

## 『よさ、とりえ、輝く個性を伸ばし、笑顔あふれる学校』



# 長野中だより

### 学校教育目標

よく考え進んで学ぶ生徒  
誠実で思いやりのある生徒  
心身ともにたくましい生徒

令和元年7月1日発行 第4号 行田市立長野中学校 TEL 048-554-2240  
ホームページアドレス <http://www.gyoda-naganochu.ed.jp/news/>

### 『自己肯定感』

校長 漆原 亮

出張などで電車に乗ると、前の座席に座る7名の乗客が皆、スマートフォンを手に操作しているといった光景を見かけることがあります。携帯情報端末としてふだんの生活に密接な機器となり、しだいに“なくてはならない”存在になってきているようです。

かつて、外国人の目から見た不思議な光景として、電車内で居眠りする日本人が多いことがあげられていました。集中豪雨的に日本製品がアメリカ合衆国に輸出され、その反動としてジャパンバッシングといった映像や、はたまた“ジャパニアズナンバーワン”といった書籍が話題になった頃の話です。働き過ぎとか、それだけ治安がいいからだとか、そんな議論がなされたようです。

そうしたことを思い返してみると、本当に隔世の感を覚え、時の流れを感じる一コマだなあと思います。確か、身動きするのめたいへんな車内で小さく折りたたんで新聞を読んでいる人も見かけましたが、今はスマートフォンがその代わりになっているのかも知れません。

ところで、6月6日の読売新聞に「ゲーム依存と回復」という読み物記事が掲載されていました。その記事を紹介していきます。

- 「ゲーム依存症」が世界保健機関(WHO)に「病気」として認定されました。
- 生活の中でゲームを最優先とし、学業などに支障が出てものめり込む。それが1年以上続く状態を、診断基準としています。
- 睡眠時間が減り、昼夜が逆転し、不登校や引きこもりにつながるケースも多い。画面を見つめ続けることによる視力の低下、座りっぱなしで動かないことによる腰痛、筋力低下なども懸念されます。
- スマートフォンの爆発的な普及を受け、2014年頃から、特にスマホゲーム依存の子どもが急増した印象です。当時、当院(ゲーム依存などに苦しむ子どもの治療を行う心療内科医院)で年間50人ほどだった新規外来患者が、今年は100人を超えるペースです。
- 小中学生の場合、友人関係をうまく築けない、授業についていけない、家庭内でトラブルを抱えている一など、自己肯定感を持ってない『心の隙間』に、ゲームがはまり込みます。ゲームを取り上げるだけでは回復しません。
- 本人が、自分は病気だと認識し、治りたいという強い意思を持つことが重要です。家族も交えて何度も面談し、ゲームを中心とする考え方の癖や行動を変えていく『認知行動療法』が治療の中心になります。
- 回復のきっかけはいろいろあります。体を動かす楽しさや、他に打ち込める何かを見つけることで一気に回復に向かう子どもたちもいる。日常の生活においてリアルな楽しさを体感することで、ゲームの楽しさを二の次、三の次に感じる子どもを増やしていくことが重要だと思います。

この記事を読んで目についたのが、『自己肯定感』です。『自己肯定感』とは、「自分には、

よいところがある」、「今の自分が好きだ」、「自分自身に満足している」という気持ちを表す言葉です。文科省によれば、この『自己肯定感』が「挑戦心」「達成感」「規範意識」「自己有用感」「勉強に関する意識」「体力に関する意識」「主張性」「挑戦心」「家庭への満足度」と関わってくると述べています。そして、『自己肯定感』を高めるためには、

- ・他者との協働のなかで、子供たちが自分の役割を果たすとともに、
- ・子供たちが集団又は個人の目標を達成した際に、周りの大人が認めることにより、成功体験を感じさせる

という一連の取組を継続的に行うことが重要であると示唆しています。学校では、授業の中で、クラスの活動の中で、行事の中で等、様々な教育活動の場面で『自己肯定感』を育ててきているところです。これから迎える夏休みを絶好の機会ととらえ、ご家庭でもぜひこうした取組を進めていただければ、と存じます。



## 7月行事予定

## 学校生活点描

7/1	月	安全の日、3年事前指導
2	火	3年修学旅行
3	水	3年修学旅行
4	木	3年修学旅行、2年事前指導
5	金	2年校外学習
6	⊕	資源回収 8:00
7	⊖	資源回収予備日
8	月	声かけ応援団会議 13:30
9	火	A短、専門委員会、県代表者会
10	水	A短、まきば園訪問、学校運営協議会 小中連携推進会議
11	木	A短
12	金	午前A短、1, 2, 3年期末PTA ⑤の授業カット
13	⊕	家庭教育セミナー
15	Ⓜ	海の日
16	火	B短、生徒朝会(長野鐘賞) ⑥ 非行防止教室
17	水	A短、給食終了、だんべ踊り練習 16:15
18	木	さくらのぞみカレーパーティー ③ 大掃除、救急救命講習
19	金	1学期終業式、学校保健委員会
20	⊕	夏季休業日(～8/31)
22	月	家庭訪問・三者面談(～8/7)
23	火	行田市教育研修大会
25	木	行田市中学生海外派遣(～7/31)
28	Ⓜ	浮き城まつり、だんべ踊りパレード
8/13	火	閉庁
14	水	閉庁
15	木	閉庁
16	金	閉庁
17	⊕	環境整備
9/2	月	2学期始業式



小中連携あいさつ運動



小中連携あいさつ運動



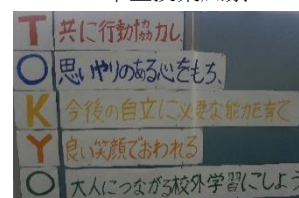
1年生校外学習



2年生授業風景



3年生授業風景



2年生校外学習に向けて



生徒総会



壮行会