

少年

第429号(1) 令和3年12月(師走)発行



山梨県警察本部
生活安全部 少年・女性安全対策課
甲府市丸の内1-6-1
055-221-0110 内線3082
少年対策官 山岸正人



感謝の心

1年最後の月の「師走」。寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。先月には、気象庁から「ラニーニャ現象が発生している」と発表がありました。ラニーニャ現象は、南米・ペルー沖の赤道付近の東太平洋で、海面水温が平年より低くなる現象で、過去、日本ではラニーニャ現象が起きた冬は、気温が平年より低くなったり大雪になったりしたことがあります。この冬は例年に比べ、寒さが厳しくなるかもしれません。

この1年を良い年であったと締めくくれるように、まずは感染症対策を含め体調管理に気をつけていきたいと思います。

「ありがとう」

この夏、日本で開催されたオリンピック・パラリンピック。アスリートの活躍は、私たちに多くの感動を与えてくれた。



メダルを獲得した選手達は、試合後、ほぼ全員、同じ内容を口にしていた。

「コーチ、家族、ファンの皆さんに心から感謝します」「コロナ禍にもかかわらず、大会が開催されたことに感謝します」。

メダリストは、なぜ感謝の言葉を口にするのだろうか。世の中には「感謝をする人」「感謝を忘れない人」がいる一方で、「感謝をしない人」「感謝が足りない人」もいる。

ところが、メダリストに関していえば、ほぼ、100%、感謝の言葉を口にしていた。

なぜ、人に感謝することが、自らを成長させ、成功と結果をもたらすのだろうか。

カリフォルニア大学のエモンズ教授らは、感謝が幸福にどのように関係するのかの研究を行っているが、感謝することは、心、体、人間関係のいずれにも効果があり、幸福感をもたらすという結果がある。感謝することで、脳と体により作用を与える様々な脳内物質が分泌されることがわかっている。

その中の1つ、エンドルフィン。この物質には、モルヒネ（痛みを脳に伝える神経の活動を抑制するための薬）の6.5倍もの鎮痛効果があり、追いつめられた限界状況でも分泌される。ボクシング選手がパンチの応酬をしても、あまり痛みを感じないのは、この効果のおかげである。またマラソンで、30分を過ぎたあたりで急に体が楽になり、心地よい気持ちになる「ランナーズハイ」。このときも、この物質が分泌されている。



苦しい限界状況においても、それを乗り越えられるように、痛みや苦しみを緩和し、精神的・肉体的なパワーを与えてくれる。そんな物質が感謝することによって分泌されるわけである。

オリンピックに出場する選手たちは、毎日、厳しい練習を行っている。通常精神力では、そんな状態を何年も続けるのは不可能である。しかし、その中でも感謝の気持ちにあふれるアスリートは、エンドルフィンを味方にし、苦しい状況に陥っても、充実感、達成感で乗り切ることができるのである。当然、試合本番の追いつめられた状況においても、この物質によって、普段以上の集中力、パフォーマンスが発揮されるのである。



その他にも、「よい健康をもたらす」「人間関係がうまくいく」「効率的、責任感のある行動を取る」など、良い効果があらわれるという。

「12月は総決算の月。1年の歩みを振り返り、お互いの心のケジメもつけたいものです。この1年、よかったことはよかった、悪かったことは悪かったと、素直に自己採点しなければなりません。そしてこの1年は、決して自分ひとりの力で歩んできたものではありません。自分で気づかないところで、人々の協力を得、また思わぬところで迷惑をかけていることもあると思うのです。そんな周の人々の協力に対しては、ありがたく感謝し、迷惑をかけたことに対しては謙虚に謝罪したいと思えます。そうした素直な自己反省こそ、新しい年の自分の成長にプラスする何かを、必ず与えられると思うのです」。

これは松下幸之助著「一日一話」(PHP研究所)にある言葉である。



忙しい中で、なかなか感謝の気持ちをもつことができない人、気恥ずかしくて素直に感謝を表現できない人もいるかもしれない。けれども、この機会に改めて大切な人や身近な人にこそ、感謝の気持ちを伝えたい。「ありがとう」と。

