



イメージキャラクター「くりりん」

かしこく なかよく げんきよく

# 葛葉だより

<https://www.city.mitsuke.niigata.jp/site/kuzumaki/>

E-mail mitsuke.kuzumaki-es@edu-niigata.ed.jp



令和7年12月19日(金)  
見附市立葛巻小学校だより

Tel 0258-62-0689

Fax 0258-63-5017

No.379



6年生 地区高齢者との交流会



1年生 歯磨き指導



よいお年をお迎えください

校長 白井 敦

暦は師走の下旬に差し掛かり、年末の慌ただしさが一層際立ってまいりました。穏やかなお正月を迎えるためのラストスパートです。

学校は本日無事に第2学期の終業式を迎えました。77日間と1年で一番授業日数の多い今学期。実りの秋といわれるように、NIE授業公開やくずフェスなどの学校行事、親善体育大会や信濃川サミットなどの学年独自のイベントなど本当にこれまでの成果を発表する場に恵まれた2学期だったと感じています。それぞれ準備は大変でしたが、子どもたちの頑張る姿ややり終えた後の満足そうな表情を見ると、取り組んでよかったなと思います。皆様からも子どもたちの成長を感じていただけたら大変うれしく思います。

さて、いよいよ明日から冬休みです。みんなでこの1年間の成長を確かめ、楽しい年末・年始を過ごしてもらいたいと願っています。またこの時期の文化や行事を学ばせるチャンスです。手伝いなどを通して体験させてみてはいかがでしょうか。しかし、ややもすると冬休み中は生活リズムが乱れがちになります。大晦日や三が日などの特別な日は除いて、普段の起床・就寝時刻が大きくずれない（概ね30分程度）よう子どもたちに声を掛けてください。また昨今は、ゲームやネットとの付き合い方も課題です。世界保健機構（WHO）は2019年5月、ゲームのやりすぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」を国際疾病として正式に認定しました。その中で、以下の9項目のうち5項目以上当てはまったら、ゲーム依存傾向が強く注意が必要だそうです。時々確認してみてください。

- ☐ ネット・ゲームに夢中になっていると感じる。
- ☐ ネット・ゲームをする時間をさらに増やしたいと思っている。
- ☐ ネット・ゲームを制限したり時間を減らしたり、禁止したりすると落ち着かなくなる。またはイライラする。
- ☐ ネット・ゲームを制限する、減らす、完全に止めるなどしたが、うまくいかなかった。
- ☐ ネット・ゲーム以外の趣味や楽しみへの関心がなくなっている。
- ☐ 日常生活などにいろいろな問題があると分かっている、やりすぎてしまう。
- ☐ ゲーム・ネット使用時間などについて、家族や学校の先生にうそをついたことがある。
- ☐ 問題や不安、落ち込みなどから逃げるためにネットやゲームを使っている。
- ☐ ネット・ゲームのために学校にいけない、友達などとの関係を損ねたことがある。

心身の健康は生きていくための土台です。また、子どもたちの身に付けた生活習慣はその後の生き方に大きな影響を与えます。子どもたちにより望ましい生活習慣を身に付けさせるために、保護者や教師といった周囲の大人たちの働きかけが重要です。どうか楽しくメリハリのある冬休みをお過ごしください。

今年1年大変お世話になりました。よいお年をお迎えください。