



神 楽 小

神楽小学校 学校通信
令和7年6月30日
第3号

「スマホ脳」を防ぐために (Part 2)

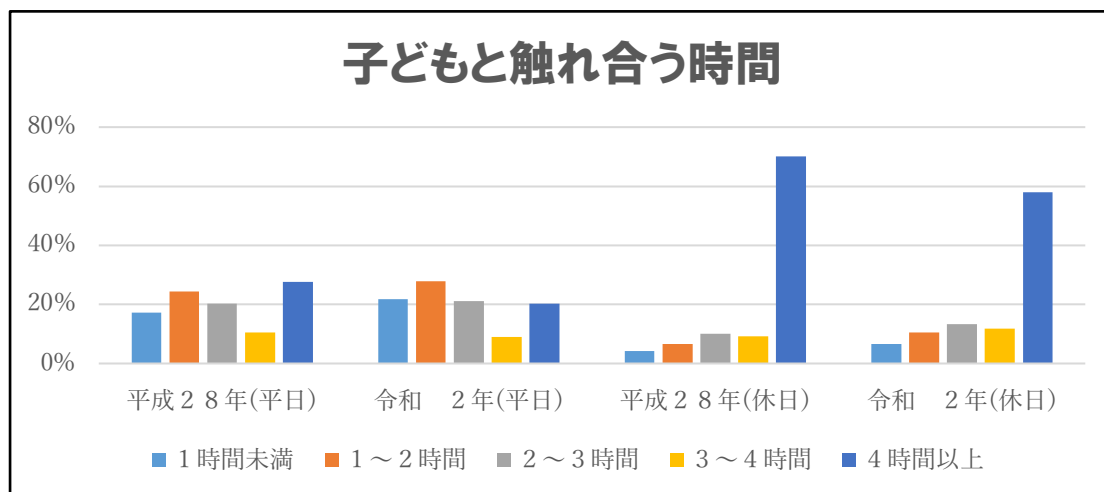
校長 小 野 直 久

昼夜の気温が高くなるなど、初夏を感じる季節となりました。7月の夜空には、金星と火星が大接近したり（7月1日）、金星の輝き・光度が最大となったりする（7月7日）天体ショーが見られます。体調や防寒に気を付けて、お子様と一緒に夏の夜空の天体を見ながら**ご家族の会話**を楽しまれてはいかがでしょうか。

前号で示したように、子どもにとって日常生活の一部となっているスマホやゲームの使用が学力に影響を与えています。スマホを見たり、ゲームで遊んだりしている時には、脳内ではたくさんの情報や刺激を受け取りすぎて情報処理ができない状態となり、正常な思考や記憶ができなくなるスマホ脳(脳疲労)になると言われています。また、ゲームや SNS などを使用している時には、脳内では**ドーパミンという快楽を感じる神経物質が分泌**されるため「もっとゲームで遊びたい・もっと動画を見たい」という気持ちが強まり、機器の使用が止められなくなることもあります。以下は、文部科学省の委託調査において、親子が接する時間についての調査結果を示したグラフです。このグラフから、平成 28 年より令和 2 年の方が、平日・休日ともに親子の触れ合う時間が短くなっていることが分かります。この結果から、現代社会において、子どもだけではなく家族それぞれがゲームや SNS を使用することにより、家族間の会話時間が短くなっている傾向があると言えます。もちろん、動画やゲームを通してコミュニケーションを図ることもできますが、その間にも脳内のドーパミンは分泌され続けます。そこで、こうしたスマホ脳(脳疲労)を改善するための**デジタル・デトックス**が各文献で紹介されています。～次号につづく～

令和2年度 文部科学省委託調査「家庭教育の総合的推進に関する調査研究」調査

【子どもと触れ合う時間についての調査項目経年比較】



NHK の番組より

生涯、親子が一緒に
過ごせる時間の試算

【父親】約3年4ヶ月

(約 29,200 時間)

【母親】約7年6ヶ月

(約 65,700 時間)

小学校卒業時には

55%が経過済み

高校卒業時には、

73%が経過済み

6/6 遠足(1～4年生)

今年の遠足は 1 年生は宮前公園、2 年生はサイパル・宮前公園、3 年生はかむい中央公園、4 年生はリベラインパークでした。途中雨が降り、1 年生は体育館でお弁当を食べたり、2 年生はプラネタリウム視聴をしたりと変更はありましたが、各目的地で友達と楽しく過ごすことができました。今年度もたくさんの保護者ボランティアの方のご協力により、遠足を安全に実施することができました。ご協力ありがとうございました。



6/19・20 修学旅行～札幌・小樽方面～

晴天の下、6 年生の修学旅行が無事終了しました。1 日目は青少年科学館とエスコンフィールドの見学、2 日目は小樽自主研修・フェリー見学とたくさんの活動がありました。子ども達は集団行動を通して、仲間と助け合ったり、担った役割は責任を持って行ったりするなど、大きく成長する機会となりました。

早朝より、出発の際のお見送り、帰校時のお迎え、ありがとうございました。



SNS に係る非行防止教室

6月3日、5・6年対象に SNS に係る非行防止教室を行いました。講師の方からの「SNS は便利なツールではあるけれど、使い方を間違えると、トラブルの原因になり、人や自分を傷つける危険が潜んでいます。SNS 教室の目的や今日学んだことを次、どう生かすのが大切です。」という言葉が全員が真剣に聞いていました。



人権の花贈呈式

6 月 5 日、人権擁護委員が来校し人権の花の贈呈式を行いました。「相手が嫌だと思わないでほしい」というお話の後、花の苗、プラカード、花の種をいただきました。

花は玄関前の花壇に植えています。花の種は全校児童に配付したので、ご活用下さい。



7 月の行事予定

《生活目標》

◎自分たちの学校をもっときれいにしよう

《保健目標》

◎夏を元気に過ごそう

日	曜日	行事予定(★は特別日課)
1	火	全校朝会 クラブ ALT 来校 ★
2	水	読み聞かせ(1・2年・ひ)
3	木	神楽っ子発表会①
4	金	いじめ対策委員会 SC 来校 ★
5	土	
6	日	
7	月	いじめ対策委員会 SC 来校
8	火	委員会 ★
9	水	参観日(4～6年) 4・6年ガラス拭き 5年学年レク
10	木	参観日(1～3年) 1・2年ガラス拭き 3年学年レク
11	金	★
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	職員会議 外国語サポーター3・4年 ★
16	水	読み聞かせ(5・6年)
17	木	歌声タイム
18	金	上言研旭川大会 ★
19	土	
20	日	上川神社祭
21	月	海の日
22	火	★
23	水	1 学期終業式 ★
24	木	夏季休業(～8/25) プール開放日
25	金	プール開放日
26	土	
27	日	
28	月	プール開放日
29	火	プール開放中止日
30	水	プール開放中止日
31	木	プール開放日

スクールカウンセラー来校日 9 月 1 日(月)