

# 糸中だより

糸魚川市立糸魚川中学校  
〒941-0064 新潟県糸魚川市上刈4-1-1  
TEL. 025-552-1267 FAX. 025-552-0360  
Email: itoigawa@itoigawa.ed.jp  
URL: http://www.itoigawa.ed.jp/itoigawa/

NO.3

平成29年6月27日発行

## 家で2時間勉強してもスマホで台無しに！

主幹教諭

1学期の期末テストが終了し、地区大会に向けて気合いが入っていることと思います。

今回は、メディアと学習について書きます。是非、保護者の皆様も一緒にメディアとのつきあい方を考えていただきたいと思います。

今、電車の中では誰もがスマートフォンを熱心に操作し、時間があればゲームや SNS を楽しんでいる光景が当たり前になっています。スマホは沢山の情報を片手で瞬時に検索でき、世界中の人と簡単に繋がることができる、私たちの生活になくてはならない存在になっているのではないのでしょうか。

### スマホと学習には大きな関係がある

一般的に考えて、長時間勉強している人の方が良い成績だと予想しますが、某市の「スマホ使用時間と成績の関係」の調査グラフを見てどう思いますか？

例えば、算数・数学の勉強時間が2時間以上でスマホ使用が4時間以上の場合の正答率が55%なのに対し、勉強時間が30分未満でスマホを全く使用しない場合の正答率は60%と、家庭で平日に2時間以上も勉強している人が、ほとんど勉強していない子より成績が悪いという結果でした。

これは、スマホに夢中になって勉強がおろそかになったから、という単純な時間の問題ではなく、スマホを長時間使用すれば、テレビやゲームを長時間視聴した後の脳と同じ状態になり、学習の効果は失われてしまうということです。

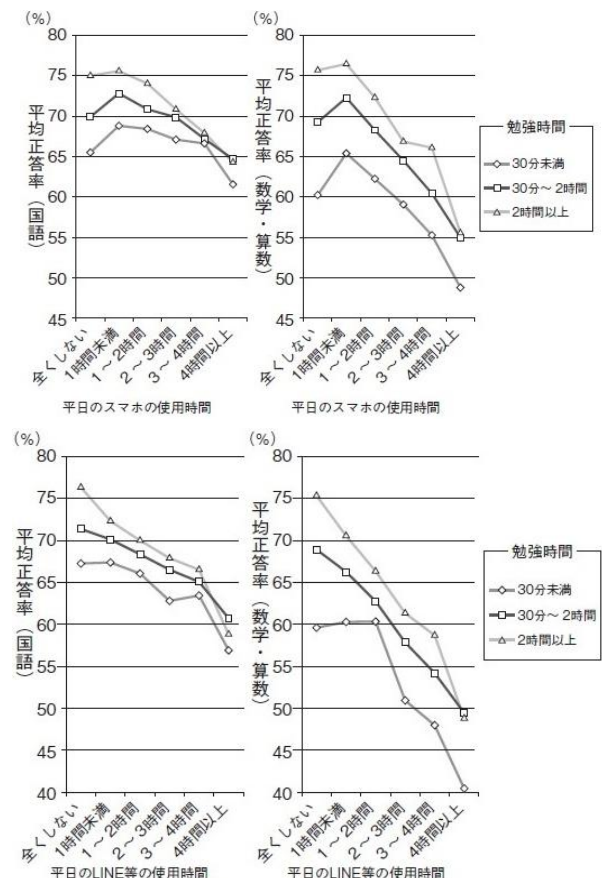
そして更に、私も正直驚いたのが LINE などの通信アプリによる影響です。スマホの場合と同様に、勉強時間の長さに関係なく LINE の使用時間が増えるほど成績が下がってしまうのですが、スマホよりも下がり幅が急です。

この原因は、「どんなメッセージがきているのだろうか」「どんな話の話題になっているのだろうか」「返信しないと嫌われてしまわないだろうか」「仲間はずれにされないだろうか」などと、色々な考えが頭に浮かび集中力が欠けるからだと言われています。

### 親子でスマホとの健全な付き合い方を

現実にはすでに子どもがスマホを使っているというご家庭も多いはずなので、その場合は一日の使用を1時間未満に抑える等のルールが必要となります。

子どもにいくらスマホ禁止ルールを強いても、親がスマホ依存型で夜更かし……では何の説得力もありません。スマホとの健全な付き合い方は、親が率先して示していく必要があります。親子ぐるみで生活習慣を見直すことがとても重要になるとと思いますので、ご家庭でお子さんと話をしてみませんか？



# 保健室の様子

養護教諭



春先に季節外れのインフルエンザが流行し、ご心配をおかけしました。おかげさまで6月に入り、ようやく終息しました。ありがとうございました。

さて、頭痛や腹痛などを訴えて保健室を来室する生徒の中に、深夜までスマホをかまったり、You Tube 動画を見たり、ゲームをしていたりという生徒が時々います。話を聞くと、布団の中や自室に電子機器を持ちこみ、いつまでもやっけていて、睡眠不足になっているようです。睡眠不足だと、翌日の体調が悪くなるばかりか、学力や体力にも影響します。お子さんの電子機器利用の仕方はいかがでしょうか。お子さんが規則正しい生活リズムを確立できるように、ご家庭でも声かけをお願いします。



## 【6月26日までの保健室利用状況】

内科	1年生	2年生	3年生	合計
4月	12人	18人	41人	71人
5月	33人	54人	41人	128人
6月	17人	60人	29人	106人
合計	62人	132人	111人	305人



