

かけはし

昭島市立富士見丘小学校 令和 4 年 12 月 22 日
校長だより No. 30 稲垣 達也



明後日から冬休みです。コロナ禍が続く中で、今年も「すべての命を守る」ことを第一義とし、円滑な教育活動を推進することができました。皆様のご理解とご支援に、心より感謝申し上げます。

さて、学校関係者評価の保護者等アンケートにもご協力を賜り、重ねてお礼申し上げます。今後の学校改善に生かすよう、現在、集約と分析をしているところです。今しばらくお待ちください。その中で、特に気がかりな点ですが、子供たちのデジタル依存と読書離れの傾向が顕著であることが分かりました。

この年末年始は、ご家族で過ごす貴重な時間を大切にして、子供たちの生活を振り返る価値ある休日を過ごしていただければ幸いです。

年末年始は 誰かのために！ 家族のために！

自分から進んで“大掃除”



まずは、自分の身の回りのことは自分でやりましょう。
次に、自分ができるところに挑戦！

よろこんで“家事”をお手伝い



食事の後に、自分の食器は、自分で下げていますか？
家族の食器も洗えると最高です。

伝統の“初”行事を楽しむ

年賀状を書いたり初詣に出かけたりするご家庭も多いかと思いますが、日本の習慣を大切に！



“正月遊び”で新年を感じる

1月15日(日)は昭島市地区委員会の新春たこあげ大会がくじら運動公園にて開催されます。



家族団らん・ゲームで遊ぶ



みんなで過ごす時間を大切にしてほしいと思います。たくさんのお話ができるといいですね。

みんなでのんびり過ごす



冬休みこそ、好きな読書やカードゲームなど、時間を忘れて、思う存分楽しみましょう。

冬休み中も 困った時は、御相談 ください！

学校以外の相談窓口 [☎](#)

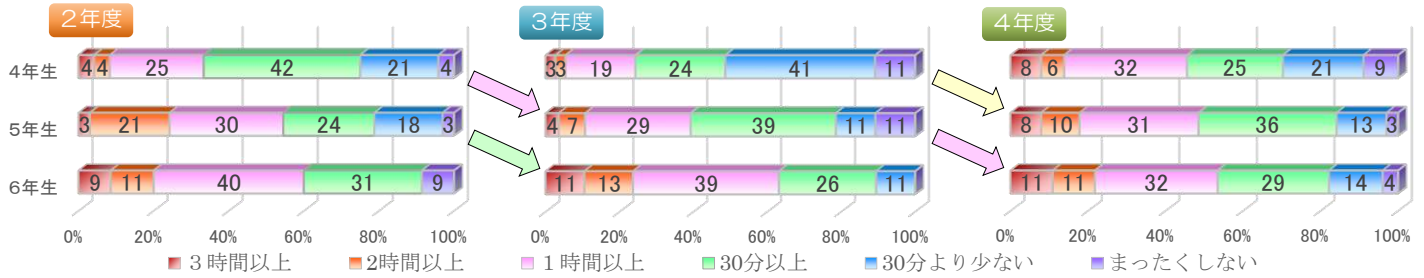
感染症、自然災害、交通事故、ネットトラブル、不審者等から命を守るためには、事前の備えが必要です。困った時は御相談下さい(在校日 12/26, 1/5, 6 時間 8:05~16:35 緊急時は市役所に電話して下さい)。

【児童アンケート結果】より 生活習慣・学習習慣に関して

子供たちの健やかな成長には、適度な運動、バランスのよい食事、十分な休養・睡眠が大切です。しかしながら、今年度のアンケート結果を見ると、子供にとって必要不可欠な基本的な生活習慣が乱れやすくなっているようです。個人差が極めて大きいことも気掛かりです。この年末年始は、お子さんとゆっくり話をするなど、生活習慣・学習習慣を見直す絶好のチャンスです。とりわけ、**電子機器等から意図的に距離を置き**、テレビを見ない、スマホを操作しない日を設け、**家族の触れ合いや会話を増やしたり、読書や学習の時間に使ったり**してはいかがでしょうか。

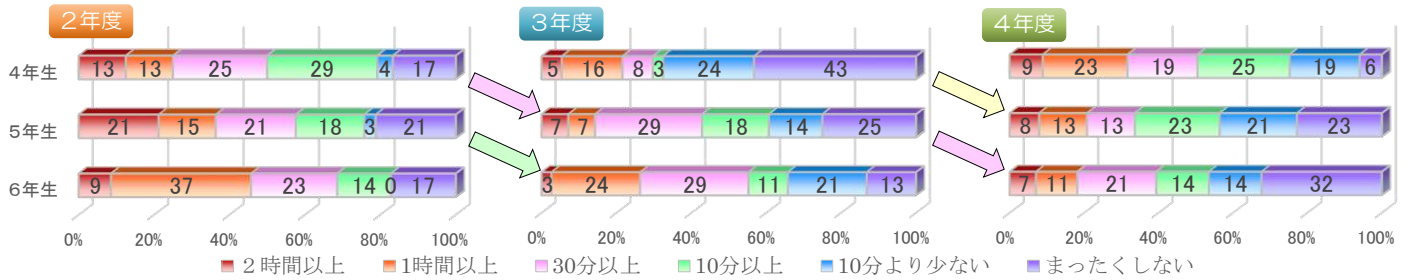
学習時間 学校以外で、1日平均、何時間勉強していますか？

令和2・3年度は、「学年が上がるほど学習時間が伸びていた」が、令和4年度は、「**4・5年生の学習時間が顕著に伸びていることと、6年生の学習時間があまり伸びていないこと**と相まって、学年差が小さくなっている」ことが分かる。



