



益城中学校だより

FROM 益城中

第3号

R7. 8. 31

<https://jh.higo.ed.jp/mashiki>

## 県・九州・全国中体連大会を終えて

前回の学校だよりでは、郡中学校総合体育大会の結果をお伝えしました。

今回は、県大会や九州大会、全国大会の概要をお伝えします。

まず、県大会（団体戦）では、郡で優勝した女子バレーや男子バスケットボール、男子テニス、女子テニスに加え、女子ソフトボールや男子空手、女子空手が出場しました。

また、陸上や水泳の県大会も同日開催されており、合わせて14の競技に団体や個人、ペアで出場しています。

県大会の結果、男子テニスや女子テニス、陸上で九州大会に出場する選手がでる等、例年にも勝る活躍であったと思います。

また、陸上競技では、3名の生徒が優勝や3位入賞を果たしました。更に、女子が学校対抗で県3位になったのは、多くの生徒が上位入賞した結果です。

テニスや陸上で九州大会に参加した生徒たちは、県代表にふさわしいプレー（競技）を見せてくれましたし、陸上部のキャプテン（竹原くん）は全国大会にも出場し、これまでの練習の成果を十分発揮してくれました。

郡大会から全国大会まで振り返ってみると、これまでのきつい練習をとおして心と体が鍛えられてきたことを感じる大会でしたし、成長の跡が十分感じられた大会であったと思います。

身近なところで練習をしている人たちが、上位大会に出場し優秀な成績を収めたことは、他の生徒に良い影響を与えており、来年のこの大会の中でもその良い影響が見られることと思います。

## 職員を紹介します



現在、学校の現場が人不足で困っていることはメディアの報道等でご存じのことと思います。そこで、教育の現場では、人不足を補う様々な工夫が行われています。

この数年間、益城中学校には、学校現場以外でのキャリア経験を生かしながら教員として貢献してもらっている職員が複数名います。その中の1名が、1・2年生の理科の授業を担当している村上拓真（むらかみ・たくま）先生です。

村上先生はWebデザイナーの経験があり、パソコン等に堪能な先生です。他の先生が全く経験したことがない経験を生かしながら、子供たちの指導にあたってもらっています。

生徒の皆さんには、タブレット等の使用でわからないことがあれば、村上先生に聞いてみるのもよいかもしれません。

## 昨年度から「早寝早起き朝ごはん」の推進に取り組み、これまでの課題に改善傾向がみられました。

改善傾向・ゲームやスマートフォン等の長時間使用が減少。



- ・メディア使用時間が短くなり、毎日学習する生徒が増加。
- ・メディア使用時間が短くなると、自分で朝起きる生徒が増加。

本校では、昨年度から国の委託を受け「早寝早起き朝ごはん」の推進に取り組んでいます。この取組の目的は、学力を向上するうえでの課題を改善することにあります。

実際に、一昨年度までの県学力調査の児童生徒質問紙の結果を見ると、本校生徒には次のような課題が見られ、学力向上の妨げとなっていました。

- ① スマホやゲーム機器の使用時間が長い生徒が多く、寝るのが遅い理由になっている。
- ② 夜遅く寝る生徒の割合が全国や県より多い。すなわち、睡眠時間が短い傾向にある。
- ③ 朝食習慣は全国や県の平均に近いが、全員がしっかりと朝食を食べている訳ではない。

スマホやゲーム機の長時間使用が脳に悪影響を及ぼすことや、不十分な睡眠時間・朝食摂取が脳の活性化の妨げにつながることを、生徒たちは昨年度の取組で学びました。

その中でも、特に影響が大きかったのは、東北大学の川島隆太先生の講演です。

講演をとおして、長時間のゲームや動画視聴が脳に与える影響を学びましたし、早寝早起きを実践すれば十分な睡眠と朝食が取れ、脳が活性化されることを学びました。

講演後は、スマホやゲーム機器の使用時間が長い生徒が減少しましたし、早寝早起きの生徒が増加する等、プラスの効果がみられました。

また、昨年度から「生活ノート（まっちゅうノート）」を配布し、家庭での生活習慣を振り返らせるとともに、同ノートに家庭での学習を記録し毎日提出してもらっています。スマホやゲーム機器の使用時間が長い生徒が減少し、毎日、家庭学習に取り組む生徒が増加した理由にもなっています。

この委託事業の契約は、毎年、夏休み頃になります。したがって、2学期から「早寝早起き朝ごはん」の取組を始めます。更に多くの生徒に基本的な生活習慣が身に付き、学力向上につながることを期待しています。



### 【9月の行事予定】

月	日	曜	行 事
9 / 2	火		避難訓練
9	火		全校・生徒集会 5時間授業（研修のため）
10 ～12	水 金		2年生職場体験学習
16	火		学校に行こうデー

月	日	曜	行 事
26	金		PTAレク部行事 ①②1年 ③④3年 ⑤⑥2年
29 ～10/14	月 火		特別日課 (学習成果発表会準備のため)
※ あくまでも予定です。 諸事情により中止や変更もあります。			