



【今年一番の寒気の中で】

学校だより

令和6年2月13日号

大崎町立大丸小学校

だいまる 2月

曾於郡大崎町横瀬1591番地 TEL・FAX099-476-0044

### 「学校保健委員会報告」 校長 秦 一成

朝、寒い日が続いていますが、冷たい風が目や顔をシャキッとさせてくれます。そんな毎日ですが、学校保健委員会で大変な講話を聞きましたので、お伝えします。

- ???みなさんこんなことはありませんか??? (チェック!)
- 文章を読んでいると、読んでいる行がずれてしまう。
  - 文字を書くとき、キレイに書けない。
  - 本を読もうとしても体が動いてしまう。
  - ちゃんと勉強しているのに、忘れることが多い。
  - なんか、やる気がでなくてイライラする。



子供たちの様子に気になることが多くなってきましたので、「子供のネットリスク教育研究会」より、戸高成人さんに来ていただき、講演をしていただきました。ドキッとしたので、報告します。

まず、視力に左右差がある子供たちのことです。スマホや携帯ゲームによる健康被害を受けているということでした。スマホなどの小さな画面を見続けると、「寄り目」を続けているそうです。しかし、「寄り目」を続けているととても疲れるので、自然と片方の目で見ているようです。

つまり、片目で見ることが増えていて、片方の視力が悪くなっているということでした。また、左右の視力差によりピントがあわなくなるので、集中力が続かなくなるのだそうです・・・。

さらに長時間光刺激を浴びることで目の奥の視神経が疲れて痛くなります。でも子供たちの認識としては、「目が痛い」でなく(目の奥なので)「頭が痛い」と言うのです。

動画やゲームは、とても速く動いているため「動いているもの」に集中していきます。すると「止まっているもの」には集中できなくなるそうです。ということは・・・。止まっている「文字や図、グラフ」には集中できないそうです。さらに見るものが止まっているので「自分が動いてしまう」のだそうです・・・。

さらに、メディアの画面から受けるブルーライトにより脳が「昼間」だと勘違いします。寝る直前まで見ていると、寝始めたつもりでも1時間から2時間はしっかりした眠りにならないのです。

つまり、寝る直前まで画面を見てると・・・8時間寝ても、1時間から2時間は少ないので慢性的に寝不足が続くことになるのです。すると、すぐに疲れたりイライラしたり、やる気がでなかったりします。子供たちにとって、寝不足は、「成長ホルモンの活性化を妨げる」ので、身体や脳が成長しないまま学校生活を送ることになるのです。

でも、スマホやパソコンを使わない訳にはいかない生活になっていますので、使い方のポイントを教えてもらいました。

- 1 メディアにふれるときは大きな画面を離れて見る。(YouTubeならスマホよりテレビで)
- 2 睡眠時間を確保するために、寝る1時間前にはメディアをオフ。(脳に夜を伝えよう)
- 3 夜にきちんと寝る。(成長ホルモンを活性化して脳を育てよう)

実際に、この3つを始良市のある中学校が取り組み、みんなでルールを決めて、みんなで守った所、勉強ができるようになり、学校生活が楽しくなったそうです。大丸小でも取り組んでみようと思っています。さて、皆さん、メディアとの付き合い方、どうしますか?

「今年もぞうきんをいただきました。」  
大崎町老人クラブ婦人部の方々から、寄贈していただきました。学校をきれいにするために活用させていただきます。ありがとうございました!!  
皆さんの想いが集まる大丸小学校にしていけますね。



### !!縄跳び大会に感動!!

保護者のみなさんの応援のもと、子供たちはがんばりました!個人種目での回数や学級全体で跳ぶ大縄飛びで新記録をだしてくれました。笑顔にあふれた大会になりました。



個人種目でいろんな跳び方に挑戦してくれました。6年生はさすがにジャンプが高い!



持久跳びでは14名の子供たちが最後まで跳びました。大縄跳びは、6年生が最高記録!さすが!!

### 鹿児島学習定着度調査結果

1月16日に行われ、本校の結果は、以下の通りでした。

	国語	社会	算数	理科
知識技能	84.8	58.6	59.6	76.9
思考・判断・表現	48.3	58.6	75.3	71.7
全体	63.2	58.6	66.5	74.5

このテストには配点がありませんので、通過率で表しています。

職員全体でこの結果を分析・検討しました。問題文を読み込むことに課題があると考えられましたので、読み取る際大切なところの線引きや音読による復習など、今後の学習指導、授業改善につなげていきます。

### 校内百景「1月後半」のようす



緊急時の連絡先がわかります! 3年生の研究授業「話し合い活動」 児童画100%受賞6年福留強志さん 子供たちの様子は、学校のデジタルボードにてご覧になれます。どうぞおいで下さい。

### 2月・3月の主な予定

月	日・曜日・内容	月	日・曜日・内容
2	8日(木) 小学校6年生交流学習(大崎小)	3	8日(金) 授業参観
月	9日(金) PTA総務委員会	月	9日(土) 土曜授業
	11日(日) 建国記念の日		19日(火) PTA引き継ぎ会
	12日(月) 振替休日		20日(水) 春分の日
	17日(土) 町PTA連絡協議会活動発表		22日(金) 卒業式
	23日(金) 天皇誕生日、大崎町子ども会大会		25日(月) 修了式・離任式・集団下校