



◎●◎ メディアコントロールについて ◎●◎

1学年では、11月12日(水)に「メディアコントロール力を身に付けて、〇〇を手に入れよう」のテーマの下、3名の学校医、学校薬剤師の先生方をお招きして、学校保健委員会を実施しました。養護教諭により、アンケートの集計から問題を提起し、保健委員の生徒が学年でのこれからの取り組み等を発表しました。その後、学校医、学校薬剤師の先生方から指導助言をしていただきました。



また、全校で11月20日(木)～26日(水)の7日間、2学期末考査に合わせて「メディアコントロールウィーク」を実施しました。生徒が各自でメディアコントロールの目標をたて、毎日、メディア時間を記入し、目標を振り返りました。

- ・今までもメディアの使い過ぎは身体に悪影響を及ぼすことは知っていたけれど、再度恐ろしさを実感した。(1年女子)



- ・スマホを使っているとどんどん使いたくなり、止められずに時間がどんどん過ぎていくことが多かった。自分がコントロールされないようにしていきたい。(1年女子)
- ・山中生は、メディアを3時間以上使用している人が県平均を超えて、山中生全体の50%以上いることが分かった。自分も3時間以上使用しているので、学習時間を増やし、「時間を管理できる心」を手に入れた。(1年男子)

- ・取組前よりも、寝る30分前のメディアを控えることができたので、よかった。実際に、寝る前にメディアを使わない方がぐっすり眠れたので、これからの生活でも継続したい。(2年男子)
- ・勉強に集中しなかったかったので、スマホを使わないようにした。近くにスマホがあるとどうしても見てしまうので、1階に置いて、触れないようにした。(2年女子)
- ・ゲームを決めた時間と1時間勉強したら10分ゲームをしてよいルールを自分で決めた。また、アラームをかけて時間をコントロールした。(2年男子)

学校保健委員会・
メディアコントロールウィーク
を終えて



1年生

3年生

- ・メディアの使用量を減らすことで、寝やすくなり、睡眠時間が増えた。1日に使う時間を決めて生活してみたら、他のことをする時間が増えた。(3年男子)
- ・勉強をする時にスマホを親に預けたり、使う時と使わない時のメリハリをつけたりするように工夫した。(3年男子)
- ・スマホが近くにあると、スマホをどうしても見てしまい勉強ができないので、日中はスマホをタンスの中に入れて忘れていた。(3年女子)
- ・メディアコントロールウィークの期間、1日1時間は、メディアの時間が少ないと思っていたが、1週間分を合計すると10時間と、すごく長い時間使用していたのが分かって驚いた。(3年女子)



2年生

※3学期にもメディアコントロールウィークを実施予定!

☆☆☆ 人権について考える ☆☆☆



12月10日(水)の世界人権デーに合わせて、山室中学校では、12月8日(月)～12月12日(金)に校内人権週間を設け、人権意識を高める取組を行いました。

朝学活後の15分間を使い、人権作文を読んで考えたことを感想用紙に記入しました。また、最終日の12日(金)の5限には、生徒会主催で「山中いじめ見逃しゼロ集会」を行いました。集会では、生徒会による劇「身から出た錆」を観て、いじめについて考えました。集会後には、教室に戻り、「山中いじめ見逃しゼロ宣言」に署名しました。

人権作文の放送を落ち着いて聴き、感想を書く様子



1年生



2年生



3年生

「いじめ見逃しゼロ集会」の様子



12月の行事予定

- 17日(水) 学期末懇談会(～19日)
- 24日(水) 終業式
- 26日(金) 執務納め

1月の行事予定

- 1日(木) 元日
- 5日(月) 執務始め
- 8日(木) 始業式、書き初め大会
- 12日(月) 成人の日
- 20日(火) 3学年進路懇談会(～22日)

2月の行事予定

- 6日(金) 新入生説明会
- 11日(水) 建国記念の日
- 12日(木) テスト期間、部停止
メディアコントロールウィーク
- 16日(月) 3学年進路懇談会(～17日)
- 18日(水) 1、2年 学年末考査(～20日)
- 19日(木) 3年 学年末考査(～20日)
- 23日(月) 天皇誕生日

「いじめ見逃しゼロ」を目指すために、全校生徒で「山中いじめ見逃しゼロ宣言」に署名しました。合言葉は「せ・い・ぎ」です。

せ：責任ある言葉で、自分と相手の心を守る山中生

い：いつでも正しい判断から「考動」できる山中生

ぎ：気づいたときに一歩踏み出し、「幸動」できる山中生

⇒頭文字を取って「せ・い・ぎ」です。今後も、全校生徒で意識を高めていきます。

【注目】：学年末考査が当初の予定から変更になりました。

