



2学期がスタートして1週間が過ぎました。ご家庭でのお子さんの様子はいかがでしょう。お子さんの健康面についてご心配なことや相談されたいことなどありましたら、担任や養護教諭へいつでもお知らせください。

第2回いきいき週間が始まります！

夏休み期間の生活リズムはいかがだったでしょうか。2学期は行事が盛りだくさんです。元気にエネルギーいっぱい活動できるよう、この機会に規則正しい生活習慣を取り戻しましょう。

重点目標は「起床時刻、就寝時刻、メディアコントロール」の3つです。「家族で頑張ること」をお子さんと一緒に決めていただき、取組へのご協力をお願いします。できているところは大いに褒めていただき、見直すところについては、どのようなところに気をつければよいのかをお子さんと一緒に確認してください。

ついついやっていませんか？○○○なすごし方

東北大学加齢医学研究所は2010年度より毎年、仙台市教育委員会と共同で仙台市立小中学校を対象とした大規模調査（学習意欲の科学研究に関するプロジェクト）を実施しています。その中で令和3年度版の調査結果を抜粋してお知らせします。

【平日1時間以上の動画視聴で成績に悪影響！】

スマホ等のメディア機器では様々な動画サービスを利用することができます。しかし、「ついつい動画を見てしまう」ことが増えると、成績に悪い影響が出てくるのがわかっています。平日動画を1時間以上見ている子どもと、1時間未満に抑えている子どもでは、1時間未満に抑えている子どもの方が、短い学習時間でも成績の伸びが良いということがわかりました。

例えば、30分勉強して7時間ほど寝ている子どもたちは、動画視聴1時間以上だと、成績が平均に届かないが、動画視聴1時間未満だと成績は平均を超えていることがわかったそうです。

⇒平日の動画視聴が1時間を超えると成績が伸びにくい！

【「ながら勉強」は成績を下げます！】

ついつい動画を見ながら家庭学習をしてしまう人もいないでしょうか。しかし、勉強中の動画視聴が増えてしまうと、成績に悪い影響が出るのがわかりました。

調査の結果、勉強中に動画を見ない子どもは短時間の学習で成績は平均を超えるが、勉強中に動画を見る習慣がある子どもたちは、3時間以上学習しても成績は平均に届かない、という結果が出たそうです。

⇒勉強中の動画視聴が多いほど成績が低い！

発行元：「学習意欲」の科学研究に関するプロジェクト より抜粋

スマホ等のメディア機器はとても便利なツールです。しかし使い方によっては上記のような影響もあります。ぜひご家庭で使い方について話し合ってみてはいかがでしょうか。

第3回まつのやま弁当の日は 9月17日(火)です!

<テーマ>



〇〇の秋をイメージした弁当を作ろう!



今年度のまつのやま弁当の日も第3回目となりました。今回、ステップ期宿泊研修後の休み明けに実施となります。行事が続いて申し訳ありませんが、弁当のご準備をお願いします。今回のテーマは、ヘルス委員会の児童生徒で考えました。芸術の秋、スポーツの秋、読書の秋・・・自分なりの「〇〇の秋」を自由に考えてみてください。

ステップ期の目標…「おかず一品は自分で作る」

ジャンプ期の目標…「自分ひとりで弁当を作る」

それぞれの目標にチャレンジしてみてください。



スクールカウンセラー来校日のお知らせ

2学期もスクールカウンセラーの石黒良和（いしぐろ りょうわ）先生がいらっしゃいます。2学期の来校日は以下の通りです。誰かに話を聞いてほしいけど、誰に相談したらいいかわからない、ということありませんか？相談機関はたくさんあります。スクールカウンセラーもその一つです。この機会に相談してみませんか？面談をご希望の方は学級担任又は養護教諭へご連絡ください。

<2学期の来校日>

9月3日(火)	10月8日(火)	11月5日(火)	12月10日(火)
---------	----------	----------	-----------

知っておくと便利 防災豆知識

▶ 非常口の表示には2種類ある

非常口マークには、背景が緑色のマークと白色のマークがあります。緑色は「ここが非常口だよ」のマークで、白色は「矢印の方向に非常口があるよ」のマーク。いざというときに間違えないように覚えておきましょう。



▶ ホイッスルが命を救う

動けなくなったときにずっと声が出せるとは限りません。ホイッスルで居場所を伝えられれば、助けてもらえる確率が上がります。

▶ 懐中電灯とペットボトルが照明に

懐中電灯は部屋の照明のように広い範囲を照らすのは苦手。懐中電灯を上向きに置いて、その上に水の入ったペットボトルを置くと光が乱反射して広い範囲を照らしてくれます。

