



茶内小だより



茶小の教育目標 ○思いやりのある子 ○自ら鍛える子 ○進んで学ぶ子

◇学校閉庁日の連絡先◇

学校閉庁日は、職員が不在となります。緊急時の連絡は、町役場【62-2111（代表）】町教育委員会までお願いします。なお、児童の生命にかかわる重大事案など緊急を要する場合は、警察（110番）、救急（119番）へご連絡ください。



1月行事予定



日	曜	学校行事・PTA行事など
1	木	冬季休業9日目 祝日 元日 学校閉庁日
2	金	冬季休業10日目 学校閉庁日
3	土	冬季休業11日目
4	日	冬季休業12日目
5	月	冬季休業13日目
6	火	冬季休業14日目
7	水	冬季休業15日目
8	木	冬季休業16日目
9	金	冬季休業17日目
10	土	冬季休業18日目
11	日	冬季休業19日目
12	月	冬季休業20日目 祝日 成人の日
13	火	冬季休業21日目
14	水	冬季休業22日目
15	木	冬季休業23日目
16	金	3学期始業式 4時間授業（給食あり） 冬休み図書返却期間（～23日） 修了写真撮影（1～5年、わくわくタイム）
17	土	週休日
18	日	週休日
19	月	冬休み作品展（～23日） 2計測（2h） バス乗車指導
20	火	知能検査（3・5年）
21	水	朝の読み聞かせ スケート学習① 縦割り班清掃 スクールカウンセラー来校日⑨（午前）
22	木	修了写真撮影（予備日）
23	金	スケート学習② 漢字検定②
24	土	週休日
25	日	週休日 町民スケート大会
26	月	スケート学習③
27	火	
28	水	みんなの広場⑧ スケート学習④ 縦割り班清掃 校内研修
29	木	第4回PTA役員会
30	金	児童委員会⑩
31	土	週休日

スマホを使ってスマホを制す

2025年もあと残り数日、「光陰矢の如し」を実感する日々です。本校の子供たちはこの1年、大きな事故や怪我もなく、勉強も遊びも全力でチャレンジし、元気に過ごしていました。うれしい気持ちでいっぱいです。一方で社会情勢に目を向けますと、日本を含めた国際紛争、熊出没と後発地震注意情報など平和や安全問題を身近に感じる1年でした。そんな中、オーストラリアで16歳未満の交流サイト（SNS）利用を禁止する法律が施行されたというニュースがありました。国家レベルで利用を禁じるのは世界で初めてということもあり大きく注目を集めました。SNSをきっかけとするいじめや性被害から子供たちを守りたいのは世界共通の願いではありますが、その方法には賛否両論がありそうです。禁止を検討している国は他にもありますが、日本でも愛知県豊明市で「スマートフォンの使用は1日2時間以内」とする条例が10月から施行されました。これは年齢に関係なく市民全員を対象としていて話題となりました。

私事にはなりますが、我が家でもスマホの使用時間について注意することがあり、時には言い争いにもなります。ところが、私自身も短い投稿動画（俗にいうショート動画）を見終わるタイミングがつかめず、気付いたら深夜ということがあったのです。おかげで睡眠不足を招き、愚かな行動を嘆き反省したのですが、また次の日もやってしまい・・・こんなことが続くと家族を責めている場合じゃないぞと考えました。どうしたらよいか調べると（もちろんスマホを使って）、ある心理学者の記事に、ショート動画の順番はAIによってランダムに設定されており、その予測不可能性によって、私たちの脳をコントロールしていると衝撃的な分析が書かれていたのです。チョコちゃん風に言うと「人類がショート動画をやめられないのは、脳が『次はおもしろい動画が見られるかも』と期待してドーパミンを分泌するから～」といった感じでしょうか。たしかに、面白くない動画はすぐにスワイプし、面白い動画が出てくると大笑いする、そこからは「あと1本だけ、あと1本だけ・・・」の繰り返しです。どうも人類は欲しい物を手に入れた時よりも欲しいものが手に入りそうだと、次を期待している時の方が「幸せホルモン」であるドーパミンの分泌が多いらしいのです。もはや脳のせいなら仕

校長 南 卓也

方ないと思いましたが、それでは解決になりません。記事の続きには対策も書いてありました。それは、その行動をした後どうなったかを「リアルで具体的な身体感覚として」イメージすることです。具体的とは、「ショート動画延々と見続けたあと、どういう状態だったか」を振り返り、身体で感じた不快感を書き出すのだそうです。たとえば、「夜中の2時まで動画を見続けた結果、翌朝は目がショボショボして痛く、頭がぼんやりしてコーヒーを何杯飲んでも眠気が取れない」「長時間スマホを見下ろしていたせいで、首と肩がガチガチに凝って、集中力が全く続かない」など、身体で感じた不快感とセットで具体的に言葉にして振り返ります。これは、ドーパミンの作用の一つで、その行動によってどんな不快な思いをしたのかを身体感覚とともに振り返ることで、脳の制御機能が働き、「わかってはいるけど、止められない」行動と自然に距離を置くことができるようです。