「掃除」

今年、毎朝とっていいほど、私たちに明るいニュースを届けてくれた大谷翔平選手。「二刀流」の活躍はもちろん、表情豊か、笑顔のプレー、グラウンドのゴミをさりげなく拾う、その謙虚な姿も称賛された。「ピッチャーが立つマウンドはグラウンドで一番高い。そこに立つピッチャーは目立つ。だから慢心しやす」「謙虚になれる一番の近道はトイレ掃除をすること。謙虚さを学ぶため、人がやらないトイレ掃除をすることで慢心を抑え、謙虚な気持ちでいられる」。高校時代の恩師、佐々木監督は、大谷選手らに謙虚さの重要性を説いた。大谷選手は、掃除を通じた「気づき」や「感謝」が、自分を本当に強くするということを実感しているからこそ、今の姿があるのだろう。



大谷選手がMVPを受賞した時の恩師の言葉が印象に残った。

「指導者として一番幸せと感じる部分は大谷の人間性。野球選手としてすばらしかった、ということじゃない。勉強も全教科平均で85点位。しっかり提出物も出し、寮の掃除もして、生き方自体がすばらしかった」。



12月といえば大掃除。掃除は、日本の各地の寺で修行の基本として教えられている。昔から掃除が人の精神に及ぼす影響を認められているためであろう。

掃除の価値を再考し、人間性を高める機会と捉えたい。

発行番号は昭和61年初号からの通算番号です。

https://www.pref.yamanashi.jp/police/p_syonen/shonenkoho.html

年末・年始特別警戒取締り

令和3年12月15日(水)～令和4年1月5日(水) 実施

当県警察では、毎年、年末年始に防犯団体や地域の方々と協力して特別警戒取締りを実施し、電話詐欺、窃盗、強盗等の犯罪被害防止対策及び少年非行の未然防止対策等に取り組んでいます。子供の問題行動はもちろんのこと、子供に悪影響を与える環境、子供をねらった「声掛け」や「つきまとい」がある場合には、各警察署にご連絡下さい。最高の防犯対策は「防犯カメラ」ではなく、「地域の目」であり、「地域のつながり」です。「おはよう」「こんにちは」…、一言の積み重ねが大きな犯罪抑止力になります。ご協力をお願いいたします。



山梨県での電話詐欺被害は、令和3年9月末の時点で**1億円**を超えています！
電話詐欺被害をなくすため、被害防止啓発動画『鷺見藪朗』を作成しました。
下のQRコードから動画を見て、悪質な電話詐欺を撃退しましょう。



鷺見藪朗

さぎみやぶろう

～地域の力で電話詐欺を撃退しよう～



Youtube山梨県警察公式チャンネルで配信中！
DVDでの貸出が可能です。
お問合せは、警察本部生活安全企画課または各警察署へお願いします。



電話詐欺とは、犯人グループが親族や市町村職員等をかたって電話をかけてきて、現金やキャッシュカードをだまし取る詐欺のことを言います。犯人グループは、息子をかたり「書類をなくした。すぐに現金が必要になった。」、市役所職員をかたり「介護保険料の払い戻しがあります。ATMで手続きできます。」などと電話をかけてきます。特に高齢者を狙っており、被害者の約9割は65歳以上の高齢者です。電話詐欺の被害に遭わないためには、詐欺の手口を知り、見破るポイントを押さえるのが重要です。「鷺見藪朗」を見て、見破りのプロフェッショナルになりましょう。被害状況は下の表のとおりです。

	件数	被害・阻止金額	被害者性別・年齢			
			男性	女性	65歳未満	65歳以上
被害認知	53件 (-7件)	約1億4,464万円 (-約373万円)	7名 (13%)	46名 (87%)		
阻止	67件 (+3件)	約7,552万円 (-約1,295万円)	7名 (13%)	46名 (87%)		
アポ電	871件 (-44件)	※ () 内は前年同期比	※ () 内はパーセンテージ			

※阻止とは、金融機関等の第三者によって被害を未然に防止できた事案を言います。
※アポ電とは、アポイントメント電話の略で、詐欺の予兆電話のことです。



冬休み中の少年非行防止のために



2021年も残りわずかとなりました。まもなく冬休みがやってきます。日数は少ないながらも、様々なイベントがあり、大人も子供も、何かと落ち着かない時期になります。このような中、子供は解放感とちょっとした気の緩みから、様々な誘惑に流されてしまいがちです。日頃から子供の行動に関心を持ち、親子の会話を心がけるのはもちろんのこと、地域でも声を掛け合いながら子供が非行や犯罪に巻き込まれない環境づくりに努めていくことが必要です。