



創立152年

教育目標 わたしから考える子 にこにこ元気な子 つづけてがんばる子 こころを合わせる子
わにっこり

和邇小だより 令和7年 7月号

児童数377名 文責 澤村幸夫



スマホ認知症

梅雨の季節、天に向かってまっすぐ伸びた茎に、ピンクの大輪の花を咲かせるタチアオイ(立葵)が校庭で咲いています。梅雨の入りに茎の下から花が咲いていき、空に近づきつづめる花咲くころには梅雨が開けることからツユアオイ(梅雨葵)とも呼ばれています。茎が風に揺れつつも、咲き乱れる花の重さにも負けることなく天に向かってたたずむ姿に毎年のことではありますが勇気をもらいます。

「スマホ認知症」という言葉がここ最近、メディアで注目されています。先日のニュース番組でも取り上げられていました。医学的には「スマホ認知症」という診断名はないそうですが、スマートフォンの過剰使用によって記憶力・注意力・思考力などの認知機能が低下する状態を指す言葉として教育や医療の現場では警鐘が鳴らされています。私たち大人での症状かと思ったら、若年層、特に学校に通っている児童や生徒のことであり、「スマホ依存」と「学力低下」が結びつくケースがあります。

「最近、うちの子、全然勉強に集中できないんです。」「スマホをいじってばかりで、学力が全然伸びなくて…」保護者の方とお話をしていると、このような声をよく聞くようになりました。ここ数年、あきらかに「思考の粘り」や「集中の持続時間」が落ちていると感ずることがあります。そして、その背景にあるのは、ニュースでも取り上げられている「スマホ認知症」と呼ばれる現象があるのではないかと考えられます。

そもそも YouTube や SNS などのコンテンツは、自分で情報を主体的に取りに行かなくてもどんどん流れてきます。「まったく新しい分野に出会う」という好奇心や探求心を鈍化させています。また、短い動画の連続で、人の話を長く聞くことが難しくなってきます。検索機能のおかげで、深く考えなくてもすぐに答えだけを求めるようになります。たいへん便利な道具が、私たち人間の「考える力」を奪っているように感じます。

では、子どもが「スマホ認知症」にならないようにするために、私たち大人ができることは何でしょうか。簡単にできる方法として、次の3つを紹介します。1つ目は、スマホの「スクリーンタイム」を親子で毎週確認する、2つ目は、夜8時以降はスマホをリビングに置くルールを作る、3つ目は、勉強する時は、物理的にスマホを別の部屋に置く、です。スマホは、もはや生活の一部で、ある年齢以上では、完全に手放すことはできません。「スマホを絶対に子どもに買い与えない」といった解決策は、通用しにくい環境になってきました。だからこそ、子どもを守る大人自身が「スマホとの向き合い方」を学び、それを子どもに伝え、上手な付き合い方を実践していくことが求められています。学校だより「わにっこり」令和6年4月号でも、「スマホ脳」について述べていますので、バックナンバーもご覧ください。(学校ホームページ:学校だよりにあります。)



学校のディスクスの赤ちゃん
本文との関連はありません。

学習発表会

6月10日

6月10日に「学習発表会」を開催しました。これまでの音楽会とは違って、群読やリズム遊び、毛筆やクイズなども加わり、それぞれの学年で本番に向けて一生懸命練習してきました。進行を子どもたちの手ですべて行えたこともすばらしかったです。短い動画にまとめましたので、ぜひご視聴ください。

学習発表会

紙面配布のみ表示



期間限定 7/1~7/31



1年生 アサガオの栽培

1年生はアサガオを育てています。子どもたちに



よる朝の水やりと太陽の光をたっぷり浴びて大きく成長しました。絵やことばで、気づいたことを観察記録にのこしています。

2年生 ミニトマトの栽培

2年生はミニトマトを栽培しています。花を咲かせ、実をつけています。真っ赤な大きな実がたくさんできました。



3年生 里山の学習

3年生は、栗原在住のゲストティーチャーに本校いただき、里山の生活について多くのことを学びました。山と街の間にある里山の環境保護はとても大切です。



4年生 ホールの子



4年生は、びわ湖ホールへオーケストラを聴きに出かけました。本物のオーケストラの生演奏に、とても感動しました。

5年生 ソーイングはじめての一步

5年生の家庭科では、手縫いの縫い方について練習をしました。並縫い、半返し縫い、本返し縫い、かがり縫い、ボタン付けなどを行い、名前や模様を一生懸命縫い付け、オリジナル作品を作りました。



6年生 奈良校外学習

6年生は、奈良へ校外学習に出かけました。平城宮跡や東大寺の見学を行い、本物に触れる中で社会科の学習を深めることができました。当日の様子をダイジェスト版にまとめましたので、ぜひご視聴ください。