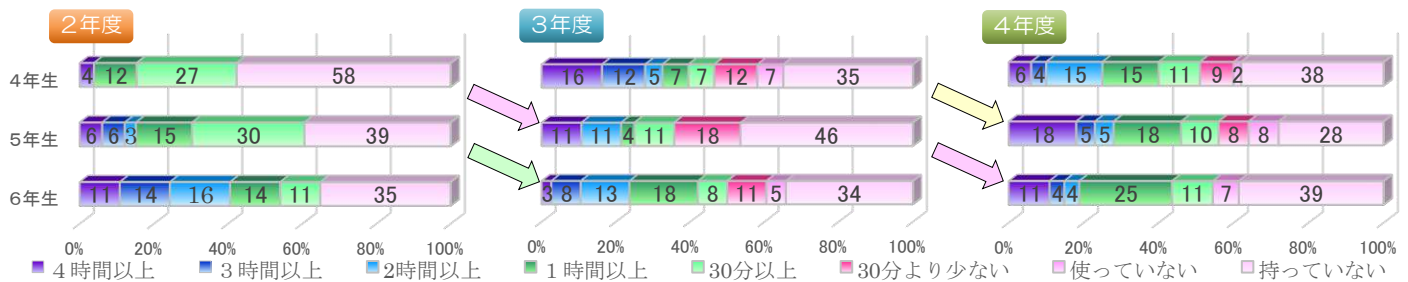
読書時間 学校以外で、1日平均、何時間読書をしていますか？

令和2・3年度は、「学年が上がるほど読書時間が伸びて」おり、特に令和3年度は、「学年が上がるほど不読の割合が小さくなっていた」が、令和4年度は、「学年が逆転し、**学年が上がるほど本を読まなくなっている**」ことが分かる。



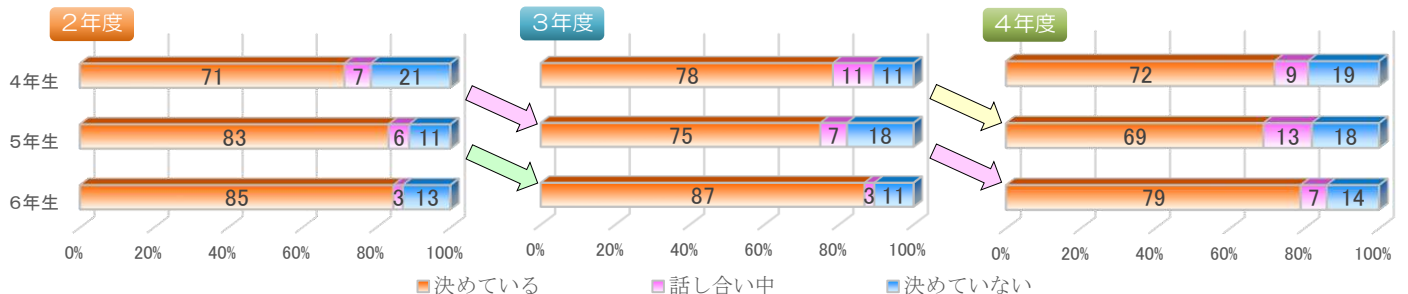
電子機器利用 自分のスマートフォンやタブレットなどは、1日平均、何時間使いますか？

令和2年度は、「学年が上がるほど使用時間が著しく伸びていた」が、令和3・4年度になると、「**どの学年も使用時間が極めて長くなった**」ことが分かる。タブレットを学習に活用しているとも考えられるので、ネット依存とも一概には言えない。



SNS ルール インターネットを使うときは、家庭でルールを決めていますか？

年度が上がるほど、「**ルールを決めていない家庭の割合が大き**」くなっており、「ルールに基づいてネットを安全に使う意識が緩んでいる」ことが分かる。子供たちを取り巻くネット環境が悪化している社会にあって憂慮すべき状況と言える。



「ゲーム障害（病気）」の深刻さ

電車の中で、運転中や歩行中も、レストランで食事をしながら、あらゆる場所でスマホに夢中になっている人が増え、「ネット依存」という言葉が珍しくなくなりました。

そのような中で、3年前、世界保健機関(WHO)の新たな国際疾病分類で「Gaming disorder(ゲーム障害)」が精神及び行動の障害として分類、新たな疾病として認定されています。

