



ひまわりノ畑



教育目標 思索・和敬・剛健

R7学校スローガン 笑顔とあいさつそしてありがとう

<http://www.kivose.ed.jp/kivosedaijyosyuusakkou/index.htm>

秋分の日 ～ 秋の夜長は、寝不足に注意～

先週末は、北にあった秋雨前線が慌てるように南下し、秋分の日には、北よりの風が吹き、関東地方上空は、一気に秋の空気に置き換わったようです。こうなると日差しが多少強くても、気温上昇は抑えられ、過ごしやすくなってきます。やっと待ちに待った秋到来です。昼と夜の長さが同じ秋分の日を過ぎると、だんだんと陽が短くなります。東京の10/1の日の

出は5:36、日の入は17:25ですので、夜に過ごす時間が増えてきます。平日の下校時間は、16:00頃ですので、帰宅する16:30頃はすでに陽が傾き、部活動などの放課後活動があると、18:30は、すでに夕暮れです。



「スマホ利用1日2時間以内条例」可決！

秋分の日の前日(9/22)に、愛知県豊明市で「豊明市スマートフォン等の適正使用の推進に関する条例案」が可決されました。新聞やテレビ、ネットなどで話題になりましたが、これは余暇時間でのスマホの使用時間について、1日2時間以内を目安にすることを市民に提言することが盛り込まれ、適正な利用を市民に呼びかける条例であり、市民の権利を制限したり、義務を課したりせず、罰則もない理念条例というものだそうです。

豊明市役所は、子育ての支援をする中で、オンラインゲームや課金ゲームから抜け出せない子供、乳幼児がスマホを長時間使っている様子など、ネット利用の低年齢化、依存、睡眠不足などの社会問題に、危機感を高め、条例をつくることで、各家庭が考えるきっかけになればと、一石を投じるのが目的だったそうです。

中学生の適正睡眠時間は8～10時間？

睡眠時間に関するいくつかの研究報告をみると、どれも中高生に必要な睡眠時間は、8～10時間という結果が多いようです。中高生を対象にしたNHKの意識調査によると、中学生の平均的な起床時間は、6:30～7:00、就寝時間は、22:30～23:00で、睡眠時間は8時間です。条例での利用時間帯の目安は22:00としています。16:30に帰宅して就寝までの時間は6時間ほど、食事や入浴、手洗いなどの生活に必要な時間は1時間半ほど、家庭学習を1時間とすると、余暇時間は3時間半位となり、その中で、習い事や部活動、塾などがあれば、さらに短くなるので、確かにスマホを利用するとなれば、2時間を目安とするのは、妥当のようです。



16歳未満のアカウント取得を禁止する法律を制定！

海外では、子供のネット利用を規制する国が出てきています。オーストラリアではSNS運営会社に対して、16歳未満が、アカウントを取得することを防ぐ措置を講じることを義務付ける法律、フランスでは15歳未満がSNSを利用する際に保護者の同意を義務付けるという法律をつくりました。SNSでのいじめや、犯罪に巻き込まれることへの危機感からのようです。

年齢に適した安全なネット環境と、リテラシーの育成が大切。

2024年に、こども家庭庁が、実施した調査によると、一日5時間以上のネット利用が42.3%、平均利用時間は5時間2分で過去最高となったそうです。ネットが子供の精神面に与える影響は、利用時間だけではなく、その内容や利用方法など、多岐に係ります。日本は子供の「知る権利・遊ぶ権利」なども尊重する姿勢で、利用時間の規制には慎重で、安全なネット環境やネットリテラシー(知識と活用能力、判断能力)を向上させることを基本としているようです。何にせよ健康には、睡眠は欠かせません。

やはり2時間ほどか？

涼しい風が吹き、過ごしやすくなった夜の余暇時間に、読書・ゲーム・趣味をしようか、ネット配信・TV・映画を見ようか、焚火をしようか、何をしましょうか。でも睡眠時間を考えると、楽しみも過ぎるのは良くないので、やはり、2時間ほどにするのがよさそうです。



