



笑顔あふれる学校



平岡中央小学校

学校便り 第6号

令和6年7月25日

スマホ依存にならない夏休みへ

実名については配付した
学校便りでご確認ください。

学級活動部長

- ① 防犯教室
- ② Fタイム①
- ③ 3年生 ほくたち、わたしたちのまち自まん
- ④ 5年生 キャッチボール教室
- ⑤ 6年生 選挙体験授業

スマホ依存という言葉聞いたことはあるでしょうか。そもそも、「依存とは『ほかの大切なもの（たとえば、仕事や学業、家族など）よりも、ある特定の物質の使用や、ある行為をはるかに優先する』という意味です。ここでのある物質とはアルコールや違法薬物が有名です。「ある行為」の中で有名なのがギャンブル、ゲーム、ネットです。」（参考文献「スマホを手放せない子どもたち」中山秀紀著 以下引用は同著）

スマホ依存になると、スマホを使用しない時間があることでイライラする結果、この悪循環が進むと、睡眠時間が減少します。そのことで、学校で眠くなったり、人間関係がうまくいかなくなったりすることが十分に考えられます。

もちろん、スマホ（だけではなく学習に使用するクロームブックなど）にもメリットは十分にあります。ドリルを自分の進度に合わせて使用したり、分からないことを簡単に調べたりすることができるようになりました。学習に適度に使用する分にはこんなに便利になったのかと隔世の感を感じます。

このように、スマホにはメリットもデメリットもあることは明らかです。では、スマホ依存にならないためにはどうすればいいのでしょうか。依存物からの脱却には「やめ続ける」ことが一番といわれています。ただ、スマホの場合は周りの子どもたち（大人も含めて）にとってインターネットやゲームなどが日常生活に身近にありすぎて、刺激だらけです。つまり、「多くの人がスマホ（ネットやゲーム）を使っている中で、一人だけやめるのは困難を極めるといのが、スマホ依存の手ごわさの一つなのです。」と筆者は述べています。

では、我々大人はどうすればよいのでしょうか。私には、小学2年生と1年生の子どもがいます。我が家の作戦としては、できるだけ違うこと（読書やお出かけ）をし、スマホやゲームから遠ざける作戦を取っています。しかし、それもいずれは「スマホが欲しい」「ゲームが欲しい」の声に負けてしまうのでは、とも思っています。そうなった時、どこまで親として子どものスマホ使用時間を管理できるか、にかかっていると考えています。

いずれにせよ、スマホをいきなり使用中止にするのが難しいことは先にも引用した通りです。それよりも「子どもの目標や希望を達成するためにはどうするのか、ということ」を議論し、今後の方向性を模索していく方がよいと思います。」と筆者は述べています。つまり、どんな大人になりたいか、どんな将来を目指しているのか、とそれに向かってどんなことが必要かを話し合うことでスマホとの距離を取っていく作戦です。また、この本では「子どもがお手伝いをしたときに褒める」こともおすすめとしています。成功報酬を得ることで、スマホに依存しないでも楽しい体験を得ることができるわけです。

さらに、家庭内のルールがある方が、ネット平均使用時間が短い傾向にあることも分かっているそうです。ルールを設定するときには、①どの子どももスマホ依存になる可能性があることを考慮する。②ルールは、最初は厳しめ、次第に緩和していく。③子どもにもルールの存在やその内容を認識・納得してもらおう。④ルールはある程度細かく設定するといいいそうです。

子どもたちの夏休みが有意義になるよう、またスマホやクロームブックを有効に使いこなせる夏休みになるよう願っています。



ホームページ写真掲載のおことわり
学校の様子を写真で掲載しています。
写真掲載を望まない場合はご連絡ください。

ご来校の際にはネームプレートの着用をお願いします。…紛失等、見当たらない場合は学校までお知らせください。再発行します。

明日から夏休み！

ー 楽しく充実した夏休みにしていくために ー

いよいよ明日から夏休みの始まりです。自分で立てた、学習や生活の計画に沿って、楽しく充実したものにしたいと願っています。

先日配付した『夏休みの過ごし方』を参考にしながら、規則正しい生活を心がけるようにご家庭でも一声掛けてくださるようお願いいたします。

特に外出するときは行先や帰宅時刻等を伝えること、道路の横断や自転車の乗り方、公園での遊び方についてルールやマナーを守ること。また、川遊びや海水浴での水の事故に気を付けることや子どもだけでの花火や商業施設への出入り等について夏休みを迎えるにあたり子どもたちへの指導を行いましたので、ご家庭でも、お子さんとご確認ください。

