



みのり

寺井小学校 No.11
令和2年10月7日(水)
発行：校長室(坂下 和之)

1年～4年遠足・6年修学旅行10/2(金)・5年野外活動10/5(月)

1年～4年は最初に予定されていた日は雨のため延期となりましたが、一週間、待った甲斐があって、雲一つない秋晴れに恵まれて、遠足を実施することができました。**1年生は、和田山末寺山史跡公園 2年生は粟生公園 3年生はいしかわ動物園 4年生は辰口丘陵公園**へ、歩いて行きました。途中で疲れた人もいましたが、ラストまで歩き切ることができました。目的地ではそれぞれの学年に応じて様々な活動を行いました。みんなでお弁当を食べたり、遊んだりすることができました。帰りも最後まで歩き切ることができました。



1年生 どんぐり拾い



2年生 すべり台遊び



3年生 動物見学



4年生 レクリエーション

5年生 大杉みどりの里

5年生全員が参加し、ウォークラリー、イワナつかみ、焼板フォトキーラック作りをA・Bグループに分かれて実施しました。自然の中で普段できないことにチャレンジしたり、助け合ったりしました。岩魚つかみでは自分の手でつかんだ岩魚をさばきました。いのちのありがたみに感謝していただきました。野外活動を通して、多くのことを学ぶことができました。



5年生 イワナつかみ

6年生 能登方面(千里浜なぎさドライブウェイ のとじま水族館 野口りんご園 大本山総持寺)

天候にも恵まれ、6年生全員が参加し、日帰り修学旅行を無事実施することができました。のとじま水族館では迫力あるイルカショーを見たり、おみやげを買ったりしました。野口りんご園ではりんご狩りをしました。大本山総持寺では座禅をして自分を見つめることができました。1日のみの修学旅行でしたが、6年間共過ごした仲間と一緒にでかけた能登旅行は生涯の思い出となったのではないのでしょうか。



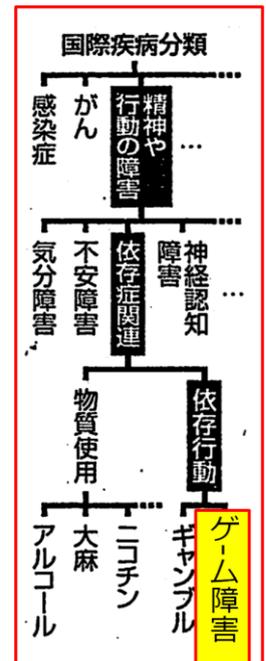
6年生 のとじま水族館 イルカショー

WHOが「ゲーム障害」を疾病に認定！

2019年5月にWHO（世界保健機関）がゲーム障害を疾病と認定しました。ゲーム障害は、今後、ギャンブル依存と同じようになるわけです。これはゲーム障害の主な診断基準です。治療が必要な病気だということです。

【ゲーム障害】の主な診断基準

- ゲームの時間や頻度をコントロールできない
- 日常生活でゲームを最優先させる
- 問題が起きててもゲームを継続、エスカレートさせる
- こうした行動が持続的、反復的に1年以上続く
(症状が重い場合は、より短い時間でも該当)



ゲーム障害と見られる傾向

ゲーム障害とみられる方の傾向として次の状態が見られます。

- 朝起きられない（76%）
- 昼夜逆転生活（60%）
- 学校や会社を休む（59%）
- 物を壊す（51%）
- 家族に暴力（27%）

なぜ「ゲーム障害」が増加？

ゲームと言っても現代のゲームはオンラインゲームというものです。つまりインターネットにつながっているゲームです。オンラインゲームには次の特徴があります。どんどんのめり込んでしまいます。

オンラインゲーム

ゲームに終わりが無い（更新）

課金で効率よくプレー

ゲーム上での人間関係（存在・承認）

早寝・早起き・朝ご飯でネット依存を近づけない！

睡眠には成長ホルモンの分泌を促進し、学習内容を整理整頓し脳に書き込む働きがあります。朝ご飯は脳を活性化し、集中力を持続させます。早寝・早起き・朝ご飯でネット依存を近づけません。

「親子のホッとネット大作戦～インターネットに潜む危険性から子供たちを守ろう～」より