5月は、GW明けにインフルエンザBが流行し、体調不良を訴える生徒の来室が多くありました。

外科	1年生	2年生	3年生	合計
4月	7人	15人	16人	38人
5月	19人	10人	10人	39人
6月	17人	49人	19人	85人
合計	43人	74人	45人	162人



けがが発生する時間帯は、授業中が最も多く、次いで休み時間、部活動です。

けがの種類は、打撲が最も多く、次いで擦り傷、捻挫、切り傷です。

## 学校管理下での災害について

学校管理下でけがをしたり、熱中症になったりして受診した場合、日本スポーツ振興センター災害給付金支給手続きの対象となります。受診された場合は、手続きに必要な書類をお渡ししますので、学校へお知らせください。

この制度には、時効があります。

請求漏れのないようにお早めにご連絡ください。



# 今年度の生徒会活動

生徒会顧問

今年度生徒会スローガン

## 優限実行

～思いやりのある言動でいじめゼロへ～

糸魚川中学校生徒会は統合以来、生徒会目標「明るく楽しい学校づくり」を掲げ、活動を行っています。この目標のもと、5月に行われた生徒総会で今年度のスローガンを決定しました。スローガンに関する説明は、以下の通りです。

このスローガンには、2つの思いが込められています。

一つ目は、「人のことを考え、思いやりのある言動を心掛けよう」ということです。昨年度は、いじめの事案がいくつかありました。いじめは相手のことを思いやる気持ちがあれば起きることはありません。「優限実行」という言葉には、「優しさのある言動を限りなく実行していく」という意味が込められています。糸中からいじめやからかいなどをなくして、一人ひとりが楽しく安心して生活できる糸中を創っていきけるよう、相手を思いやる言動を心掛けましょう。

二つ目は、「糸中生としての自覚をもち、一度やろうと決めたことは最後までやり通そう」ということです。「優限実行」という元の漢字は「有言実行」で、「やると決めたことは必ず実行に移し、最後までやり抜く」という意味があります。昨年度は、生活委員会、総務委員会を中心にあいさつ運動を行ったものの、あいさつを返さない人、あいさつの声が小さい人が多くみられました。生活委員や総務委員が発信しているあいさつ運動に対して、しっかりとあいさつを返すことが私たちにできる「協力」です。リーダーが「やろう」と言ったことには全員で協力できるようにしていきましょう。

そして、「優限実行」のスローガンのもと、全校でよりよい糸中を創っていきましょう。

### 平成29年度 系中三カ条

- 一、当たり前前のごとを当たり前にしよう！
- 一、歌声の響く系中にしよう！
- 一、いじめを許さない心をもとう！

この系中三カ条は、生徒会スローガンを達成するための方策として設定しました。

一つ目は、学校の校則は生活していく上で当たり前のごとを当たり前にごとにできる集団を目指して定めました。

二つ目は、あいさつや校歌・生徒会歌の声をさらに大きくすることで、明るく活気のある糸中を創っていこうという願いを込めて定めました。

三つ目は、昨年度の反省を生かし、全校生徒がいじめを許さないという気持ちをもち、いじめをなくそう、いじめを生まない環境をつくらうという思いを込めて定めました。

生徒会活動の随所でスローガンと系中三カ条を紹介し、全校生徒が同じ方向を向いて生徒会活動に取り組むことができるようにしていきます。



体育祭団決めアトラクションの一コマ

## PTA環境整備作業

6月10日(土)に行われた環境整備作業では、早朝にもかかわらず、保護者、生徒、職員総勢約400名から参加いただきました。約90分の作業で、グラウンドや純心の庭、そして校舎のトイレが見違えるほどきれいになりました。

ありがとうございました。なお、第2回は10月14日(土)を予定しています。



## 地域貢献活動

6月15日(木)、部活動を中心としたグループ編成で22箇所の活動場所に分散し、草取りや窓拭きなどの貢献活動を行いました。

活動を終えた生徒たちからは、「地域の役に立てて良かった」「またやりたい」などといった声が聞こえてきました。

また、終了後、お礼の電話や手紙を多数いただきました。その一部を紹介します。

前略、過日は貴校バスケット部生徒職員による社会貢献活動に際しまして、大変ありがとうございました。大野公民館としては、窓ガラス磨きをしていただきました。おかげ様で、大きい建物の多くの窓が綺麗になり、とてもさわやかな気持ちで勤務できます。

男子ばかり15人程でしたが、ふざけ出すこともなく互派に作業していただきました。顧問の先生、15人の生徒様によろしくお伝えください。粗糲にて御礼申し上げます。

草々

大野公民館長  
職員一同

活動の様子は Facebook「糸魚川世界ジオパーク」にも紹介されています。

## 7月の予定

3日(月)	心の健康チェック 体育祭結団式	14日(金)	通信陸上大会
4日(火)	Web配信問題	18日(火)	1年生球技大会
5日(水)・6日(木)	上越地区大会 特別編成授業(弁当持参)	19日(水)	2年生球技大会
7日(金)	体育祭プロジェクト集会 PTA評議委員会	20日(木)	3年生球技大会
10日(月)	第1回漢字力テスト	21日(金)	終業式・体育祭プロジェクト集会 給食後、下校
11日(火)	体育祭競技説明	22日(土)・23日(日)	県総合体育大会
12日(水)	地区生徒会	24日(月)～8月25日(金)	夏季休業
13日(木)	全校朝会(表彰式) 糸魚川白嶺高校体験入学	27日(木)・28日(金)	糸中学区小学6年生部活動体験(午前)
14日(金)～20日(木)	期末懇談会	29日(土)	県吹奏楽コンクール
		31日(月)～8月4日(金)	2年生職場体験学習