＊夏休み中の連絡＊

急な転校や事故など、緊急の連絡がありましたら、学校にお知らせください。

＊月～金曜日 8：15～16：30
＊平岡中央小学校 ☎ 884-6541

夏季休校日について

札幌市教育委員会では、昨今、全国的な課題となっている教職員の長時間勤務等への対応策として、「夏季休校日」の取組を実施しております。

これに伴い、本校では8月13日(火)～8月16日(金)を夏季休校日とし、年末年始の休日等と同様に休校とさせていただきます。ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、夏季休校日の取組につきましては、札幌市教育委員会 教職員課労務係(211-3853)にお問い合わせください。

《8月26日(月)は2学期始業式です》

- ・4時間授業後、給食を食べての下校となります。(下校予定 13時10分)
- ・時間割や持ち物等につきましては、各学年便りをご覧ください。

■『体罰事故調査委員会』制度

札幌市には「体罰事故調査委員会」が設置されています。

- ①校長会・市PTA協議会が推薦する者及び第三者からなる委員会です。
- ②この委員会の目的は、体罰事故に関する調査の透明性及び公平性を確保し、事実関係をできるだけ正確に調査することです。
- ③今後、学校において体罰事故が発生した場合は、この体罰事故調査委員会の委員立ち会いのもと、教員、児童生徒及び保護者並びにその他関係者から話を聞きます。

なお、学校としましては、体罰が起きないように万全を尽くしてまいります。

8月行事予定

5	月	7月納入金再引落日(4, 5年生)
11	日	山の日
12	月	振替休日
22	木	※PTA 資源回収
26	月	2学期始業式 夏休み図書返本1・2年 4時間授業(給食あり 13:10下校)
27	火	短縮5時間授業(14:10下校) 漢字コンテスト① 夏休み図書返本3・4年
28	水	1～5年短縮5時間授業(14:10下校) 6年6時間授業 6年こころの劇場 夏休み図書返本5・6年 教育実習開始～9/24
29	木	ふれあい遊び④ 短縮5時間授業 避難訓練④ ALT
30	金	計算コンテスト① SC(午前) ALT

7月の学校納入金引き落とし日(7月29日)

今回の引き落としは4・5年生のみです。

※下記金額に10円を加えて口座に入金ください。

4年 校外学習バス代 2,384円
5年 宿泊学習1回目 3,500円

ー再落日8/5ー

※8月分の引き落としはありません。

かなで学級 担任について

当該学級には既にお知らせしていますが、現在かなで学級2組を担当している 教諭が1学期末で離任します。2学期からは、本校の学びのサポーター、相談支援パートナーの 教諭が担任を務めます。どうぞ、よろしくをお願いいたします。

■参観懇談日程

9月に2度目の参観懇談があります。授業内容については2学期に配付します各学年の時間割にてご確認ください。※1日目と2日目で時程が変わります。

9月5日(木) 1, 2, 4年 かなで学級
保護者来校 13:15～
授業参観 13:35～14:20
懇談会 14:35～15:20

9月6日(金) 3, 5, 6年
保護者来校 13:05～
授業参観 13:20～14:05
懇談会 14:20～15:05

■『スクールゾーン実行委員会』開催報告

7月2日に本校にて、地域の交通安全や防犯について、近隣町内会役員、関係各所の方々、PTA、教職員で、日常の取組や意見を交流する会を行いました。小学生の突然の飛び出しについて日頃からの声掛けが大切であることなどが話題に上がりました。地域の安全を見守るボランティアのスクールガードも随時募集しています。回数など、無理のない範囲のご協力で結構ですので、興味がある方は学校までご連絡をお願いします。