🌸五中に秋が来た！！ 勉学の秋、文学・芸術の秋 到来！

勉学の秋、芸術の秋と、たくさんの言われ方がありますが、蒸し暑い日本の夏が終わり、サラサラと涼しくて、何にでも挑戦しやすい季節とあり、五中でも、後期生徒会・専門委員会開始、1年校外学習、2年職場体験そして、合唱コンクールと、色々な挑戦が目白押しです。また、各学年での講演会なども予定しています。



■芸術の秋

合唱の練習開始！ 9/26(金)

中間考査の最終日の午後から、合唱コンクールに向けてのクラス練習が始まりました。1学期より実行委員を中心にクラスで曲選定や指揮者・伴奏者などを話し合ったり、運営の準備を進め、音楽の授業で練習にも取り組んでいましたが、やはりこの2週間に重心を置く短期集中の取り組みで、学活や放課後の時間、10/2から始まる昼練習と、怒涛の勢いで進みます。

練習初日から、さあー始まるぞ！と言わんばかりに、学校中から歌声が響き、パート練習に取り組むクラスが多かったようですが、早速体育館での練習が割り当てられているところもありました。クラスナンバーが同じ他学年の上級生の力も借りる計画もあるようです。



練習の様子動画

https://youtu.be/_rPoOgeuDrS

■勉学の秋

放課後学習室 ～ のべ利用者数、300人突破！ ～

2学期中間考査期間中に、1学期に続き、放課後学習室が開催されました。参加生徒は40名、延べ数は77名とたくさんの生徒が利用してくれました。1学期からの利用生徒に延べ数は309名となりました。全国学力学習調査の授業以外の平日の学習時間を問うアンケートで、全くしないと答えた生徒数2%で、全国平均よりもかなり低いのですが、平日の学習時間が1時間未満の生徒が1/4います。さらに、塾などで教わっていないという生徒も1/4いることから、学習意欲はありながらも場所や時間の確保の調整に苦労している生徒が多いのではないのでしょうか。放課後学習室のような取り組みは、そういう生徒の皆さんに適しているようです。この企画運営をしてくださっている学校支援本部の皆様には、感謝いたします。ありがとうございます。



清瀬市は、街中に学習室を開設して、自学を応援してくれています。

清瀬市では、「駅前図書館」「子ども図書館」や「ころぼっくる」「コミュニティプラザひまわり」「エチュード なかきよと（中清戸地域市民センター内）」などを自習室や学習室として設置しています。訪れてみてはどうですか？ 定休日や利用時間は異なるようですので、清瀬市HPなどで確認してください。

🌻夏の終わりに… ご紹介が、遅くなりました。

■ピース・エンジェルス報告会 8/23(土)

清瀬市では、平成7年から夏休み期間に、市内の小中学生の代表を被爆地である広島に、ピース・エンジェルス（広島派遣生）として派遣しています。現地に行って、直接過去の事実を体感することによって、戦争の悲惨さや人命の尊さを再認識し、戦争の事実を風化させることなく、平和な社会を創造していくことのできる力を育て、広めていくことを目的にした事業です。本年度のメンバーに、本校の2年生1名が選ばれ、8/5より広島を訪れ、平和祈念式典への参加、原爆資料館や被害のあった施設等の現地視察をして、8/23にアミューホールで行われた「平和祈念フェスタ in 清瀬」で、その報告をしてくれました。ご苦労様でした。



■中庭で「フラワーコンサート」開演！ 吹奏楽部 8/28(木)

花のちからプロジェクトは、社会福祉協議会の協力のもとに、実施している地域連携活動ですが、今年は、十小に通う児童の皆さんと、本校生徒がそれぞれの学校にうかがい、相互に参加する小中連携としても取り組みました。そしてその一環として、夏休みの8/28(木)に、吹奏楽部に協力をしてもらい地域の方々をお招きして、中庭に蒔いたひまわりの前で、「フラワーコンサート」を開催しました。今年で3回目となり、100名を超える方々が来校してくださりました。ありがとうございます。



オープニングの動画

<https://youtu.be/8tuUNsMCeDo>

※紙面内の動画は、10/31 までの限定公開です。ご覧ください。