

令和8年度

気仙沼市立唐桑中学校



# 羅針は光れり

校長室だより No. 1

令和8年4月25日(土)発行

心から人間と社会を愛し、創造力に富み、実践力のある生徒の育成をはかる

## 令和8年度 全力で挑戦し続ける子供たちのために



令和8年度がスタートし、82名の生徒達が元気に学校生活を送っています。

どの学年の生徒たちも、唐中生としての自覚と責任をもって、諸活動に励んでいます。今年度も、生徒一人一人が、何事にも目標をもち、失敗を恐れずに全力で挑戦し続けるよう、教職員一丸となって指導や支援を行ってまいります。

子供たちの成長のためには、ご家庭との協力が不可欠です。以下のことについて、ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

### 1 お子さんの良さに目を向け、「認め」「褒め」「励まし」を



ご家庭でも、お子さんの良さ（できるところ）に目を向けて、その良さを「認め」「褒め」「励まし」てください。認められたお子さんは、自信を付け、どんどん前向きに様々な活動に取り組んでいくようになります。全員がそうなれるように、ご家庭と学校が連携して、共育（教育）していきましょう。

### 2 メディアに触れる時間を自分でコントロールできる力を



1日2時間以上スマホやゲーム等に触れている生徒の割合は大きく、そのため家庭での学習時間や睡眠時間が削られ、学校生活での影響が懸念されています。思春期の青少年たちの過剰な不適切なメディアへの接触は、脳（こころ）の疲労（慢性疲労）を増悪させて気力や自分の気持ちをコントロールする力を奪い、新たな社会的現象（理由のないじめ、むかつく・キレル、不登校）や反社会的事件に繋がる可能性があやぶまれていると警鐘を鳴らされています。お子さん自身がメディアに触れる時間をコントロールできる力を身に付けさせたいと考え、本校では月1回「メディアコントロールデー」を実施しています。ご家庭でもご協力をお願いいたします。

### 3 生活リズム（早寝 早起き 朝ごはん）の確立を



睡眠に関する調査（小学生や中学生に対する調査）では、最も学力が高くなるのは睡眠7～8時間という結果が出ています。

また、朝食を抜くことは、身体や健康に良くないことは分かるとは思いますが、学力にも影響を及ぼします。朝食を摂ることで集中力と記憶力を高める効果があることは多くの実験によって指摘されています。よって、「早寝 早起き 朝ごはん」は、心身の健康だけでなく、学力の向上にも大きく関わってきます。規則正しい生活習慣が中学校生活の基本となります。どうぞご家庭のご協力をよろしくお願いいたします。

## スクールカウンセラーが来校します

生徒が抱える課題の解決に向け、高度な専門性をもつスクールカウンセラー（SC）が来校します。

SC：小山ヨネミ先生

来校日：毎週木曜日