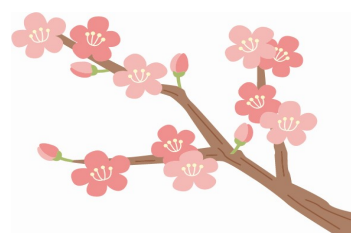


2026年 2月 2日
町田市立南第一小学校
校長 安東 深雪
養護教諭 新井 典恵

2月頃に吹く風『東風』。「東から吹いてくる風」のことですが、「とうふう」「ひがしかぜ」以外に「こち」と読む場合があります。「こち」は早春に吹く温かい、春の訪れを知らせる風とされています。先月後半から、全校で休み時間に取り組んでいるマラソン週間。校庭を走る子供達は、にこにこ元気で、とっても楽しそうです！



寒いと室内にこもりがちですが、ぜひ「東風」を感じながら外遊びをしてほしいと思います。

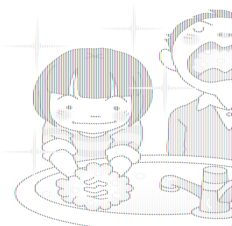
感染症情報

現在、町田市内の「感染性胃腸炎」が警報レベル！
市内小中学校「インフルエンザB型」による学級閉鎖発生！
→南一小でも「腹痛・下痢・嘔吐」など胃腸症状による欠席・保健室来室者が増えてきています。

インフルエンザB型は、A型と比較すると胃腸症状が顕著な傾向があると言われていたため、今の時期、発熱を伴う胃腸症状には注意し、感染予防対策をお願いします。

また「みずぼうそう」診断の報告も数件ですが増えてきています。

感染症拡大傾向の場合は、該当学年・学級にテトルで情報通知しますが、学級の様子や感染症予防について、各家庭でお子さんと情報共有してください。



しんたいけいそくけっか

身体計測結果より

がくねん だんじょべつへいきんち

学年・男女別平均値（差は1月－4月）

		身長（cm）			体重（kg）		
		4月	1月	差	4月	1月	差
1年	男	116.0	120.9	+4.9	21.0	23.8	+2.8
	女	115.2	119.8	+4.6	21.1	23.1	+2.0
2年	男	122.6	127.2	+4.6	23.7	26.1	+2.4
	女	120.5	125.4	+4.9	22.7	25.1	+2.4
3年	男	128.2	132.8	+4.6	27.7	31.4	+3.7
	女	127.0	131.9	+4.9	26.4	29.8	+3.4
4年	男	133.5	138.0	+4.5	31.1	34.4	+3.3
	女	132.2	137.5	+5.3	28.8	31.9	+3.1
5年	男	140.7	145.5	+4.8	35.7	38.8	+3.1
	女	141.3	146.7	+5.4	34.5	38.3	+3.8
6年	男	146.0	152.1	+6.1	40.2	44.4	+4.2
	女	146.1	150.8	+4.7	37.6	41.5	+3.9

ほけんもくひょう こころ けんこう
2月の保健目標～心の健康をかんがえよう

保健委員会発表

保健委員会で毎年実施の「100人に聞きましたアンケート」で何を調査するかを話し合い、今年は、スマホ・ゲーム機・テレビ・パソコンなど様々なスクリーンを見る「メディア」について、調査しました。児童集会で、そのアンケートの結果を交えて、以下、『メディアと健康』という発表を行いました。



**保健委員会 100人に
ききましたアンケート**

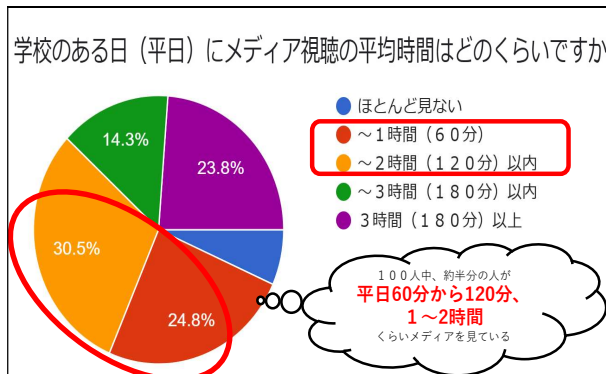
スマホ・ゲーム機・テレビ・パソコンなど、
さまざまなスクリーン **メディア** について

