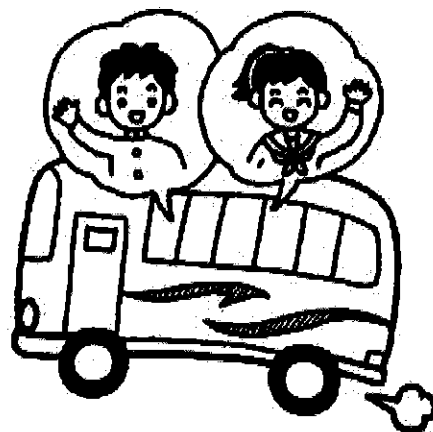


## いってきま～す！

2年生にとって、待ちに待った修学旅行。いよいよ明日出発です。一昨年は県内1泊2日、(しかも、実際には昨年8月実施)昨年は県内2泊3日での旅程でしたが、今年は2泊3日で熊本・鹿児島への旅程となっています。しかも、旅割あり、クーポンありとお得感満載で、本当にラッキーな修学旅行となります。恐らく2年生は、今晚はワクワクドキドキ、ひよっとしたら眠れない生徒もいるのではないかと思います。当然のことですが、この修学旅行は集団生活の向上がねらいの一つです。具体的には、ルールを守る、早めに行動する、人に迷惑をかけない、といったことを心掛けなければなりません。当然、自らの体調管理をきちっと行うことも大切です。まだまだコロナが心配される昨今です。もし、旅先で体調を崩すと、みんなに迷惑をかけてしまいますし、発熱等があれば、状況次第で保護者に現地まで迎えに来てもらわなければなりません。そうならないように、まずは今日を含めて4日間、十分な睡眠、適切な飲食を心掛けて欲しいと思います。普段の学校生活もそうですが、「早寝、早起き、朝ごはん」これがキーワードです。規律ある行動で、生徒も先生も“楽しかった！”と思える修学旅行になることを願っています。



## GAME NO



皆さんご存知、“ゲーム脳”。近年、ゲームのやり過ぎによって、日常生活、勉強、人間関係、健康といった面に影響を及ぼすという事例が報告されています。ゲームの長時間の使用や就寝直前の使用は睡眠時間の減少や体調不良をひき起こすだけでなく、仕事や勉強の効率を低下させたり、人間関係にも支障をきたしたりすることにつながります。この心配は、加津佐の子ども達も例外ではなく、最近、「朝から起きられない」とか「授業中、どうしても居眠りをしてしまう」という生徒も見られます。

「その原因は、夜中までゲームをしたり、ユーチューブを見たり、ラインなどのSNSを行ったりして、寝不足になっている」というのが実情です。これは一種の中毒症状でもあります。「やめたくてもやめられない」そうになってしまい、改善できないという状況が続くようです。また、ネットトラブルの心配も出てきています。これらを防ぐためには、何より保護者の見守りと本人の強い決意が必要です。“ゲーム脳”ではなく、“ゲームNO”と言えるよう、家族内でルールを決めて欲しいと思います。このことについては、学校も危機感を持っていますので、12月2日(金)に行われる授業参観の後、メディア講話を予定しています。この講話は生徒、保護者対象です。ふるってご参加いただきますようよろしくお願いいたします。