



笹竜胆だより



教育目標「自ら考え 互いに助け合い 粘り強くやり抜く生徒」

ホームページ版(生徒名は、名字のみ)

令和7年度 阿木中学校通信 令和7年9月1日

校長 齋藤 篤史

8/22(金) 中津川市中学校生徒会サミット ～健康福祉会館にて～

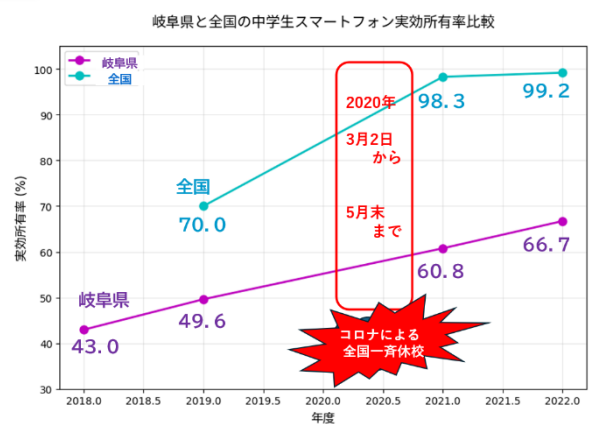


第11回 中津川市中学校生徒会サミット 令和7年8月22日(金)	
中津川市がめざす姿「よりよいひとたち」に向けて「知識と知恵」→「生きぬく力」の育成	10:30 校長会から
午前の部「討論会」10:30～11:50	10:40 このあとの説明
テーマ：自分の生活をよりよくする	説明・資料配布:第二中
3つのグループ(A、B、C)に分かれて、討論会を始めよう。 「私たち中学生の生活は、このままでいいか。」 「私たちの生活をよりよくするためには…」 「各中学校で取り組めることはないか。」など	10:45 グループ討論会
この他に、アンケート結果等から気づいたこと、考えたこと 何を話題にして構いません!!	11:30 各グループ発表
	司会:阿木中 発表:付知中 記録:第一中
	11:40 全体まとめの会
	司会:阿木中 記録:第一中
	11:50 午前の部 終了

ご家庭でも、「スマホの利用時間」などについて、話し合ってみませんか？

午前の部では、市内の12校の中学校生徒会メンバー69名が、3つのグループに分かれて、『自分の生活をよりよくする』というテーマで「討論会」を行いました。

中津川市の児童生徒の「生活実態アンケート(7月)」の結果から、「画面視聴(スマホ、ネット、ゲーム等)」と「生活習慣・学習習慣」との関連性を分析したり、生徒会が中心となって取り組めそうなことを話し合ったりしました。



【別紙資料あり、A3 用紙カラー刷り <表:中津川市中学校全体、裏:阿木中学校>】



討論会 A グループからの報告

A グループでは、スマホなどの画面視聴が多いわりに、睡眠時間や学習時間が少ないという課題と、スマホなどの視聴時間で、ルールを守れていない人や、そもそもルールがない人が半数ぐらいいたため、自己管理が大切だと感じました。

そこで、解決策として、目標をしっかりと設定して振り返りの時間もしっかりとつことや、家族で約束をつくること、できる限りの制限をかけてもらうことなどがあがりました。

スマホなどは、便利で楽しいけれど、その分、体や学力に悪影響をもたらすことも多いので、セルフコントロールして使うことが大切だと感じました。

討論会 B グループからの報告

B グループでは、画面視聴時間が多いや、学習時間が少ないなどのデメリットを解決するために、各学校でやっている取り組みなどを話し合いました。そして、そこで多く出た意見を2つにまとめました。

まず1つ目は、「ToDo リスト」で管理することや、予定を書くことです。これを行うことによるメリットは、差がわかること、学習が身に付くこと、学習や今日やることの見通しができることです。しかし、これに対するデメリットもあります。それは、予定を書いたところで、本当にその予定を実行するのかが分からないということです。これを改善するためには、学習時間(どれぐらいの時間を学習します)を書くのではなく、その時間でやるページ数(何ページやります)を書いて、自主学習を提出すれば、本当の形に残るからやってくれるんじゃないかっていう意見が出ました。

