

生徒のみなさんは必ず保護者の方に渡してください。

西尾が丘

令和7.7.18
直方第二中学校
校長 川原 国章
第5号

充実した37日間の夏休みにしましょう！



1 学期終業式では、「37日間の夏休みの過ごし方の大切さ」について、以下の内容で話を行いました。

1、自分の命は自分で守る

毎年夏には、小中学生が海や川で命を落とす事故が発生しています。また、中学生になり自立して行動する時間が増えます。そのため、自分の周りに危険な場所が存在し、その危険を自分で避け、「自分で自分を守る」ことを常に自覚しておくことが大切です。

2、生活リズムを崩さない

37日間の夏休み、生活リズムを崩さないことが大切です。

早寝・早起き・朝ご飯など、学校があつている日と変わらない生活をしましょう。学校があつている日と同じように「勉強時間」を効果的に組み込み、計画的に過ごしましょう。

3、具体的な目標を立て、決まった場所で学習に取り組む

具体的な目標を立て、学習することが自分自身に力をつけます。そのためには、まず、学習する場所に座ることから始めましょう。次に、学習する場所に目標を書き、張り出してみましょう。そうすれば、目標が決意に変わります。そして、その決意を実現するため、取組を開始しましょう。目標を立て、努力することが何よりも自分自身に力をつけることになります。

特に、3年生は、これからの体験入学などを通して、もっと高校の特色を知り、「進路選択」という将来に繋がる大仕事があります。自分が決断しなければ前に進めません。明日からの夏休みは、その歩みの始まりです。「夏を制する者は受験を制す」です。充実した夏休みを送ってください。

お知らせ①：直方第二中では、固定電話（0949-26-0657）同様、

携帯電話2台も家庭連絡用として使用しています。

①080-4320-3502 ②080-4293-8323 です。
携帯電話等への登録をお願いします。

※ 8/10～8/16の期間は、**学校閉庁日**です。
緊急の場合は、**学校携帯①**にご連絡ください。よろしくお願いします。

上手に使いこなすことが大事



「スマホ等の使用時間が長くなる」と「学力が下がる」の間には明らかな因果関係があることが様々なデータから明らかになっています。「スマホを使いすぎると、せっかく勉強したことが台なしになってしまいます」と脳トレゲームの監修などで知られている東北大学の川島教授は、調査研究の結果からそう断言されています。また、「3時間以上の使用で平均点を取れた子はゼロ」であるとも述べられています。スマホを制限したい場合、目標にしたいのは、小中学生の調査でスマホによる学力への悪影響が少なかった「1日1時間未満」が最適だそうです。

勉強しているときに机の上にスマホを置いていませんか？川島教授は「スマホを近くに置いて勉強するだけで成績が低下する」とも言われています。特にインスタントメッセージ（LINE等）の通知は要注意です。大人でも、メッセージの着信音が聞こえてきただけで、「誰からだろう」「すぐに返信なくては」などと気になって、集中力が切れてしまうことがあると思います。いったん切れた集中力はなかなかもとに戻りません。私も仕事に集中したいときはマナーモードにして、音が聞こえないようにしています。

スマホは使い方によっては便利なものですが、使いすぎると学力や脳に悪影響が出るのがデータに表れています。スマホには麻薬に近い依存性があるとも聞いたことがあります。「スマホに振り回されず、スマホを使いこなす」ようになることが大事です。子どもが自制心をもってスマホ等、ネット環境を適切に活用できるように導いていくことは、私たち大人の責任です。とは言っても、子どもたちへ親や教師が頭ごなしに「スマホをやめろ！」といっても反発を招くだけです。子どもたちが、自らを律し、自分を管理できる強い心を育てていくことが大切です。子ども自身にスマホを利用するルールを考えさせても良いと思います。

本校では、生徒会の取組で「スマホ・ルール3箇条」を行っています。そのような機会を利用し、スマホ等のネット環境を適切に自己管理できるようにすることが大事だと考えています。

※ お子様にネット依存の兆候がある場合や、スマホの利用状況などで、気になることがあれば、学級担任や学年主任に相談していただければと思います。お気軽にご相談ください。



お知らせ②：2学期始業式は8月25日（月）

8月26日（火）27日（水）28日（木）は、午前中授業（給食なし）です。

8月29日（金）から、給食が始まります。