令和６年度　川内南中学校だより

南の風

第７号

令和６年 11 月 28 日発行

＜住所＞　〒895-0012　薩摩川内市平佐町 985 番地
＜電話＞　０９９６－２３－４６０２
＜FAX ＞　０９９６－２２－０５８２

演題「大人も知らないスマホの秘密～成長中の子供の脳を守るためにできること」

11月15日には，学校保健委員会が行われました。れいめい中学校・高等学校の尾植　香織　教頭先生を講師としてお招きし，講演をしていただきました。予想以上に子供たちに悪影響を与えているスマホについて，ただ傍観するだけの大人にならないように，知識を得ましょう。講演の内容について主なものをまとめます。

１　スマホ依存と脳への影響

脳の前頭葉やドーパミン神経系の働きに障害を与え，人の気持ちを理解する力が低下することで，切れやすく感情的になる。また，勉強に集中できなくなり，見通しをもって行動できなくなる。長時間使用すると，スマホからの強い刺激により，普通の刺激では脳が反応しにくくなり，他のことに興味をもたなくなる。

２　電子スクリーン症候群（ＥＳＳ）

スマホやタブレットなどの電子スクリーンの過剰な刺激で，子供の脳が過覚醒状態となる「電子スクリーン症候群（ESS）」が報告されている。気分が不安定になり，判断力や集中力が低下し，他人とのコミュニケーションが苦手になる。

３　依存性のリスクと治療例

スマホ依存症のリスクは高く，治療が難しいことが示唆されている。治療には「リセットプログラム」という３週間のスクリーン遮断が効果的である。このプログラムを実施した事例では，子供が元の健康な状態に戻ったことが報告されている。

11月１日から７日に実施された「地域が育む『かごしまの教育』県民週間」感想等

来校者は，119 人でした。授業参観をしていただいた方々に感謝申し上げます。来校された方々から感想等をいただいておりますので，主なものを紹介いたします。

１　生徒の授業態度，学習発表会の様子について

- 授業の発表は，みんな楽しんで意欲的なのが良いなと思いました。真剣に発表し，聞く態度も，すばらしかったです。真面目に授業を受けていると感じました。
- 先生方は生徒が興味をもつように，色々と工夫して授業されていたので,生徒の授業態度も大変良かったです。
- 挨拶を進んでしてくれた生徒がいて，とても気持ちがよかった。

２　学校環境等について

- 環境設備が整っていてとても良い。
- 掲示物も丁寧で分かりやすかったです。「国語新聞」がとても良かったです。
- 廊下が汚れているところがあり，隅々にほこりがあった。生徒には，清掃を隅々まで頑張ってほしいです。

３　その他，お気付きの点があればお書きください。

- 美術館の絵も視聴覚室の自由研究・作文・習字・俳句等も素晴らしい作品ばかりでした。家庭科室に掲示されていたお弁当も美味しそうでした。美術館の作品もとても上手で，先生からのコメントを拝見して絵が完成するまでの過程や，絵を見るポイントなどを知ることができて勉強になりました。
- 学習発表会はユーモアを交えながら薩摩川内市やエネルギー，方言等調べたものを伝えてくれて，勉強になりました。生徒たちも堂々と発表し，先生方もユニークで，とても良い雰囲気でした。

入賞，受賞おめでとうございます！

学校ホームページ

◇　**男子ソフトテニス部**
県中学校新人ソフトテニス大会　団体【優勝】
川薩地区新人大会　団体【優勝】，個人(有馬・髙橋)【優勝】・個人(池畑・大迫)【３位】

◇　**女子ソフトテニス部**
川薩地区新人大会(１年の部)団体【３位】,個人(松﨑・新田)【優勝】・個人(川口・吉津)【２位】

◇　**剣道部**　川薩地区新人大会(女子の部)団体【２位】，女子個人(髙柳)【優勝】
東市来少年剣道大会(１年女子個人の部)(髙柳)【３位】

◇　**陸上部**
県総合体育大会陸上競技　低学年 100mH(西手)【２位】，200m(花木)【２位】，800m(福﨑)【４位】
４×100mR(花木・今別府・丸内・遠矢)【２位】，1500m(福﨑)【６位】
九州中学校陸上競技大会　４×100mR(花木・今別府・丸内・遠矢)【６位】，200m(花木)【２位】
低学年 100mH(西手)【４位】
全日本中学校陸上競技選手権大会　200m(花木)【５位】
川薩地区中学校駅伝競技大会　男子【４位】，第１区(福﨑)【３位】，第２区(安藤)【区間賞】
女子【４位】，第１区(坂下)【３位】，第４区(藤田)【２位】
県中学校総合体育大会駅伝競走競技　第１区(福﨑)【２位】
県中学校陸上競技大会　100m(花木)【１位】，男子砲丸投げ(久保)【２位】

◇　**水泳部**
県総合体育大会水泳競技　200m 平泳ぎ(小嶺)【２位】，100m 平泳ぎ(小嶺)【２位】
４×100m リレー(小嶺・重永・喜禎・山下)【８位】
県中学校秋季学年別水泳大会　50m平泳ぎ(小嶺)【１位】，100m 平泳ぎ(小嶺)【１位】
１年 100m 平泳ぎ(山下)【３位】

◇　**男子バレー部**　西薩地区大会【３位】,川薩地区新人大会【３位】,市バレー協会旗大会【２位】

◇　**男子卓球部**　川薩地区新人大会　団体Ⅰ部【２位】，団体Ⅱ部【２位】
１年個人(畠中)【２位】,２年個人(橋元)【３位】
全九州卓球選手権県予選【３位】(九州大会出場)

◇　**女子卓球部**　川薩地区新人大会　団体Ⅰ部【２位】，団体Ⅱ部【２位】

◇　**市理科作品審査会**　特選(14H 前囿,23H 西手,25H 喜禎,26H 中嶋)

◇　**県作文コンクール薩摩川内市審査会**
特選(11H 豊田,12H 平石,15H 中嶋,21H 今別府,21H 木原,24H 花吉,32H 古屋)

◇　**少年の主張県大会**　優秀賞(24H 花吉)

秋の読書推進の取組

10 月 28 日（月）と 29 日（火）に秋の読書推進の一環として，期間中に本を借りに来た生徒にハロウィンのしおりやプラスワンチケットの配布がありました。10 月は１年生の総貸出冊数が，９月と比較すると 204 冊増えました。読書の楽しさが広がっています。

※　保健指導部から保護者の皆様へ
インフルエンザの流行を懸念する季節となりました。日頃から十分な睡眠による休養と，バランスのとれた栄養摂取に心掛けていただき，生活リズムを整えるように協力をお願いします。

令和６年 12 月の主な行事予定

※　12 月のスクールカウンセラー来校日は，６日，13 日，20 日です。

３日(火)	全校朝会 フッ化物洗口
６日(金)	３年私立入試オリエンテーション
８日(日)	市消防団訓練(体育館)
10 日(火)	学級生徒会，２年進路学習
11 日(水)	1･2 年授業参観，1･2 年学年･学級 PTA フッ化物洗口
13 日(金)	２年進路学習
14 日(土)	土曜授業，避難訓練，門松作り
17 日(火)	学年生徒会，専門部会，２年進路学習
18 日(水)	２年６・８交流事前学習
19 日(木)	フッ化物洗口
20 日(金)	全校朝会
24 日(火)	終業式，大掃除