①平日、メディアを**見る時間**
②つかうことの多いメディア(**しゅるい**)
③メディア**ルール**や**きまりごと**

スマホ・ゲーム機・テレビ・パソコンなど様々なスクリーンを見る「メディア」について、

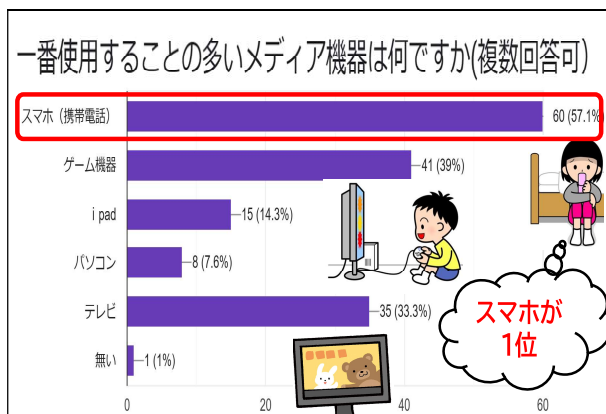
- ① 平日メディアを見る時間、
- ② みる・つかうことが多いメディアの種類、
- ③ メディアのルールや決まり事、

の3つにしばって、4・5・6年対象に、校内をまわって、学年・男女差がないよう100人の人に聞き取りアンケートをしました。

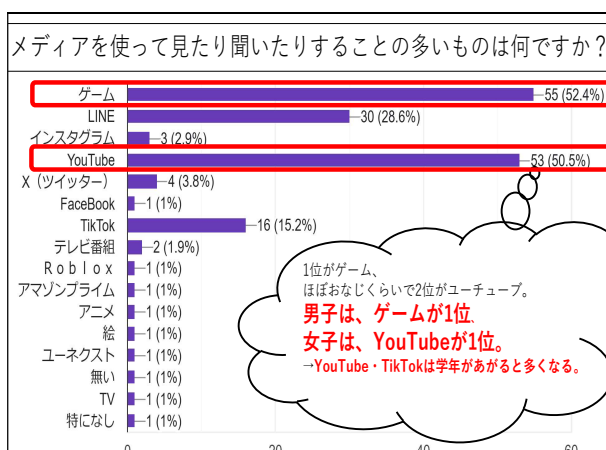


学校のある日、

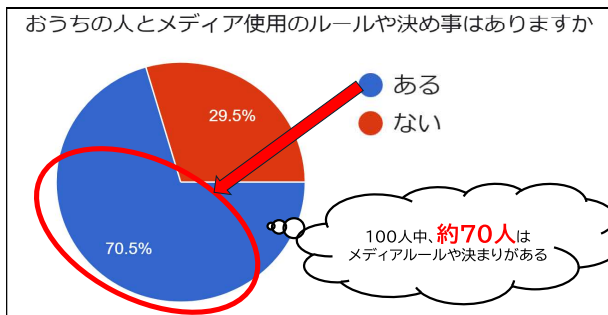
『平日に平均してどのくらいメディアを見聞きしていますか?』の質問では、100人中、約半分の人が60分から120分、平日約1~2時間くらいメディアを見ていることがわかりました。



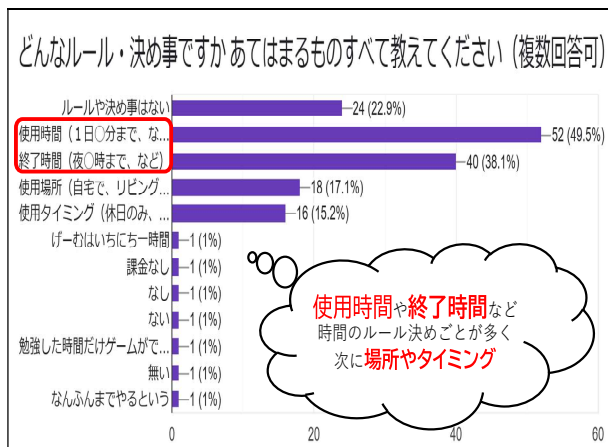
『見たり・聞いたり、一番使うことが多いメディア機器は何ですか』の質問(複数回答)では、100人中60人で1位は「スマホ」、2位「ゲーム機」、3位「テレビ」、iPadやパソコンと答えた人もいました



