

帯広市立西小学校 学校便り

# あぜみち



西小HP

学校と家庭と地域を結ぶ確かな道を目指し!

【令和6年度 経営基本姿勢】

すべては子どもたちのために!

Rethink ほめて、認めて  
励まし、伸ばす

【児童の合言葉】

ひとみキラキラ ころろワクワク  
からだスクスク うごきキビキビ

令和7年2月3日 第851号(No.19)

校長 坂本そのえ

## ひとみキラキラ 子どもの健やかな成長のために ころろワクワク からだスクスク うごきキビキビ ～アウトメディア～

アウトメディアとはテレビ、ゲーム機、スマホ、パソコンなどの電子メディアを使う時間をコントロールすることです。禁止するのではなく、「自分の生活を見直し、上手につきあっていこう」という取組の一つです。メディアのおかげで私たちの生活は安全で快適になったり、楽しく便利になったりしています。しかし、メディアへの関わりすぎは、子どもの成長によくない影響があると脳科学など様々な調査から言われています。例えばメディアの関わりが過度になると…

- ①考える、行動や感情をコントロールする、コミュニケーションを図る、記憶する、応用する、集中する、やる気を出すなどの働きがある**脳の前頭前野がダメージ**を受ける。そのためイライラして集中できず、怒りっぽくなったり暴力的になったりする。ゲームやスマホが気になってやめられなくなる「ゲーム依存症」「ゲーム脳」「ネット中毒」になりやすい。
- ②睡眠リズムが崩れ、寝不足のため**学力・運動能力が低下**し、**食欲も低下**するので元気が出ない。長時間同じ姿勢でいることで筋肉が疲れ姿勢が悪くなる。画面を見続けることによる**目の疲れ**や、まばたきの回数減少によるドライアイ(目の乾燥)になる。外遊びをしないことが**視力低下**につながることもわかってきている。
- ③運動や外遊び、学習、読書の時間、**家族との時間がなくなる**。 などなど…

子どもたちの健やかな成長のためにも、家庭と学校で協力しながら、子どもたちのメディアとの関わりに目を向け、生活習慣を整えたり、安全にメディアを使う指導などの情報モラル教育を進めたりしていく必要があります。別紙配布の二中エリアファミリー(二中・つつじ小・西小、学童、関係保育所幼稚園)の取組として、「アウトメディアデー」についてのプリントをご覧いただき、この機会に、ぜひ、ご家庭でメディアとの関わり方についてお子さんと話したり、家族の時間を作ったりしてみてください。

## 児童会「ころろワクワク」のための取組

児童会では、みんなが「ころろワクワク」学校に通うことができるように、いじめ防止についての取組と、あいさつ運動に取り組んでいます。

いじめ防止についての取組は、いじめとはどのようなことか、いじめられた人はどのように傷つくか、いじめをなくすにはどうしたらよいかなど、クローズブックで作成したプレゼンテーションを全校に放送し、「いじめをやめましょう」と児童会三役が呼びかけました。

また、生活委員会があいさつ運動を行い、進んで元気にあいさつしている人の名前を、「あいさつの木」に掲示し、一日を気持ちよく始められるような取組を行いました。





# 氷のお面づくりに挑戦

## ～冬となかよし～

2年生の生活科の学習「冬となかよし」で、氷のお面を作りました。今年はや暖冬のため、ちゃんと凍るかドキドキしながらの学習になりました。事前に計画を立てたデザインを、準備した材料で洗面器に配置していきます。どれも工夫され、楽しい作品が出来上がりました。完成した氷のお面は、氷まつりの会場に展示しました。雪の少ない冬でしたが、「冬となかよし」になる学習になりました。



### 西小っ子の活躍

☆2025 第34回全十勝少年  
フットサルウィンターリーグU-10  
Gブロック 優勝  
西帯広大空 FC

森下 蓮斗(4年)  
松田 陽斗(4年)

☆とち書教育  
第126号 掲載

宮本 和瑚(2年)

☆日本スイミングクラ  
ブ協会 泳力認定会  
6級合格

山里 明日香(5年)

☆北ガスグループ  
presents!  
LNGローリー車を  
かざる絵を大募集!  
入選

南川 飛明(2年)

☆全国かきぞめ競書大会

銀賞 山下 珠央(2年)  
銀賞 岡田 つむぎ(2年)

☆Chinook winds  
Cup U15 2025  
カーリング大会

もちゴリラ 第5位

白岩 朔(4年)

☆全道フットサル選手権大会 2025  
U-12の部十勝地区予選  
第2ブロック 優勝  
西帯広大空 FC

久萬 介翔・大森 真叶・小峯 旭陽  
嶋田 一輝・伊藤 銀河・澤野 晴都  
袴田 龍来斗・西 新太・岡田 こはる  
大場 瑛太 (以上6年)

☆十勝フットサルリーグ 2025 U-8  
優勝 西帯広大空 FC

大谷理人・岡田つむぎ・小里勇輝  
川原杏奈・川原柚生・岸田蒼平  
澤野瞬斗・田口 稜・松田颯空  
山角竜聖・山下珠央 (以上2年)

☆毎日新聞社・毎  
日小学生新聞主催  
第43回全国児童  
画コンクール  
入選

白岩 悠(2年)