログラムへ資金とリソースを提供してきました。教育革新を鼓舞すると共に、二万人以上の生徒によるリモート学習をサポートする為、オンラインテクノロジーツールを含む新たな教育ニーズへ対応しています。

ぜひ寄付をお願いいたします。財団が学校区を支援し続け、地域貢献ができるような状態を保つためにはあなたの助けが必要です。

ステップアップフォーキッズ: isfdn.orgにて!



ISSAQUAH
SCHOOLS
FOUNDATION