『メディアを使って何を見たり聞いたりすることが多いものは何ですか?』という種類の質問(複数回答)では、1位が「ゲーム」ほぼ同じくらいで2位が「ユーチューブ」、どちらも100人中、50人以上の人が使っていると答えました。ほかにライン、TikTok、X(ツイッター)・インスタグラムという答えもありました。このアンケートでわかったのは、男子ではゲームが1位、女子はユーチューブが1位。とくにユーチューブとTikTokは、4・5・6年と学年が上がるとうえていくことがわかりました。



『おうちのひととメディア使用のルールや決め事がありますか？』という質問では、100人中、約70人の人が「メディアルールや決まり事がある」と答えました。「ない」人は約30人いますが、この答えに、学年や男女で大きな差はなく、これは保健委員会児童内でも同様で、各家庭・おうちによって、ルールの有無・内容が違うことが予想されます。



『どのようなルールや決め事か』を追加質問したところ、1日何分まで・夜何時までなど「時間」に関するものが多く、次に家の中で・リビングでなどの「使う場所」、休日のみ・食事中・お風呂は使わない・宿題終了後など「使うタイミング」のルール・決め事があるという結果でした。

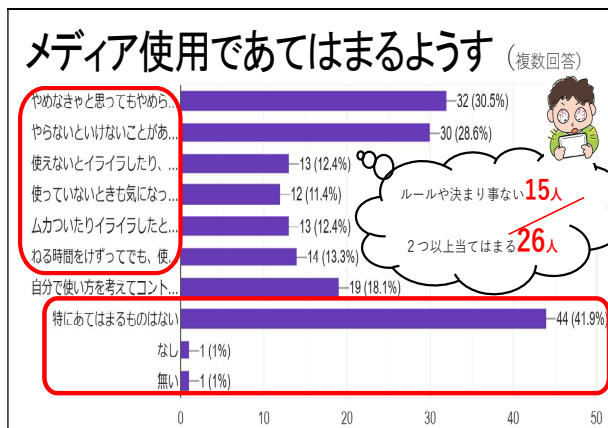
南一小SNS学校ルールの中にも、時間や場所を決めて使う事、そのほかに「フィルタリング」「個人情報」「動画写真」を取り扱ったルールがあります。小学生のネット・SNSによるトラブルや被害が増えている、トラブルや被害を防ぐためにも、みんなでSNS学校ルールを守ることが大切です。

メディア中毒／ネット・ゲーム依存
『ゲーム障害』2018年 WHO認定 2022年 診断基準

- ☐ 時間があればつい見てしまう
- ☐ ずっと気になって仕方がない
- ☐ 長い時間使わないと気がすまない
- ☐ 使えないとイライラする、無気力になる
- ☐ むしゃくしゃしたときに使いたくなる
- ☐ やめなきゃ！と思ってやめられない

→心と体の健康にえいきよう

メディアの使い方・付き合い方によっては、メディア中毒・ネットゲーム依存障害という病気に分類される状態になって、こころとからだの健康に影響を及ぼすことが、わかってきています。そうならないために、使い方・付き合い方を考え、「自分でメディアコントロールする力」をつけて、成長していくことが必要となります。



最後に、メディア中毒のチェック項目の中から「あてはまるようす」についてのアンケート結果です。「特にあてはまるものはない」と答えた人は100人中46人、メディア中毒のチェック項目で「2つ以上にあてはまる」と答えた人は26人いました。この26人のうち「ルールや決まり事がない」と答えていた人は15人でした。これは、ルールや決まり事がなく、使い方をコントロールできないと、中毒の状態に近づいてしまうことが予想されます。

メディアは
ルールや決まり事をまもり
自分でコントロールする
力をつけて、
安心・安全に
使いましょう

保健委員会で、南一小のメディア実態を知る→アンケート結果を考察する→何を全校に伝えたいのかを考えて、発表しました。
＊おうちの方とも一緒に考えていきたい内容で「保健委員会発表資料」を本校HP掲載しています。

