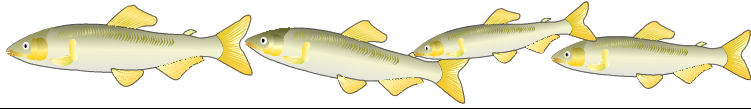


若 鮎 わかあゆ



昭和村立昭和中学校 学校だより
令和6年11月19日発行 No.12
文責 校長 土橋 康弘



昭和中学校HPアドレス
<https://showa.fcs.ed.jp/>

第3回定期テストに向けて メディアをコントロールできていますか？

今週から小学校と合同で第3回メディアコントロールウィークを実施しています。スマホ、タブレット、テレビゲームなどのいわゆるスクリーンタイムを自分でコントロールし、日々の生活を充実させようという目的です。お子様のスクリーンタイムの使用状況はいかがでしょう。25日（月）より第3回定期テストということもあり、兄弟姉妹と一緒に学習にかける時間を多くとって欲しいと期待しています。これまでを振り返りご家庭でも、お子様のテスト勉強と一緒に勉強をしたり読書をしたりしてお過ごしいただけますとありがたいです。また、そのような活動を通してお子様が**自分自身で判断して上手にメディアを活用できる「自己マネジメント力」**を育成していきたいと思っておりますのでご協力のほどよろしくお願いいたします。

保健講話

「メディアと睡眠について」

18日（月）の1校時に小学校養護教諭の木戸琴美先生にお越しいただき、保健講話「メディアと睡眠について」お話しいただきました。一部を紹介します。

過度なメディア利用が頭に良くないといわれる理由

脳への悪影響

- 【脳は5つの部屋がある】
- ①前頭葉 思考・自覚性・感情・理性
 - ②前頭前野 考える・発明する・思いやる
我慢する・やる気を出す
 - ③頭頂葉 手足などの感覚、動きを知覚
 - ④後頭葉・視覚・イメージをつかさどる
 - ⑤側頭葉 聴覚・言語・記憶の認知機能

睡眠の時間が削られるから

- 【睡眠の効果】
- I 集中力が高まる。
 - II 疲労が回復される。
 - III 記憶を整理する。
 - IV 免疫力を強くする。
 - V 身体の発達を促進する。
- 「人の身体は、眠っているときに身体のメンテナンス（修復）をしている！」

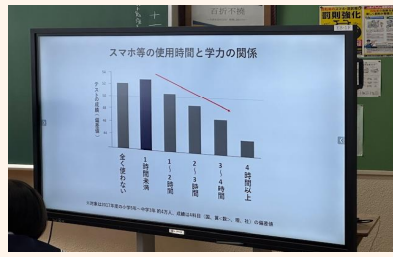


※勉強や読書は①が活性化される。メディア、ゲーム等の長時間利用は主に④が働き、①等はほとんど使われていない状況である。

※就寝前に画面から出るブルーライトを多く浴びることで眠れなかったり、睡眠の質が下がる。

※メディア利用やゲームそのものは悪くないが睡眠時間を奪うことが最大の問題。

※学習時間をいくら増やしても睡眠時間を削ってしまうと学力は定着しない。



昭和の子どもを語る会

「小中連携一貫教育の現状について」

11月15日(金)昭和村PTA連絡協議会主催「昭和の子どもを語る会」をしらかば会館にて開催しました。「小中一貫教育の現状について」と題し、講師に義務教育学校、本郷学園校長の星潔様をお招きしご講演を賜りました。開校に至るまでの準備（設立理念、教育目標、校章、校歌）の検討や一貫教育の利点と現状について詳細にお話しいただき大変参考になりました。準備期間が2年という所も大変だったことがお話を聞いて伺い知ることができました。本地区も今後さらに小中連携を推進していきたいと思えます。



【準備期間に設立準備委員会で検討したこと】

- ・ 設立理念 ・ 教育目標 ・ めざす児童生徒像
- ・ 小中一貫構想 ・ カリキュラム ・ 時間割
- ・ 校章 ・ 校歌 ・ ジャージ ・ 制服 ・ 上履き ・ カバン

自由参観ウィーク来校ありがとうございました

「11月11日(月)~15日(金)」



13日：赤ちゃんふれあい体験



15日：議員さんに質問！



12日：小中連携授業研究会



11日：赤い羽募金を渡ししました



体育：剣道授業 青木先生

14日：高校入試説明会

3年生の保護者を対象に高校入試説明会を実施しました。入試に向けてのスケジュールや選抜方法について、各高校の特色についてお話をさせていただきました。

3月 5日：前期入試
6日：面接等

3月14日：前期入試合格発表

1週間でのべ27名の方に来校いただきました。
お忙しい中、誠にありがとうございました。
今週も三者面談よろしくお願いたします。