奈良校外学習

紙面配布のみ表示



期間限定 7/1~7/31



和通小学校のホームページ

和通小学校のホームページをご覧ください。子どもたちの様子を掲載しています。

学校だより「わにっこり」のバックナンバーは、和通小学校のホームページから「**学校便り**」をクリックしてください。

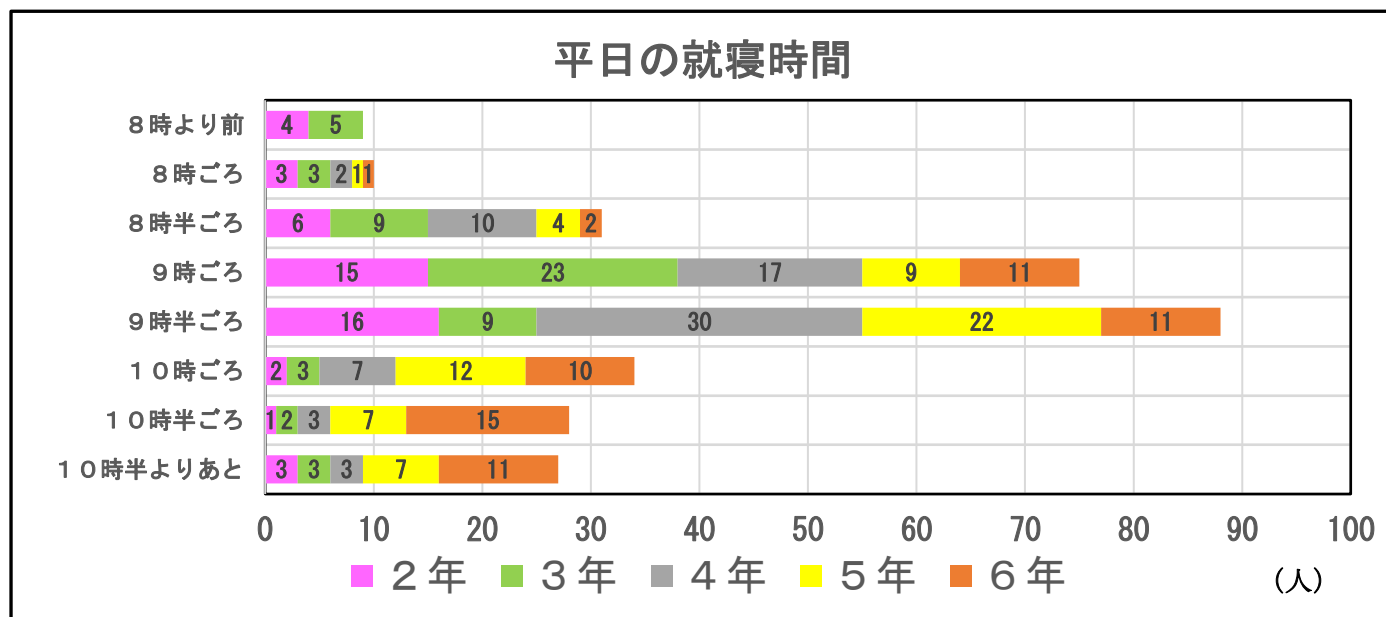


第4弾 「睡眠アンケート」

このコーナーは、子育てと子どもの幸せをサポートする情報を提供するニュースレターです。子育てのヒントやこれからの時代に大切にしたい教育の話、健康で幸せな生活に役立つ情報を掲載したいと考えています。未来をたくましく生きる子どもたちに

つけてほしい本当の力とはいったい何か、子どもが生涯にわたり幸せに生きていくには、周囲の大人はどんな関わりを大切にしていけば良いのかについて、共に考えていきたいと思います。

第4弾は、先日2年生から6年生までにとった「睡眠アンケート」の結果から見えてきた和邇小の子どもたちへの提案です。アンケート結果の分析を AI をお願いしたところ、睡眠実態を多角的に把握し、具体的な方策を提言してくれました。では、さっそく総合分析報告の内容を紹介します。



全体の平日の平均睡眠時間は約9時間15分でした。小学校全体の推奨睡眠時間(9~11時間)の範囲内にありますが、個人差が非常に大きい状況です。「授業中に眠いことがある」と回答した児童は、全体の33%にのびりました。約3人に1人が日中の学習活動に何らかの影響を感じていることになります。「朝ごはんを食べる」と回答した児童は95%に達しており、これは極めて良好な生活習慣が定着していることを示す、本校の大きな強みです。

次に、授業中に眠気を感じる児童は、感じない児童に比べて平均40分も睡眠時間が短いという明確な差がありました。睡眠時間の不足が、日中の眠気の最も直接的で大きな要因であることがわかります。さらに、就寝前にデジタルメディアを利用する児童は、利用しない児童に比べて、授業中に眠気を感じる割合が2倍以上高いという顕著な結果がでました。これは、睡眠時間の長短だけでなく、睡眠の「質」が大きく影響していることを示唆しています。

学年ごとの睡眠の特徴と考察について紹介します。低学年(1・2年生)は基本的な生活習慣の形成期です。この時期に確立された早寝・早起きの習慣がその後の土台となります。中学年期(3・4年生)はデジタルメディアとの接触が急増する転換期です。メディア利用が習慣化し始め、睡眠時間にも影響が出始めます。高学年(5・6年生)は睡眠不足が深刻化し、生活が多様化する時期です。

本調査から、和邇小学校の児童は「朝食をしっかり食べる」という大変素晴らしい生活習慣を持つ一方で、学年進行に伴う「慢性的な睡眠不足」と、「就寝前のデジタルメディア利用の常態化」という深刻な課題を抱えていることが明らかになりました。提言として、子どもと話し合っ、メディア利用のルール(寝る1時間前は使わない、寝室にメディアを持ち込まない、利用時間を決める、など)を確立することが考えられます。子どもたちの無限の可能性を引き出すためには、質の良い十分な睡眠が必要です。本調査の結果が、すべての子どもたちの健やかな成長の一助となることを願っています。

以上、AI による総合分析結果を掲載しました。(文責:澤村幸夫)