



# がっこう 学校だより

がっこう  
7月号



**Challenge  
Dream  
Interaction**

れいわ ねん がつ にち  
令和4年6月30日  
よこはま しりつがみい いだしょうがっこう  
横浜市立上飯田小学校

<http://www.edu.city.yokohama.lg.jp/school/es/kamiida/>

## じょうず つ あ がっこうほけんいいんかい ～ゲームと上手に付き合おう～ (学校保健委員会)

こうちよう よこやまよしあき  
校長 横山 美明

がつはつか げつ ほうそう こんねんど かいめ がっこうほけんいいんかい かいさい  
6月20日(月)にテレビ放送で今年度1回目の学校保健委員会が開催されました。学校保健委員会と  
がっこう けんこう もんだい けんきゅうきょうぎ がっこう かにい ちいき むす そしき しょうわ ねん がっこうほ  
は、学校における健康の問題を研究協議し、学校と家庭、地域を結び組織として昭和33年の学校保  
けんほうとう しこう ともな もんぶ かがくしょう とうじ もんぶしょう つうち がっこうほけんけいけい きてい じこう  
健法等の施行に伴う文部科学省(当時の文部省)の通知において学校保健計画に規定すべき事項と  
して位置付けられました。その組織やメンバー、開催方法については、各学校によって多少の違いは  
ありますが、どこの学校にも組織があり、毎年開催されています。

ほんこう ほけんいいんかい ちゅうしん じどう しゆたい ねんど き ぜんこう はっしん  
本校では、保健委員会を中心に児童が主体となってその年度のテーマを決め、それを全校に発信  
し、クラスごとにそのテーマに即しためあてと活動について話し合い、実践します。そして、年度末に  
クラスごとに取り組んだ結果を報告し合うという形で行われています。今年度のテーマは「No! ゲ  
ムの脳～ゲームと上手に付き合おう～」です。代表の児童は、このテーマを設定した理由を「ゲーム機  
器やタブレット端末、スマートフォンの普及により、子どものゲーム時間がとても増えてきていると感  
じているので、もう一度みんなで、その影響や改善策を考えたいと思ったからです。」と全校に伝  
えました。その後、ゲームが子どもに与える影響(メリットとデメリット)について発表しまし  
た。メリットとしては、「友達と盛り上がる」「わくわく・ドキドキする」「家の中でも楽しめる」  
「オンライン通信では世界中の人と繋がれる」といったゲームの良い面を紹介しました。一方、デ  
メリットとしては、「ゲームをしすぎると脳の前頭前野という部分にダメージを受け、いらいらしたり切  
れやすくなったり言葉遣いが悪くなったりする可能性がある」という精神面での被害と、「目の疲れ、  
肩こり、頭痛が起こりやすくなったり睡眠不足や視力の低下につながったりする」という身体面での  
被害について発表しました。とてもよく調べているなと感じました。これらの発表を受けてクラス  
ごとにめあてを決めました。その中では、「時間やルールを決めてゲームをする」「ゲーム以外にも楽  
しめることを見つける」といった意見が多かったです。あるクラスでは「この約束はどこで守るもの  
ですか?」という先生からの問いに「お家で守る!」と子ども達が回答していました。保護者の皆様の子  
どもの頃にもすでにデジタルのゲームはあったと思いますが、これほどまでオンラインでの活用やバー  
チャルリアリティー等が様々な形で子どもの生活に入ってきてはいませんでした。これだけゲームの  
世界が広がってくると、単に「ゲーム禁止」という一言では済まされない状況です。まさに、子ども達  
からの提案にあるように「ゲームと上手に付き合う」ことが必要になってきます。各クラスのめあては  
なつやす まえ なん かたち かにい し おも かにい こさま はな あ  
夏休み前には何らかの形でご家庭にお知らせしたいと思っておりますので、ご家庭でもぜひお子様と話し合  
って取り組んでいただきたいと思います。年度末には各クラスでの取組の成果をまとめ、2回目の学校  
ほけんいいんかい ほうこくかい ひら がっこうぜんたい きょうゆう かんが おな  
保健委員会で報告会を開き、学校全体で共有していきたいと考えております。また、同じテーマで  
ほごしゃ みなさま いけんこうかん きかい かんが かく かにい じ  
保護者の皆様とも意見交換できるような機会をもちたいと考えております。各ご家庭でのルールや時  
かん き かと じれい がっこう よ  
間の決め方、うまくいった事例などがございましたら、学校までお寄せいただくとありがたいです。