国際疾病分類 (ICD-11) が規定した「ゲーム障害」の症状

国際疾病分類とは、死因や病気の分類に関する国際統一基準です。障害という状況にまで至るのは、**主にオンラインゲームだと言われています。**

- ▽ ゲームへの参加を抑制できない状態（開始、頻度、強度、持続時間、終了、状況）
- ▽ ゲームをすることの優先順位が高まり、他の生活上の興味や日常活動よりも優先される
- ▽ 悪影響が生じているにもかかわらず、ゲームへの没頭が持続、またはエスカレートする

こうした症状が家庭や社会生活、学業、職業等において著しい障害をもたらすほど「十分に重篤」で「1年以上継続している(期間が短縮される場合もある)」と診断されるそうです。

単なる依存や凝り性とは違う“危険性”

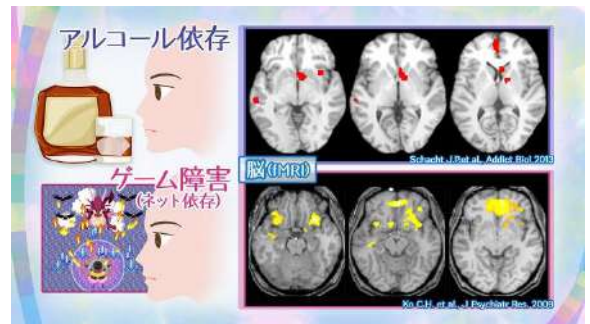
「ゲーム障害」は、ゲームへの没頭が「家庭や職場などに多大な影響をきたしてしまう」という意味で、一般の人が単に「依存」と考えがちな**軽いものではありません。**

【脳機能に悪影響を与える】

ネットゲーム依存症の人は健常人と比べて脳の『前頭前野』の機能が低下している、という研究成果があるそうです。

前頭前野は、人の創造性や状況に応じた判断力、感情コントロールを司る部分であり、いわば人の社会性や理性を形成している場です。脳の中で最もゆるやかに発達する部分で、学齢期の子供たちは発達途上の状態です。

そのような時期にゲーム障害に陥ると、**状況に応じた判断力などが養われないことにもなる**そうです。



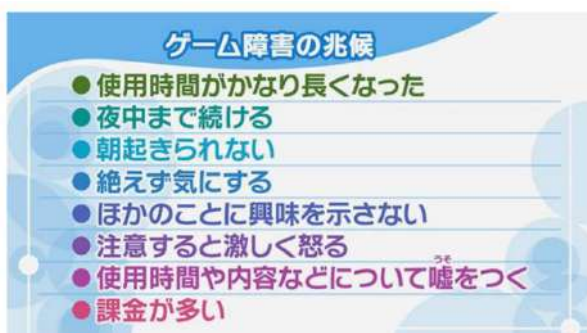
出典：NHK 健康チャンネル

【兆候を見つけて早めに対処】

ゲーム障害は、そこに至る前に兆候をキャッチして適切に対処することが重要です。具体的には、次のような兆候があったら要注意です。

- ▽ ゲームをしていない、できない状態になるとイライラして集中力が続かなくなる
- ▽ ゲームをする時間が次第に長くなりつつある
- ▽ ゲームに夢中になり、食事や入浴の時間を忘れてしまっている

こうした時は、家庭でルールを決めたり、学校やスクールカウンセラーに相談したり、無理のない範囲で、早め早めに対応することが大切です。



～ 考えることを始めた子供たちへ ～

なぜ？

どうして？

問う力は
生きる力！



Society 5.0 時代を主体的に生き抜く “活力ある未来を創造する子”

予測できない変化を受け止め、正面から向き合い、主体的に関わろうとする姿勢を育成するために、その根幹である「思索力」を養う。

未知の課題を思索し、協働して新たな価値観や行動を生み出す力、AIには代替できない創造性を発揮する素地を身に付ける。

【思索生知】 (しさくせいち)

～ 思索、知を生ず ～

道理や筋道をたどって、物事をよく考えることで、知恵が生まれてくるということ。

思索とは、筋道を立て論理的に考えを巡らせること。物事の道理をたどり、秩序立てて深く考えを進めること。
Ex. 「思索にふける」

学校での学びをヒントに！

冬休みは、家族でも考えてみよう！

〔概要〕 考えることの大切さ！

- (1) 一人一人がテーマに向き合い、思索し、自分の考えを自分の言葉で表現する。
- (2) 事前に、各学年の発達段階に応じたテーマ及び文章構成例を提示する。
- (3) 各学級では、道徳や生活・社会科など関連する授業で、テーマに迫る糸口を！

〔表彰〕 多様な考えに触れて、自分の考えを深める！

- 各学年に「校長賞」として表彰状を授与する。各学年数名程度。
- 独創性、論理的な一貫性、説得力などの観点から選定する。

〔実施予定〕 答えよりも「問い」が大切！「考える道筋」が大事！

- (1) 日程 令和5年1月12日(木) 3学期の最初の短作文の時間です。
- (2) 時間等 通常の短作文の2倍程度の文字数、時間とする。
- (3) 各学年テーマ(問い)

1年生「住んでみたいな こんな町」

2年生「いい友達とは？」

3年生「動物の幸せって？」

4年生「子どもと大人、どちらが幸せ？」

5年生「あなたが思う平等とは？」

6年生「何のために働くの？」