

# ほけだぼん

2023. 10. 30

No. 9

稲積中学校

カゼ・インフルエンザに気をつけて！



★27日（金）、コロナの影響でここ3年開催できなかった合唱発表会をようやく開催することができました。1～3年生まで初めての行事でしたが、限られた時間の中で精一杯練習し、約3週間に渡るみなさんの頑張りが実った合唱発表会でした。本当にお疲れさまでした！

★札幌市内の小・中学校では、インフルエンザが拡大し、学級・学年閉鎖が相次いでいます。カゼやインフルエンザの流行を防ぐためには、「かからない」ための予防が第一ですが、周りの人に「うつさない」ことも重要です。「かからない」ための手洗い、睡眠とバランスのとれた食事、「うつさない」ための場面に応じたマスクの着用、咳エチケットで体調管理に気をつけながらテスト勉強に取り組んでくださいね。

チェック

発熱やのどの痛み、咳などの症状がある場合は、無理をせず自宅で休養するようにしましょう。

## 言葉の力 ～思いやりは言葉から～

●考えずに言った言葉が、誰かのところを深く傷つけることがあります。「えー、あれくらいでー。」「ほんの冗談なのに。」もし、そうだったとしても、誰かを傷つけたなら、その言葉の責任は言った人にあります。



●みんなが相手の気持ちを想像して話せるようになったら…、相手のことも大事に思えたら…、こんな言葉が増えてくるかもしれません。



★2022年度の札幌市立小中高と特別支援学校で起きたいじめの件数は1万2104件（前年度比34.4%増）。「こんなことを言ったら…こんな態度をとったら…相手はどう感じるだろう?」と考えることはとても大切です。相手や周りを思いやる想像力を中学校でぜひ身につけてほしいと思います。

★言葉は、何気なく発した一言で誰かのところを深く傷つけてしまうこともあれば、反対に誰かのところをあたためたり、元気にしたりする力もあります。言葉は気持ちを伝えるためのもの…大切に扱いたいですね。

「ながらスマホ」は

勉強の効果を打ち消す!?



★勉強中に使用するスマホのアプリの種類数と学力の関係を表す2つの図から、どんなことが分かりますか？  
bさんとcさんのどちらが成績が高いと思いますか？

cさん

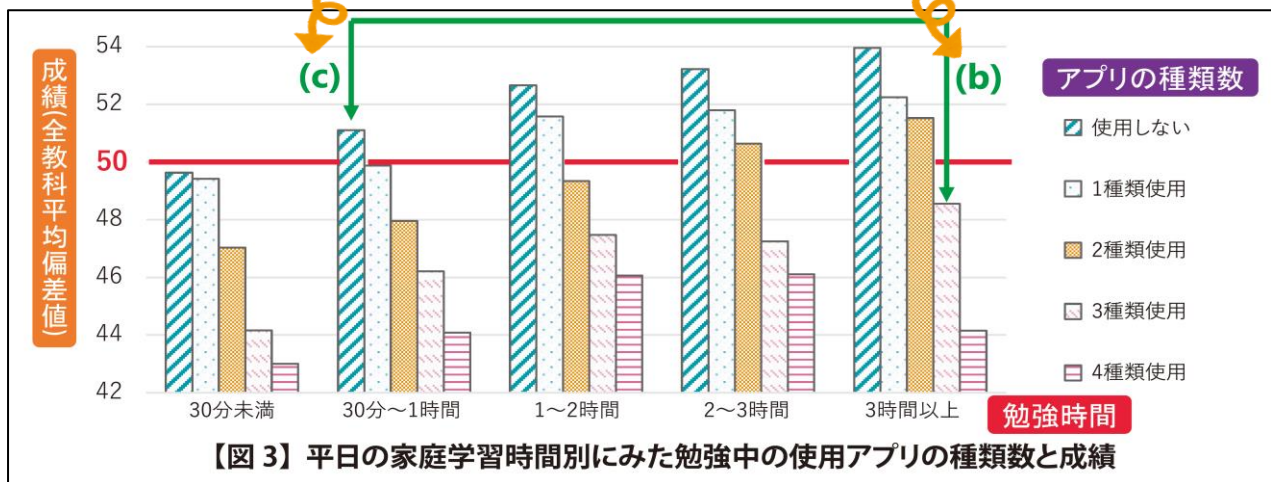
- ・勉強時間 30分～1時間
- ・勉強中、スマホを使用せず集中して勉強



VS

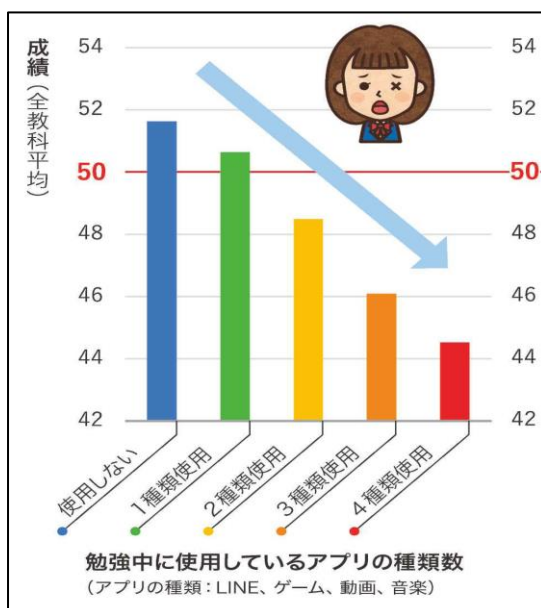
bさん

- ・勉強時間 3時間以上
- ・勉強中、友だちとLINE、YouTubeで動画視聴、ゲーム



アプリを3種類使用しながら3時間以上勉強しているbさんより、スマホを使用しないで30分～1時間集中して勉強するcさんの方が成績が高い！

勉強中に使用しているアプリの種類数と学力の関係は？



勉強中に使用するスマホアプリの種類数が多くなるほど成績が低くなる！

「ながらスマホ」

は成績に悪影響(>\_<)



★2つのグラフを見て、みなさんはどこに当てはまるでしょうか？今の自分の様子はどうかを振り返り、定期テストや入試に向けて、努力を結果に結びつけるためにも、勉強中はスマホの電源を切るか、目の届かない場所に置いて、短時間でも集中して勉強するよう心掛けてみましょう。

\*参考 令和2年度 仙台市学習意欲の科学研究に関するプロジェクトリーフレットより  
(グラフ：平成28年度仙台市標準学力検査、仙台市生活・学習状況調査結果～対象 小5～中3～)