

【校訓】 清く 正しく たくましく



交北 ⑬

令和8年(2026年)8月26日

枚方市立交北小学校

8月25日現在 児童数 377名

交北小ブログ



【学校教育目標】 学ぶ つながる 挑戦する

★学校の電話対応時間は8時半～17時です。欠席連絡等は「まなびポケット」にお願いします。

## 【2学期がスタート!】

久しぶりに会う子どもたちとは、  
1学期末と同様、元気に挨拶し、気持ちのいいスタートを切りました。

2学期は運動会、遠足、修学旅行等、友だちとの関わりが増える学期です。それらを通して、子どもたちが成長することに期待しています。一方で、学校生活は、日々の授業時間、休み時間、給食時間、掃除時間の方が、多くの時間を占めています。子どもたちの24時間において、約3分の1が学校での時間です。2学期も、子どもたちの成長に関わる大切な時間を教職員一同、創意工夫していきたいと考えております。



始業式では、「夏休みの1番の思い出」を隣の人と話す時間を設けました。その時のルールは「相手の思い出を覚える」としました。本校の学校教育目標(交北小の合言葉)は、◆「学ぶ」 主体的に学び考え行動する

◆「つながる」 互いを認め大切にする

◆「挑戦する」 意欲を持ち挑戦する です。

相手の話をしっかりと聞く(聞こうとする)ことは、人を「大切にする」ことの1つです。

皆、穏やかな表情で自分の思い出を語っていました。

2学期もどうぞよろしくお願いします。



自分の学校の学校教育目標(合言葉)を言える子どもたちって、結構少ないんだよ。  
交北の子たちってすごいね♪

## お知らせ

面田理奈養護助教諭は、任期満了のため7月20日で退職されました。

# 子どもの睡眠時間、確保できていますか？

学校に届く「毎日小学生新聞（8月20日号）の一面は、

「寝る前のスマホ禁止・子どもの睡眠に効果」という記事でした。

大阪大学の河村加奈子特任研究員らの研究によるもので、  
小学校に通う児童の保護者 4273 人を対象にしたアンケートにおいて、  
平日の平均睡眠時間が 9 時間 16 分であり、それは、小学生に推奨される  
睡眠時間（9～11 時間）の短い方に近かったとのこと。その影響として大き  
かったのは、寝る前 1 時間のデジタル機器利用だそうです。

本校においては、昨年度実施した学校教育自己診断において、「スマートフォン  
で SNS やゲームをよくすると答えた児童の割合が、以下の通りでした。

| 低学年 | 中学年 | 高学年 |
|-----|-----|-----|
| 67% | 71% | 82% |

各家庭において、利用時間のルールはどのようなものでしょうか？携帯やスマホ  
などの画面を見ている時間（スクリーンタイム）は、成績や日中のメンタルヘル  
ス、睡眠と関連し、特に寝る前のスクリーンタイムは生活リズムや睡眠に影響を与  
えるといわれています。

また、早稲田大学柴田重信研究室とベネッセ教育総合研究所の共同調査において  
は、成績への影響も見えています。特に「ゲーム・携帯・スマホの使用時間」は、  
成績上位の子どもの少なく、下位の子どもの多くなっていました。

現代は、子どもたちがスマホや携帯に触れることは当たり前になりつつありま  
す。その中でどうすればよいのでしょうか？

調査では、「スマホの利用時間を決めている」または  
「寝る前のスクリーンタイムが無い」と答えた子ども  
が、成績上位層で多い結果でした。

また、「夜寝る前にスクリーンタイムがある」と答  
えた子どもは、無いと答えた子どもに比べて「疲れやす  
い」「いらいらする」「昼間に眠くなる」と答えた割合  
が高い結果でした。

このような調査の結果を見ると、スマホや携帯を持たせたとしても、毎日寝る前  
のスクリーンタイムをやめるルールは作りたいですね。

大人でも、つつい SNS を見て、気づいたら時間が経っていた！という話は多  
く聞きます。しかし、子どもは成長段階にあるので、子どもの心や体、脳の成長は  
大人が守っていく必要があります。

2 学期が始まりました。長い夏休みで、生活リズムが崩れてしまった子どもたち  
もいるかもしれません。これを機会に、お子様と、スマホや携帯の使い方のルール  
について、再度確認してみたいはいかがでしょうか。

