

きらきらひかる 中和っこ



新年あけましておめでとうございます。令和最初の三学期は54日（1～5年生）・51日（6年生）

あらた とし はじ はつはる きょうふ ゆき よごと おおとものやかもち
新しき年の初めの初春の 今日降る雪のいやしけき事 (大伴家持 万葉集卷二十)

令和の典拠となった日本最古の和歌集万葉集。その掉尾を飾るのがこの和歌です。

意味：新しい年の初め、初春の今日降る雪のように、良い事もたくさん積もれ。

雪は古代から吉兆のシンボルです。何より雪は豊作の恵みをもたらすものでした。その雪がたくさん積もるようによいこともたくさん積もれ！万葉集の編纂に大きく関わったとされる大伴家持がこの国とこの歌集の末永い幸せを強く願う心が見えるようです。



令和2年がよい年でありますように。令和の時代も子どもたちが平和で幸せに暮らせますように。

三学期始業式で子どもたちに示した三学期の目標 (校長講話 抜粋)

1月6日(月)は三学期の始業式。校長講話で子どもたちに次のように目標を話しました。

三学期みんなにがんばって欲しいことを三つにまとめます。

1 伝えよう、言葉と心

今日のあいさつと校歌、とても元気でよかったです。例えひとりで話すときでも聞いている人みんなに届く声であいさつや返事・伝えたいことを、自信を持ってはっきり伝えましょう。

聞いている相手に届かなければ言わないのと一緒です。

3学期には例えば6年生を送る会があります。卒業式があります。自信を持って堂々と台詞を言ったり「はい」と元気に返事をしたりできる姿を楽しみにしています。

ことばのやり取り・コミュニケーションと言いますがキャッチボールです。ボールはことばとそのことばで表された考えや思いです。どんなによい考えやすてきな思いもボールが届かなければキャッチボールは続きません。相手の受け取りやすいところに届けることが伝える人の責任です。そして投げられたボールをていねいに受け取り返すのが受け取る人の責任です。コミュニケーションは両方が協力して成り立ちます。確実に伝わるようにあいさつ・返事・伝えることばを元氣よく。

2 1年のまとめをしっかりとしよう

4月には6年生は中学校で、他のみなさんは新しい学年の生活が始まります。4月によいスタートを切るためには3学期の生活が大切です。これから教室で新しい目標を先生と立てるかと思えます。目標を飾りにしない。なりたい自分をイメージして明確な目標を持ちましょう。学習・運動、自分ががんばりたいことをしっかりと見つめて下さい。そして学習でも運動でも目標が決まったら毎日ががんばりましょう。

得意なことはもっと伸ばせるように。苦手なことは少しずつでも毎日続けることです。

泣いても笑っても三学期は約50日。でも使い方次第で100日にも150日にもなります。

3 体力づくりをがんばり、健康な生活を送ろう

三学期は最も寒さの厳しいときです。かぜやインフルエンザの流行も心配です。

具体的な取組とし「早寝・早起き・朝ご飯」、「手洗い・うがい」をする、あるいは「晴れた日は元氣に外遊びをする」などたくさんあります。自分が実行できそうなことを選んで体力づくりに努力し、健康で充実した三学期にしましょう。

冬来たりなば春遠からじ。寒い日が続くけれどもがんばって、元氣に新しい春を迎えましょう。

知っておきたいゲーム依存症の問題

前号の続きです。子どもたちと会話をしているとよく出てくるのはゲームの話題。それだけ子どもたちの生活に深く入り込んでいるようです。楽しいし新しいコミュニケーションツールではありますが、負の部分もクローズアップされています。「ゲーム障害」が世界保健機構（WHO）から疾患として認められたことは前号でお伝えしましたが、日本でも10～29歳の男女合わせて約5000人を対象に2019年に行ったゲームの利用状況の全国調査結果が発表されました。調査対象は約5000人でそのおよそ23%ずつが小・中学生になるように計画的に調査をしています。

結論は「ゲームを遊ぶ時間が長いほど、現実生活に悪影響を及ぼす」という依存症に共通するものです。興味深い項目について下表1で紹介します。

表1 ネット・ゲーム使用と生活習慣についてのアンケート調査結果

はいと答えた人の割合

質 問 項 目	1日当たりのゲーム時間	
	1時間未満	6時間以上
右の「1日当たりのゲーム時間」は比較しやすいように最小値の「1時間未満」・最大値の「6時間以上」のみを示した		
ゲームを止めなければならないときに、しばしばゲームを止められませんでしたか	21.9%	45.5%
ゲームのために、スポーツ、趣味、友だちや親せきと会うなどといった大切な活動に対する興味が著しく下がったと思いますか	2.9%	28.9%
ゲームのために、学業に悪影響がでたり、仕事を危うくしたり失ったりしても、ゲームを続けましたか	1.7%	24.8%
ゲームのために、友人、恋人、親しい人などといった大切な人との関係を危うくしたり失ったりしてもゲームを続けましたか	0.5%	14.9%
ゲームが腰痛、目の痛み、頭痛、関節や筋肉痛などといった体の問題を引き起こしていても、ゲームを続けましたか	4.3%	40.5%
ゲームのために睡眠障害（朝起きれない、眠れないなど）や憂うつ、不安など心の問題が起きていても、ゲームを続けましたか	2.4%	37.2%

早期からの依存的傾向は本格的な依存症に移行しやすいことが依存症の特徴です。ゲームについてもその傾向が顕著です。小学生ではさすがに6時間以上ゲームをする子どもは少ないと思われます。しかし、ゲームをする時間が長いほど、心身に異状をきたしても、仕事や学業、他の大切なことや人をおろそかにしたり失ったりしてもゲームを止められない傾向は上の表からも明らかです。私たちは子どもたちの健やかな成長を支えていかなければなりません。これからもいっしょに考えていきましょう。

紙幅の都合で結果の一部の紹介となりました。関心のある方は**依存症対策全国センター**のホームページ、「ゲーム使用状況等に関する全国調査」
<https://www.ncasa-japan.jp/pdf/document17.pdf> をご覧下さい。



ちゅうわしょうダイアリー

中 和小歳時記 ～1月①～ 三学期1週目から充実した活動がたくさんありました

1月8日(水) 家庭教育学級 親子遠足

9月の台風で延期になった親子遠足。楽しい一日を過ごしました。



茨城自然ミュージアムで楽しくランチタイム 大好きなお菓子になりたい！グリコピアで



1月9日(木) 6年生 租税教室

税金の大切さについて学びました。



1億円（模擬札束）を前にあさピーといっしょに

諸会費の口座振替（第5回のお知らせ）

今回は学年によって金額が異なりますので、1月14日配付の文書でお知らせいたします。

口座振替日 **令和2年1月27日(月)** 前日までに口座残高の確認をお願いします。

本年度最後の引落となります。よろしくお願ひいたします（担当 事務長 松田）



中和小HPで学校の最新の情報をご覧いただけます。スマホからも閲覧OK!「旭市立中和小学校」で検索。