

津田中だより



枚方市立津田中学校
令和8年10月1日
発行 校長 田中 博

自他敬愛

いよいよカルスポ祭！ まずは文化の部から！！



これまでの成果を発揮する本番が明日になりました。1年生は、中学校で初めてのカルスポ祭。テーマを決定し、調べ学習、垂れ幕のデザインを考え、みんなの力を結集して完成へと進めてきました。2、3年生もテーマを決め、調べ学習、そして合唱ではパートに分かれ、指揮者やピアノ伴奏者を決めて合唱練習を進めてきました。最初の頃は、なかなかうまく進まず、クラスの仲間同士で意見の衝突もあったと思いますが、コツコツ取り組んできたことが少しずつ形になってきて、今日をむかえていると思います。明日は全員で心を合わせて歌うハーモニーの素晴らしさをしっかり発揮してください。

また、クラス発表だけでなく、教科などの展示物や学年の発表などを頑張って取り組んできた人も多くいると思います。発表では、クラス発表と同じように今までの成果を自信を持って堂々と発表してください。

そして、自分が頑張って発表するだけでなく、それと同じように他の人の発表をしっかり観賞してほしいと思います。人の発表をしっかり見て、聞いて、頑張っている人の姿を認めてほしいと思います。持てる力を精一杯発揮している姿には、人の心を震わせるものがあり、感動させるものがあります。皆さんの気持ちをひとつにして、素敵な文化祭にしましょう。



次は、体育の部！

10月16日

文化の部が終われば次は体育の部が待っています。それぞれ出場する種目も決定して、体育祭へ向けてもクラスの団結が高まりつつあると思います。一人ひとりが文化祭同様全力で臨んでほしいと思います。

文化の部では、合唱で歌うことが苦手な人もいるように、体育の部では走ることが苦手な人もいます。それぞれ苦手な人も自分の力を一生懸命出そうと合唱や競技に頑張っている姿は、向かっています。一人ひとりの頑張りをお互いに認め合いましょう！



ついついスマホを使いすぎちゃって

考えてみよう／

動画、SNS、ゲーム…ついつい夢中になりがちですが、生活習慣の乱れや睡眠不足は健康や学習にさまざまな影響を及ぼします。適切な利用のためにできる工夫は？

A.時間の使い方を見直してみる

食事、入浴、宿題など、帰宅後はやることだらけ。限られた時間の使い方を工夫してみましょう。

B.健康への影響を調べてみる

例えば、成長を促進し、疲労回復にも必要な睡眠。不足するとどうなるか知っておきましょう。

C.マイルールを作ってみる

時間管理ツールを活用したり、ルールを決めたりして、自分コントロールにチャレンジ！

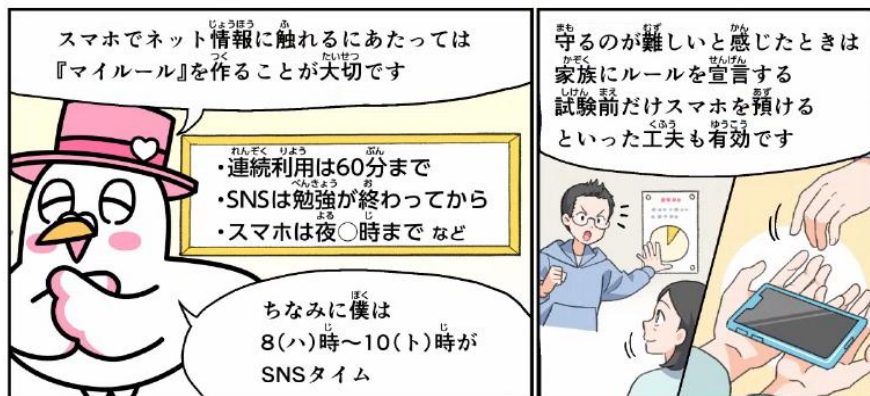
長時間にないがちな利用をうまくコントロールできるように！

SNSはあなたが興味・関心を持っている写真や動画が次々と表示されるように設計されているため

止めどきが難しいのです



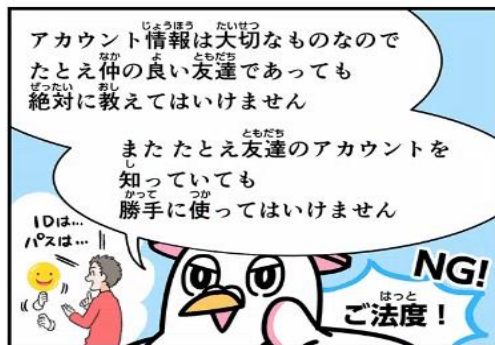
自分をコントロールできずスマホが手放せなくなると、日常生活に支障を来すだけでなく、学習面でも健康面でもマイナスです。上手に使いこなすためには、利用のルールを考え、守りながら使うという心がけが鍵。学校行事や受験など「いざ！」というときに後悔しないよう、スマホ利用を自制する力を身につけましょう。



ゲームがきっかけとなりトラブルに発展！？

特にオンラインゲームで知り合った相手とのトラブルに注意

アカウントを乗っ取られる、ポイントやアイテムを奪われる、クラウドに保存した写真を盗み見られるなどのトラブルが起きています。たとえ親しい人でも ID・パスワードを教えるのはダメ、他人の ID・パスワードでのログインは絶対ダメ(不正アクセス禁止法違反)ということをしっかり教えましょう。また、ゲームや SNS の ID・パスワードの悪用による被害への注意喚起も必要です。



文字や音声でやりとりしながら楽しめるゲームなども増えました。SNS やゲームを通じて知り合った人とプレイする際に気をつけたいことや、課金のし過ぎを防ぐ工夫は？

A.甘い誘いはワナの可能性がある

アカウントを乗っ取るために、ID・パスワードを聞き出そうとする人もいますので注意しましょう。

B.課金する前に必要なこと

いくらまで課金するか、誰のお金を使うかなど、必ず保護者と相談しましょう。

C.ボイスチャットはさらに注意

ゲーム中の会話をきっかけとしてトラブルになることもあるのできをつけましょう。

