



# 校長室だより

令和7年度 竜北東小学校 第6号  
文責 校長 服部 正  
学校ホームページQRコード → →  
【随時更新予中！是非ご覧下さい！】



【学校教育目標】

「人にやさしく しっかり学ぶ！ 夢を育む『チーム東』」～ふるさとを愛し、仲間とともに一人ひとりが輝く学校～

## 子どもの「豊かな育ち」について考える

～メディアに親子の時間を奪われないために～

厳しい暑さが落ち着き、秋らしい日和となっていました。2学期は、各学年とも様々な『体験活動』に取り組みます。収穫などを通して学ぶ「栽培活動」、自然環境を活用した「創作活動」や「環境学習」、学校から飛び出し集団生活を学ぶ「社会体験活動」などいろいろあります。(学校HPをご覧ください)

これらの『体験活動』は、子どもたちの「自尊感情」「自己有用感」といった、自分を大切にする心情や自分と同じように他者を大切にし、思いやる心情を育む基盤となるものです。

また本年度は、子どもたちの心身の健全育成を目的に「デジタルデトックスデー」に取り組んでいます。この目的は、①テレビの視聴やゲームなどをする時間をコントロールし、学習や読書週間の定着を図ること。②普段の生活を見直すきっかけをつくるとともに、家庭での家族のふれあいを大切にすること。③十分な睡眠時間をとり、望ましい生活習慣を身につけることです。

本年度、月1～2回デジタルデトックスデーを行っていますが、就寝時刻に改善がみられました。10時以降に就寝する児童が減少しています。

親子が一緒に過ごせる時間は、生涯で「5～7年」と言われています。お子さんの自律を育み、成長を喜び合う時間の過ごし方、親子のコミュニケーションを深めるご家庭での時間の充実を工夫したいものです。

### 【子どもをメディア依存にさせないための3つのポイント！】

1. ルールを子どもと一緒に決める！  
・使わない時間を作る。  
・子どもの成長に合わせて、ルールを定期的に見直す。
2. 保護者は子どもがメディアで何をしているか把握する！  
・使用年齢に応じたフィルタリングをかける  
・困ったことがあったら、すぐに相談する関係をつくる
3. メディア以外に楽しいと感じる時間を過ごす！  
・ストレス解消の方法が一つだと依存しやすい。  
・家族と一緒に楽しめること（お手伝いも可）を行う

### デジタルデトックスデーの目的

- ①テレビの視聴やゲームなどをする時間をコントロールし、学習や読書週間の定着を図る。
- ②普段の生活を見直すきっかけをつくるとともに、家庭での家族のふれあいを大切にする。
- ③十分な睡眠時間をとり、望ましい生活習慣を身につける。

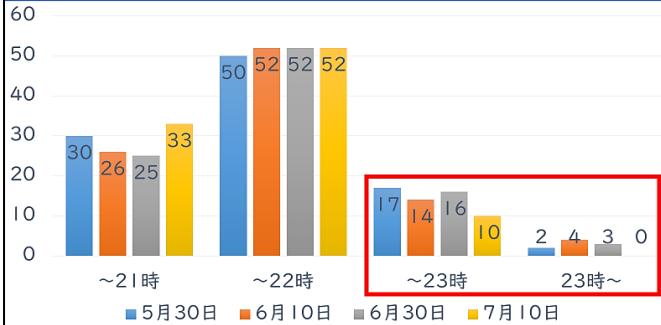


### デジタルデトックスデー取り組みシート

- 【レベル6 スペシャルコース】  
→お家の人と相談してコースを決める
- 【レベル5 はなコース】  
→1日メディア機器を使わない
- 【レベル4 つばみコース】  
→メディア機器使用は1日1時間まで
- 【レベル3 ほんばコース】  
→メディア機器使用は1日2時間まで
- 【レベル2 ふたばコース】  
→夜9時以降はテレビを見ない
- 【レベル1 たねコース】  
→食事中はテレビを消す



### 就寝時刻について



## 11月1日(土)はCSの日「オータム交竜会」 ～氷川町の魅力について、ふれる、学ぶ、考える～

11月1日(土)は、CSの日として町内の全小中学校(5校)で、学校運営協議会が主体となった取組がなされます。

竜北中校区の3校では、「オータム交竜会」と題して、中学生が各小学校に出向いて、学年毎に氷川町の魅力について授業を行います。

先日、当日授業を行う竜中生(2年生)が各小学校を訪問し、「顔合わせ会」を行いました。中学生は、自分が担当する学年に入り、小学校の担任の先生に挨拶をしたり、小学生に自己紹介をしたりした後、小学校の授業に入り交流を深めました。

中学生のやさしい言動や思いやりのある振る舞いのおかげで、小学生はすぐに打ち解けて仲良くなることができました。11月1日の本番が待ち遠しい様子でした。

来校してくれた中学生の皆さん、そしてご指導いただいた竜北中学校の先生方、ありがとうございました。

当日は、保護者や地域の皆さんも東小へお越しいただき、この貴重な学びの様子をご参観ください。【9時40分～10時25分】

## 「就学時健康診断」を行いました

10月10日(金)に、校区在住の来年度の新入生を対象とした「就学時健康診断」が行われました。この「就学時健康診断」とは学校教育法及び学校保健安全法に基づき、次年度の就学予定者に対して、健康診断を行い、就学者の心身の健康状況を把握し、保健上適切な指導を行う氷川町教育委員会の事業です。

来年度から同級生となる子どもたちとその保護者の皆さんが全員集まつたこの日は、子どもたちは学校医や本校職員による健康診断を、保護者の皆さんには保健師さんや家庭教育支援員さんによる「親の学び」講座を受けられ、入学前に親睦を深めるよい機会となりました。また、来年6年生として新入生を迎えることになる5年生は、ドキドキした様子でしたがやさしく新入生のエスコートをしてくれました。