

## 「あいさつで みんなのえがお ひろげよう」

—狭間中学校区 あいさつ運動共通スローガン—

11月29(木)・30日(金)、7回目の生活アンケートを実施しました。今回は、生徒会を中心に取り組んでいる「あいさつ運動」について調査しました。

質問項目を「A：そう思う、B：ややそう思う、C：やや思わない、D：思わない」の4段階で調査しました。「A」と「B」を合わせた回答が以下の通りです。

○ 今の自分自身を振り返り、「あいさつ」について教えてください。

質問項目 (%表示)	1年生	2年生	3年生	全学年
1. 学級や同学年の人にあいさつしている	85.7	84.9	83.4	84.6
2. 他学年の人にあいさつしている	80.0	73.8	54.8	68.9
3. 先生や来校者にあいさつしている	97.2	99.2	99.2	98.6
4. 地域の小学生等にもあいさつしている	32.7	37.3	31.0	33.7
5. 地域の方にもあいさつしている	90.4	89.7	89.6	89.9

過去3年間の数値から、先生や来校者へのあいさつは、ほぼ定着していることがわかります。来校者からも「あいさつがよくできる学校ですね」と褒めていただきます。

狭間中学校区の保・幼・小・中連携の“あいさつ運動”も2年目を迎え、地域の方へのあいさつも増えています。また、今年度の新たな取り組みとして小学生と中学生がそれぞれの学校に出向いて“あいさつ運動”を行っています。その成果なのか、小学生等へのあいさつの数値が毎年少しずつ上がっています。

○ 「あいさつ運動」についての意見（抜粋）

◇ 「あいさつする意識が高まる」「あいさつの習慣がつく」「地域の人との交流になる」など、あいさつの大切さは自明なものとして“あいさつ運動”の必要性を感じていることがわかります。

◇ 「これからはいろんな人にあいさつしたい」「自分から明るく元気にあいさつしたい」「誰にでも気持ちのよいあいさつをしたい」などの前向きな意見もありました。

◆ 朝の“あいさつ運動”の改善点としては「もう少し大きな声を出した方がよい」「他の委員会もした方がよい」「毎日すればよい」「生徒昇降口であいさつすると朝練の

部の人もあいさつできる」などの意見がありました。

\* 「あいさつ」は、生徒会が重点的に取り組んでいる活動であり、その一環としての大切にしてきたのが“朝のあいさつ運動”です。気持ちのよいあいさつができる文化を、学校から発信して地域に広めていけるように、今後も小学校や地域と連携しながら進めていきたいと考えています。

○ 今、自分が気になることや悩んでいること

1年生で「勉強、テスト 2人」「人間関係 3人」、2年生で「勉強、テスト、進学 12人」「部活動 3人」「学級 2人」「人間関係 2人」、3年生で「進路、受験、勉強、成績 12人」「人間関係 1人」「怪我のこと 1人」の回答がありました。

今日から二者による教育相談（12/3-7）を始めています。どんな生徒でも、それぞれに悩みや不安を抱えていますので、個々の生徒の気持ちに寄り添いながら指導していきたいと考えています。

## やっではいけない脳の習慣

\* 11月26日の全校集会から

脳トシで有名な川島隆太教授が、小中高生7万人を対象に実施した調査で、「スマホを使えば使うほど、成績が下がる」という衝撃の結果が出ました。「スマホの使用時間が1時間増えるごとに、数学（算数）の成績が約5点ずつ減っていく」という結果です。

勉強時間を「30分未満」「30分～2時間」「2時間以上」の3グループに分けて分析すると、それぞれのグループにおいて、スマホの使用時間が増えるほど成績の低下が認められました。「2時間以上」勉強していても、スマホを使用すると成績は下がるのです。

更に「LINEを使用すると、深刻な成績の低下をきたす」という結果も出ています。「勉強2時間でLINE4時間以上の生徒」の平均が49点に対して、「勉強30分未満でLINEをしない生徒」の平均は59点でした。LINEをしない生徒は、勉強時間が短いにもかかわらず10点も点数が高かったのです。つまり、LINEを長時間使用すると、いくら勉強していても成績が下がるということになります。

また、テレビの視聴やテレビゲームを長時間すると、その後の30分～1時間は、前頭葉の機能低下が続くといわれます。それと同様の状態が、スマホやLINEの長時間使用でも起きうるのです。前頭葉の機能が低下した状態で勉強しても、その間の学習効果は得られないというのです。

では、脳に良い生活習慣とはどんなことでしょうか。それは、「読書」「朝食」「睡眠」「家族コミュニケーション」の4つだそうです。

\* 『2時間の学習効果が消える！ やっではいけない脳の習慣』（横田晋務著、川島隆太監修、青春出版社）