



南相馬市立原町第三小学校

令和5年2月28日

# きらり

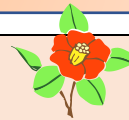
重点目標

「よく考え チャレンジし 一歩前へ」

ミッション

「すべての児童の可能性を引き出し伸ばす」

## 「習慣づくり」で自己マネジメント!



自己マネジメント力を高めるために、「心の支え」と「環境づくり」について、前々号と前号で説明しました。ご家庭で、チェックリストをもとに少しずつ取り組んでいただいているでしょうか。今回は、最後の「習慣づくり」です。下のチェックリストをもとに確認願います。

- お子さんに、やらなければならないことややってほしいことなどを気付かせる。  
(一日1時間、勉強するなどの目標を貼っておくと、やる気がでるよ。)
- 「起床時刻」、「就寝時刻」、「学習を始める時刻」などを決めさせる。  
(ゲーム、スマホは〇時までね。)
- 家族みんなで規則正しい生活を心がける。  
(私も早寝・早起きを心がけないとね。)

先日、福島市で脳トレを考案された川島隆太先生の講演を聴く機会がありました。講演会の中で、スマホやゲームの使用時間が一日1時間以上だと学力が低下することを、仙台市内の小中学生約7万人のデータをもとに説明されました。本校の子供たちは、1時間から2時間が33.3%、2時間から3時間は17.2%になっています。全校生の半数は、平日に1時間から3時間の利用です。川島先生のデータから考えると、成績が下がってしまいます。さらに、脳の発達に悪影響を及ぼすそうです。スマホやゲームの誘惑に負けない自己マネジメント力をつけることは、子供たちにとって必要な力です。「心の支え」、「環境づくり」、「習慣づくり」をよろしく願います。

## 市長に救援金を届けました!

6年生の佐野さんと青田さんが運営委員会の代表として、門馬市長にトルコ救援金を届けました。佐野さんが救援金を市長に渡し、青田さんが救援金を集めた思いを伝えました。門馬市長より、次のお言葉をいただきました。「原町三小の皆さんの温かい気持ちに感謝します。南相馬市も12年前の大震災のときに、多くの世界の人々から支援をいただきました。トルコの困っている人のことを、自分ごととして行動できたことは立派です。ありがとうございます。日本赤十字社を通して、届けたいと思います。」大和田教育長より、次のお言葉をいただきました。「一円融合(力を合わせて協力すること)、積小為大(毎日の小さな積み重ねが大きな成果につながること)の報徳仕法の考えで、トルコの人々ことを心配するだけでなく、実際に行動できたことは立派です。」保護者の皆様、救援金ありがとうございました。

