



# かわもと小だより

令和7年10月2日(木) 文責：校長 星野 明洋

川本小の教育

ふるさとを原点に 豊かに学び たくましく育つ子どもの育成

自らすすんで学ぶ子

仲間・他者とかわる子

たくましく生きる子

9月1日(月)から2学期がスタートしました。44日間の長い休み中に大きな事故等もなく無事に過ごし、元気に登校することができて喜んでいます。2学期が始まり、早1か月が経ちました。子どもたちは今週の4日(土)に行う運動会に向け、準備や練習に励んでいます。

## 運動会に向けて

10月4日(土)に運動会を実施します。6年生は本校の最高学年として、練習や準備、下学年への指導等に日々、力を注いでいます。今年は、応援合戦の時間を延ばし、子どもたちが主体的、協働的に活動する機会を設けました。各色の6年生がリーダーとなり構成を練り、ダンス等のパフォーマンスやかけ声を試行錯誤しながら決め、下学年の子どもたちにさまざまな方法で伝えています。

決して順風満帆とはいかず、6年生にとっては予想していなかった場面で困難に直面することも多くあるようです。それでも、「自分たちの手で運動会を成功させたい」という願いから、支え合ったり、時に下学年の力を借りたりしてがんばっています。一人一人がじっくりと考え、対話を重ねながら、直面する課題をクリアしている姿を見て、大きな成長を感じます。

今年のスローガンは「Smile～勝っても負けても笑顔満開で～」です。6年生を中心として自分たちの力でつくる運動会をめざし、いろいろな場面で「生き生きとした笑顔」が見られるよう期待しています。

ぜひ、子どもたちが主体的に、そして力を合わせて、笑顔で取り組む運動会をご観覧ください。そしてあたたかい声援をよろしくお願いいたします。



## 水泳学習を実施しました

9月5日～12日の短期間で、今年度の水泳学習を実施しました。本来なら6月下旬から7月にかけて行っておりましたが、今年度はおとぎ館プールの改修があり、時期をずらして行いました。その分、例年に比べて入水する回数(時間)は減りましたが、子どもたちは、自己目標を立て、達成に向けて学習に臨みました。私も1・2年生の授業にサポートで入りましたが、「水中じゃんけんー背浮き・だるま浮き・伏し浮きーけのびーバタ足一面かぶりクロール」と、どんどん挑戦し、上達していきました。今シーズンは結果的に水泳学習で終了となりますが、これからも挑戦し続けて泳力を伸ばしてほしいと思います。



## すこやか委員会を開催しました ～メディアについて～

9月17日(水)は授業公開日でした。今回は、公開授業後に「すこやか委員会」も開催しました。講師に「子どもとメディア@よしか」より山田弘幸副代表をお招きし、4～6年児童、職員、保護者の皆様で、メディアと上手に付き合うために大切なことについて学びました。講演内容を少し紹介いたします。

### ◇ 「スマホ・タブレット・PC・テレビ・ゲーム等」における長時間接触の弊害として

#### ① 目について

- ・ 小さい画面を見続けていると、眼軸長(角膜の前面から網膜までの距離)が伸びてきて、視力に大きく影響(特に近視や遠視の原因)する。
- ・ デジタル機器等の見方によっては、急性内斜視等を引き起こすリスクもある。
- ★「20-20-20」 20分経ったら、20秒間、遠く(約20フィート)を見る運動を行うとよい。

#### ② 依存について

- ・ ゲーム等のデジタル機器は「やめられない病(依存症)」になるリスクがある。  
強い刺激を求める(=脳内麻痺) … ゲーム障害  
強刺激→他のこと(ゲーム等のメディア以外)がつまらなくなる。=無気力・意欲低下へ。
- ・ 依存症になったある大学生の1日の生活…  
9時間睡眠 14時間ゲーム 1日1食の生活  
能力が小学生中学年並みに低下する。
- ★依存は予防できる。  
デジタルデトックス等が方法としてある。

#### ③ 睡眠について

- ・ 11歳の理想の睡眠時間は9時間30分。
- ・ 夜に強い光を見ていると、脳内で昼夜が逆転する。→朝起きられない。→生活リズムの乱れ。
- ★適正睡眠時間を確保すると  
記憶を整理して定着できる。パフォーマンスアップにつながる。  
脳と体を休め、成長ホルモン等の分泌を促す。

#### ④ 脳について

- ・ 前頭葉…自分の行動をコントロールする力にとって重要な部分である。  
経験や体験(川遊びや折り紙、スポーツ、工作等…)が前頭葉の活性化により。  
逆にゲーム等のメディアはよくない。
- ★メディアの長時間接触をやめるために…  
家族の団らん(対話)をつくる。非認知能力を育てる。ルールをつくる。

### ◇ メディアコントロールを行うこと

#### ⑤ ルールについて

- ・ 児童は、心も身体も成長期だからこそ、ルールが必要である。
- ★危機を渡す前にルール(合意が必要)をつくる。ルールにはペナルティがあることを伝える。

## 行事予定について

10月の主な行事予定をお知らせします。

### 【10月】

- |        |                                |       |       |
|--------|--------------------------------|-------|-------|
| 4日(土)  | 運動会(雨天順延)                      | 6日(月) | 振替休業日 |
| 7日(火)  | 学び合い訪問指導                       |       |       |
| 13日(月) | スポーツの日                         |       |       |
| 16日(木) | 郡音楽祭(3・4年生参加)                  |       |       |
| 22日(水) | 就学時健康診断【1～3年：4時間授業・4～6年：5時間授業】 |       |       |
| 31日(金) | 郡教育研究会美郷大会のため短縮3時間授業(給食有)      |       |       |