

本気/マジ

一宮中学校1年生
学年通信 第5号
令和5年
6月26日(月)

学校保健委員会がありました

「メディア、通信機器が引き起こす心・体への影響」を演題にNPO日本次世代育成支援協会の岡田様をお招きして話を聞きました。木を伸ばすことを例えに、成長に必要で与えられるもの(与力)と成長を妨げる障害となるもの(不障)があり、インターネットやスマートフォンは子どもの成長にとって与力にも不障にもなるものであると教えていただきました。ゲーム障害は、知らないうちにじわじわと脳の機能を破壊していき、自分で考えたり決定したりする機能(前頭葉)をダメにしてしまうこともわかりました。これは、アルツハイマー型認知症の症状と同じように攻撃性が強くなったり、暴言が出たりといった生活に支障が出ることを話していただきました。そもそも人間は刺激を求める生き物であり、良い刺激でも悪い刺激でも心が満足するのであれば、良い刺激を心に与えることが大切であると教えていただくことができました。具体的にはスマートフォンやインターネットを使わない面白い、楽しいこと(カラオケや読書、音楽を聴く等)をすることで少しずつ使用時間を減らし



ゲームは
時間を決めてしよう

ていくことが大切であることを学びました。生徒の感想には、「10分ずつゲームの時間を減らして、依存症にならないように気を付けていきたい」「もう一回、家族と話し合ってルールを決めたい」「寝る1~3時間前にはスマホを控えたり、本を読んだりするなど電子メディアになるべく触れない遊びをしたい」「スマホがなくても楽しい生活ができるように、熱中できるものを見つけたい」といったものがあり、自分で制御して便利に使うことを目指してスマートフォンやインターネットと付き合いおうとする姿が見られました。

体操服での生活が許可されています

夏が近づいていることを感じさせる気温が続いています。気象庁の長期予報では今年の夏も高温になる予報が発表されるなど、連日気温が高い状態が続いています。そこで、一中祭終了(10/7)までの期間において、学校生活(登下校も含め)を体操服(半袖半ズボン)で過ごすことができるようになりました。その日の気温や自身の体調に合わせて、体操服・制服のどちらを選択してもよいこととなります。教室内はエアコンを使用し、扇風機で冷気が行き渡るようにしています。教室の席によってはエアコンの風が直にあたって寒いこともありますので、その際には教科担任に申し出るようお子さんにお伝えください。どうしても寒い場合には、授業中に限り長袖の体操服を着用することができます。熱中症対策として行っておりますので、ご理解とご協力をお願いします。登下校中では、日傘、ネッククーラー、アームカバーの使用が認められています。必要に応じて適切に使用してください。また、飲み物に関してはスポーツドリンクも可能です。ペットボトルで持たせる際にはボトルカバーの使用をお願いいたします。



水分を補給しよう

授業参観・資源回収へのご協力ありがとうございました

6/17(土)に行われた授業参観では、多くの保護者の方にご参観いただきありがとうございました。入学して2か月ほどが過ぎたお子様の様子を見ていただくことができました。また、暑い時間帯にも関わらず午後からの資源回収へのご協力もありがとうございました。収益につきましては、後日報告させていただきます。