

誠之の教育

10月号（第642号）
令和6年9月30日発行
文京区立誠之小学校

スマホを置いて、心の充電

校長 土屋 秀人

ネット依存症とは、自分の身体や心の健康、生活よりもインターネットの利用を優先し、使用時間などを自身で制御できない状態を指します。特に中高生の間でネット依存が問題となっており、約93万人がネット依存の疑いがあると推計されています。

イギリスでは16歳未満の子どものSNSの利用を禁止することや、アメリカのある州では子供が午後10時30分から午前6時30分の間にソーシャルメディアにアクセスするには親が同意することを求める法律等を、検討しているそうです。

ネット依存症の予防については以下のようなことが言われています。

① インターネット依存についての最新の知識を持つ

インターネット依存が新しい依存症であるため、最新の情報を入手し、ポジティブな側面にも意識を向けることが重要です。常に予防意識を更新し、インターネットの有効活用方法を考えることをこころがけます。

② 端末利用のルールを決める

子供にインターネットや携帯機器を使用させる際は、ルールを決めます。ルールの内容や制限については、親子で話し合い、納得の上で決めることが重要です。もしルールを守れなかった場合でもどうするのか、事前に話し合っておくとよいです。

③ インターネットから離れる環境を少しでも作る

定期的にインターネットの無い環境に親子で取り組むことも重要です。キャンプや家族旅行など、携帯機器を使わない時間を設けることで、インターネット以外の活動に意識を向けることが期待できます。

習慣となっていることをいきなりすべてやめてしまうことは、難しいと思います。変えていくこと少しずつでも始めるのであるならば、まずはいったん小さな時間でもスマホを置いて、心を充電する時間をとることから始めるとよいのではないのでしょうか。

3年生の学習

保健指導

2学期の身体計測があり、養護教諭から保健指導を受けました。今回のテーマは「口と唾液」。特に、口を開けたままの状態「口ぽかん」についての話に興味津々の子供たちでした。

コロナ禍でマスクをしている時期が長かった子供たち。マスクを着けていると、鼻呼吸がしにくくなり、口呼吸の子が増えました。その影響から、マスクを外しても口呼吸になっている子がおり、気付かないうちに「口ぽかん」で授業を受けたり、テレビを見たりしてしまうことがあるようです。

口ぽかんで生活していると、口の中が乾燥して唾液が出にくくなり、虫歯や歯肉炎、口内炎、風邪をひきやすくなる原因となるそうです。

その改善のために有効な顔の筋力トレーニング、「あいうべ体操」も習いました。指導を受けた子供たちからは、「口のこと、唾液のことを考えたこともなかった。」「つい、口ぽかんになってしまうことがありそうだから気を付けたい。」「知っておもしろい!」などの感想が聞かれました。何事にも興味をもって学ぼうとする子供たちの姿に感心した時間でした。



運動会練習

運動会に向けて、練習に励んでいます。9月の半ばを過ぎても暑い日が続きましたが、学年全体で力を合わせて「がんばるぞ!」の気持ちを持ち、よい雰囲気の中で取り組んでいます。

今年度は、入学してから初めて校庭で行う運動会です。保護者鑑賞日には、子供たちの力いっぱいの動きにご注目ください。また、児童鑑賞日には、全校の種目を観ます。観てもらうことも、観ることも楽しみにしている子供たちです。当日は、大きな声援や拍手で後押しをお願いします。



4年生との交流

4年生が、防災新聞の発表に来てくれました。自分たちの学習成果を堂々と伝える4年生の姿を見て、思わず背中がピン!と伸びていました。作成した新聞は各教室に掲示しました。来年学習することに期待を膨らませている子供たちでした。9月26日(木)には、国語科「取材したことを報告文に」の学習として、4年生にクラブ活動についての取材をしました。年間を通して、4年生との交流活動に取り組んでいます。関わり合う中で、お互いの良さに気付き、自身の成長につなげてほしいと願っています。



150周年に向けて

150周年実行委員長 佐藤 尚紀

1年後の令和7年度に本校は創立150周年を迎えます。明治8年（1875年）10月30日に第一大学区第四中学校区第十三番公立小「誠之」として創立しました。敷地や器具費は、旧福山藩の第14代阿部正恒氏より寄贈を受けました。素晴らしい伝統を積み重ねてきた「誠之小学校」ですが、現在、実行委員会を中心に、記念式典、記念児童集会、記念誌等の計画を進め始めているところです。今年度中には、150周年行事等の内容がほぼ決まるような形になると思います。学友会や西片町会、地域との連携を深めつつ、記念すべき150周年の準備を進めて参ります。保護者の皆様、地域の皆様のご理解、ご支援の程、よろしく申し上げます。



10月の行事予定

10月の生活目標 『落ち着いて生活しよう』

日	曜	行 事	ことひろば
1	火	都民の日（学校閉庁日）	○
2	水	運動会リハーサル（5時間授業）	
3	木		
4	金	運動会（児童鑑賞日）	
5	土	運動会（保護者鑑賞日）	
6	日		○
7	月	振替休日	○
8	火	全校朝会 安全指導	
9	水		
10	木	避難訓練	
11	金	委員会	
12	土		○
13	日		○
14	月	スポーツの日	○
15	火	全校朝会	
16	水		
17	木	わくわく班活動	
18	金	生活科見学（1年生）	
19	土		○
20	日		○
21	月	全校朝会	
22	火		
23	水	クラブ活動 音楽鑑賞教室（全学年）	
24	木	就学時健康診断	
25	金		
26	土		○
27	日		○
28	月	全校朝会	
29	火		
30	水	開校記念日	○
31	木	区陸上記録会	

※10月30日は、創立149周年の開校記念日です。