今や大人たちはスマホの利便性だけでなく危険性についても向き合い、強制的に排除しようと国や自治体をあげて取り組む時代となりました。理想は、子供たちが自分で自己調整力を発揮し、必要な時に必要なだけスマホやインターネット・SNSを活用できることです。ですが、その力が自分の子供に身に付いているのかどうか、見極めるのは買い与えた親の責任です。

23日間の冬休みは、長い休みにしかできない経験や親子で時間を共有できる貴重な期間です。ぜひ、親子でSNSやスマホとの上手な付き合い方を考える機会をつくって欲しいと思います。我が家では無理やりスマホを没収し陰湿な雰囲気、なんて日もありましたが、色々な失敗を繰り返し、少しずつ生活習慣を見直すことができるようになってきました。次は私自身の番です。ドーパミンの分泌は、宝くじの結果を見る時だけにして、しっかり自分自身の生活を見直す冬休みにしようと思います。

茶内のみなさまもどうぞよいお年をお迎えください。



ご参観、ありがとうございました

11月25日（火）～27日（木）の3日間で、2学期の締めくくりとなる参観日を行いました。これまでの学習の成果をパネルディスカッションやプレゼンテーション形式で発表したり、練習の成果を発表したり、普段の学習の様子をそのまま観ていただいたりと、学年によって授業形態は様々でしたが、どの学年も仲間と主体的・協働的に学ぶ姿を見ていただくことができたのではないかと思います。

参観後の学級懇談にもご参加いただき、ありがとうございました。



1年生「道徳」



2年生「生活科」



3年生「体育」



4年生「音楽」



5年生「算数」



6年生「総合的な学習の時間」

厚浜木材さんにおじゃましました（3年生）



12月5日（金）に総合的な学習の時間「茶内の魅力 再発見！！」の一環で厚浜木材さんを見学させていただきました。

当日は、バスで巡回するほど広い敷地を案内していただき、様々な施設や作業工程を丁寧に説明していただきました。これまで目にしたことのない施設や機会、作業工程を目の当たりにすることができ、驚きと感動の連続でした。

これまで浜中町の産業と言えば1番身近な「酪農」を思い浮かべ



る子がほとんどであったと思います。環境にも優しい「林業」を新たな浜中町の魅力として再発見でき、大変、学びの多い1日になりました。

かけ算九九検定（2年生）

2年生は、算数の学習で「かけ算九九」に取り組んでいます。実は、2年生のうちに習熟しておかないと、今後の学習に大きな影響を及ぼす大変重要な学習です。完璧に習熟するには、手を変え品を変え繰り返し練習するしかありません。

2年生は、担任の先生だけでなく、職員室の先生、茶内地区サポーターの方（ご協力いただき、ありがとうございました！）に九九を聞いてもらう取組をしました。たくさんの先生に聞いてもらう経験を重ね、自信をもって九九を言えるようになってきました。今後は、逆⇒バラ²と言い方も変えてさらに習熟度を高めていきます。



「新バレーボール大会」開催（4年生）

学級レクではありません。国語の学習です。4年生では、「自分たちが考えた新しいスポーツを説明し、みんなで楽しむことができるか!？」という学習する単元があります。ルールが成立するかはもちろんですが、そのスポーツを知らない人に正確に分かりやすく伝えることができるかが重要になります。そこで4年生は、茶内地区サポーターの方々（総勢6名の方にご来校いただきました！）をお招きし、自分たちの考えた「新バレーボール」を自分たちの説明を通して楽しく正しく楽しんでもらうことができるかを検証するため、12月12日（金）に標記のイベントを開催しました。

当日は、学校職員も含めた10名ほどの大人が、4年生と一緒に楽しく汗を流すことができました。



この後、4年生では「楽しかった。」だけではなく、説明のどんなところがよかったか（また伝わりにくかったか）。「伝わりにくかった原因は?」「どんな工夫が必要だった?」などの反省を国語の時間で行ったことと思います。これまでとは一風変わった茶内地区サポーターの活用となりましたが、貴重な学びの機会を与えていただき、ありがとうございました。

冬季避難訓練を実施

12月4日（金）に冬季避難訓練を行いました。冬季の避難は火災などで校内に留まれない場合、近隣のトレーニングセンターに避難することになっております。しかしこれまで実際にトレセンまで避難する訓練を行う機会は少なく（コロナ禍以降では初めて!）、今回は実際に移動するところまで行いました。子供たちにとっても初めての経験でしたが



これまでの経験を生かし、避難→移動→整列など「自分の命は自分で守る」ために一人一人が最善を尽くした避難ができていたと感じました。

もちろん反省点もありました。今後のより確かな安全確保に生かしていきます。

歯科指導（全学年）

12月17日（水）～19日（金）の3日間で全学年の歯科指導を行いました。

1年生は初めての染め出し液を使った磨き残しチェックを経験！正しい歯磨きの仕方学びました。赤く染まったところをしっかりと磨きました。



歯は一生もの！今後も正しい磨き方等を心掛け、大切にしましょうね。