2つ目は、「画面視聴時間 + 1 時間」=「学習時間」をやる。例えば、画面を 2 時間見たら、その日は勉強 3 時間やろうという取組をしている学校がありました。これに対するメリットは、画面視聴時間より学習時間が、絶対に多くなることです。しかし、とあるところのデータとして、その画面視聴時間自体が、そもそもその人間の記憶能力を低下させているっていうのがあります。例えば、さっき言ったように、画面視聴時間 2 時間見たとして、学習を 3 時間やったら、たくさん覚えること（学ぶこと）ができたって、一概に言えるわけではありません。根本的な問題である画面視聴時間を減らすために、通信などを学校で配布してもらって、意識を変えることが大切なんじゃないかな？って思いました。

討論会 C グループからの報告

C グループでは、画面視聴率について、1 年生と 3 年生はいいとも言えませんが、2 年生が主に画面視聴率が悪いということが討論されました。それで、理由は、1 年生は中学校に入りたてで、「勉強をやるぞ!」という意識が高いこと、3 年生は受験に向けて勉強への意識が高まっていることで、1 年生と 3 年生の画面視聴率は、2 年生に比べて低いという意見が出ました。2 年生は、1 年生と 3 年生の中間なので、気が緩んでしまい、動画などをたくさん見てしまうことがあると討論されました。そして、画面視聴率などの改善できない理由が3つ出されました。

1 つ目は、いきなり高い目標を立て無理だと思ったり、実行には移す意欲が少なかったりすると、またスマホを見てしまい、動画視聴率が高くなってしまいます。また、無限にスクロールできるので、もっと悪循環になってしまうということです。

2 つ目は、親や先生たちに「勉強をしろ、しろ」と言われて、「うざい」とかになってしまって、やる気がどんどん下がってしまって、勉強の時間を改善できないということです。

3 つ目は、自分で制限にできずに、またスマホを見てしまったり、自分のやりたいことなどの誘惑に負けてしまったりと、悪循環になってしまうことで、自分の直したいことを直せない理由だと思いました。その対処法で出たのが、学習時間をクラスで話し合ったり、討論し合ったりして、確実な目標を決めること。良い自覚を交流して、クラス全体の学習への意識を高めること。自分に合った縛りを科し、見つけて、積極的に勉強に取り組んでいくことという意見が出ました。

グループ討議の中で、「豊明市スマホ条例案(1日2時間以内)」という8/22(朝)朝のテレビニュースを家で観てきて、豊明市として「条例案」を発表したことに対する是非を語る生徒もいました。<中日新聞8/23(土)>



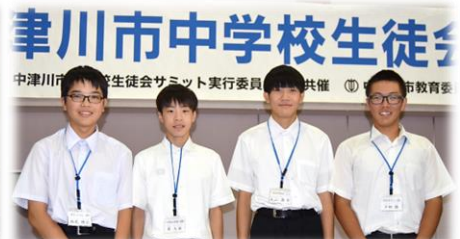
討論会全体まとめの会(討論会を行っての感想交流)

○今回の討論会を通し、中津川市の中学生は、画面視聴時間が多く、勉強時間や睡眠時間が少ないという傾向にあることが分かりました。私の周りにも、画面視聴時間が多いという人がいるので、今回の討論会を通して、画面視聴時間を減らすための対策を伝えてみようと思いました。ありがとうございました。

○私は、この討論会を行うまで、学習時間が少なくなってしまうことや、スマホとかの画面視聴時間が長くなってしま理由は、「結局、個人の問題なのかな?」と思ってたんですけど、それを改善するために、学校とか生徒会とかの取組を通して改善できるっていうことがわかったので、これからも生徒会活動を通して、そういうことを意識しながら、いろんな活動を行っていききたいなと思いました。

○私は、今まで、このような討論会をしたことがなく、自分自身の画面視聴に対しての意識がなく、夏休みに入ってから、ものすごい量の画面視聴をしていたことがありました。今回の討論会を通して、自分自身にも改善する必要があると思うし、私と同じような人もいると思うので、そのような人にも、生徒たち、みんなに伝えて、これからの中学校生活や勉強に対しての改善を行っていききたいなと思いました。

○今日は、たくさんの学校の課題を解決するためにやっていることとかを聞けて、とても面白かったし、興味深かったので、今度、生徒会で話し合う時に取り入れられるものがあったら、取り入れるようにしたいです。



午後の部では、「校内(生徒間)、小学校や地域とのつながり」をテーマとして、片桐さん・丸山さん・原さん・西尾さんが、阿木中学校の「魅力ある学校づくり」の発表を行いました。