



# 拓北

学校だより 第 6 号

札幌市立拓北小学校

令和6年(2024年)7月25日

## 楽しい夏休みを

養護教諭 伊勢 真由美

札幌の小学生にとっては初めての、1か月間の夏休みが始まります。長期休業につきものの悩みといえば、メディアとの付き合い方かもしれません。横須賀市にある久里浜医療センターの臨床心理士である三原 聡子先生による講話から、「子どものネット・ゲーム・スマホ依存について」と「夏休みに向けてのポイント」をご紹介します。

ネット依存は、本人の性格や日常生活でのモヤモヤした気持ち、ゲーム自体のはまりやすくする仕組みなどの促進要因と、日常生活での達成感・充実感やストレスへの対処スキル、将来の目標などの抑制要因のバランスが促進要因側に傾いてしまうことで発症するという考え方があります。つまり、ゲーム以外で自信をもってできることや楽しいと思えること、居場所だと思える場所がある、スポーツや遊びでストレスを発散できる、誰かに相談できるといった抑制要因の方を育てあげられると、依存という現象は起きにくいということです。

子どもをゲーム・ネット依存にさせないためのポイントを三つ教えていただきました。

### 1. ルールは子どもと一緒に決める

- ・使わない時間をつくる
- ・使っている時間・場所・課金やサービスのルールを具体的に作る
- ・自分で管理できるように発達段階に合わせて定期的に見直す
- ・紙に書いて貼っておく

### 2. 子どもがゲーム・ネットでやっていることを、把握しておく

- ・フィルタリング機能はどうするか決めておく

### 3. ゲーム・ネット以外にも、楽しいと思えること、自信をもってできることを作っておく

- ・楽しいと思えること、自信をもって取り組めることを、ゲーム・ネットだけにしない
- ・ゲーム・ネット以外で取り組んでみたいこと、興味をもったことがあったら、可能な限り協力し、ほめる
- ・家族と一緒に別の活動や家事(お手伝い)を楽しむ
- ・ゲーム・ネットをご褒美に使わない

夏休みに向けてメディアの利用についてお子さんと一緒に見直してみるとともに、夏休み中は、ぜひ家族みんなで楽しめることを探したり、自然に触れ合う機会を増やしたり、たくさんの経験をしてほしいと思います。特別なことは必要ありません。一緒に昼食をつくる、近くの公園で遊ぶ、時には一緒にお子さんの好きなゲームをしてみてもよいですね。親子で共通の時間を過ごすことで今まで知らなかったお子さんの一面が見えてくるかもしれませんし、何よりお子さんの心の安定につながるはずです。長い夏休みが親子の充実した時間を育む時になることを願っています。

## 8月の行事予定

8月26日(月) 二学期始業式(全学年4時間授業・給食有り)

27日(火) 全学年5時間授業

一般教育実習開始(4週間)

夏休み図書返却

28日(水) 全学年5時間授業

こころの劇場(6年生 午後)

29日(木) 全学年5時間授業

図書貸し出し開始

ALT(3年、5年)

スクールカウンセラー来校(午後)

30日(金) ALT(4年、6年)

学活食育(全学年)

避難訓練

・8月の資源回収日は、  
8月12日(月)となっています。

・7、8月の帰宅時刻は、17時です。

### 夏休み中の校外生活について

夏季休業中は、様々な人とのふれあいを深め、また、地域の一員としての自覚をもつことができるよい機会です。地域社会や自然の中で、学校生活とは異なった体験ができるようご配慮ください。一方で、交通事故や水の事故、不審者による不測の事態等も十分に気を付けていただいて、安心・安全な夏休みを過ごして欲しいと思っています。

交通安全に関しましては、特に以下の点について、ご家庭でもお子さんと話題にさせていただきますようお願いいたします。

- 道路を横断の際は、信号機をよく見て、横断歩道を利用する。
- 道路を横断する前は、必ず止まって、左右の安全を確認する。
- 自転車乗車の際は、ヘルメットを着用するなど、安全対策を行う。
- 交通ルールを守り、交差点では一時停止と安全確認をする。
- 斜め横断等、危険な渡り方をしない。
- 行き先を必ず家の方などに伝える。

### 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、夏休み期間中に「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、学校としての休校日とさせていただきますので、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月の登校安全見守りについて

PTA役員の皆様とボランティアの皆様のお力を借りて、登校時の子どもたちの安全強化見守りをいたします。

<日時>8月26日(月)～30日(金)

<場所>学校前、拓北郵便局前、踏切前  
7条美容室前、4条T字路

お子さんを通して、旗をお渡しします。  
2学期末にお知らせいたしますが、冬休み明けにも安全見守りがあります。改めて募集いたしますので、ご協力をお願いします。

### 学校でのお土産等の受け渡しについて

旅行のお土産や、転出する際のお礼の品など、学校での物の受け渡しは、食物アレルギーや子ども同士のトラブル防止の観点から、ご遠慮いただいております。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

### 学力テストの結果

2～6年生に4月に実施した学力テストの結果を昨日配付しています。ぜひお子さんと一緒に見ていただき、今後の学習に役立ててください。お子さんの学習の様子については、10月の教育相談でも担任よりお伝えいたします。

### 2学期始業式



◆始業式は8月26日(月)です。全学年通常4時間授業で、給食を食べてからの下校となります。13時10分頃下校予定です。始業式の持ち物などは、学年だよりでご確認ください。よろしくお願いいたします。

### 夏季休業中のお願い

急な転出や、大きな事故や怪我が万が一ありましたら、学校まで連絡をお願いします。

拓北小学校 011-772-7035

### 育児休業より復帰のお知らせ

育児休業中の青山奈月教諭が、2学期より、2年1組の担任として復帰いたします。