



ホップ!

福山市立東朋中学校
第1学年 学年通信 No.4

2026(令和8)年6月15日(月)

調理実習(家庭科)

家庭科の授業で調理実習を行い、ハッシュドポテト作りに挑戦しました。50分の授業の中で、班ごとに協力して準備・調理・片付けをやりきることができました。復習のために、ぜひおうちでも自分で作ってみてください。保護者の皆様、準備物のご協力ありがとうございました。



「東朋中たく生きプロジェクトII」について

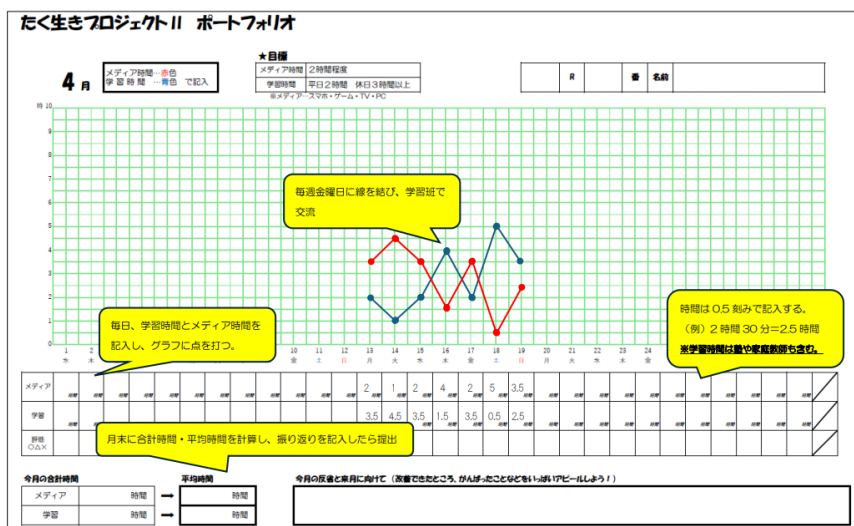
先日はお忙しい中、参観授業・懇談会にご参加くださりありがとうございました！子どもたちの様子はどうかだったでしょうか？

懇談会で全体にお伝えしましたが、本校で取り組んでいる「たく生きプロジェクトII」についてお知らせいたします。

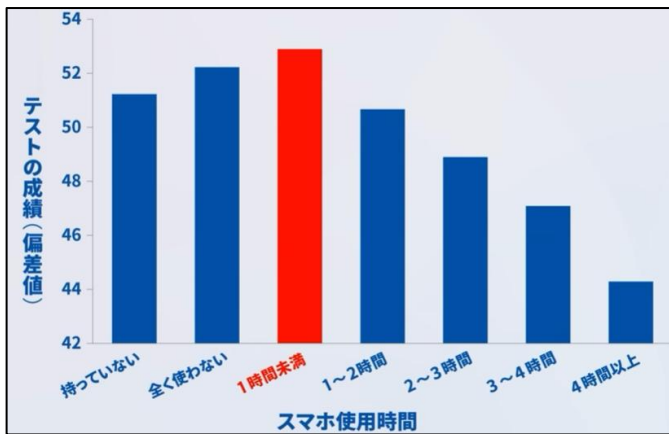
目的 メディアの使用時間を自己管理し、使用時間が減少した分を、学習や読書・趣味などの時間に変えることで、計画を立て実行する力を高めたり、より豊かに生きていくための力を高めたりしていくことです。

内容 自分の日々の生活を振り返りながら、自分自身の時間の使い方を見直していきます。その一環として、学習時間・スマホ使用時間・ゲーム時間などを記録・管理する「たく生きポートフォリオ」を作成します。

毎日の積み重ねが見える形にすることで、「自分はどのように時間を使っているのか」「よりよい生活にするためにはどうすればよいのか」を考える力を育てていく取り組みです。



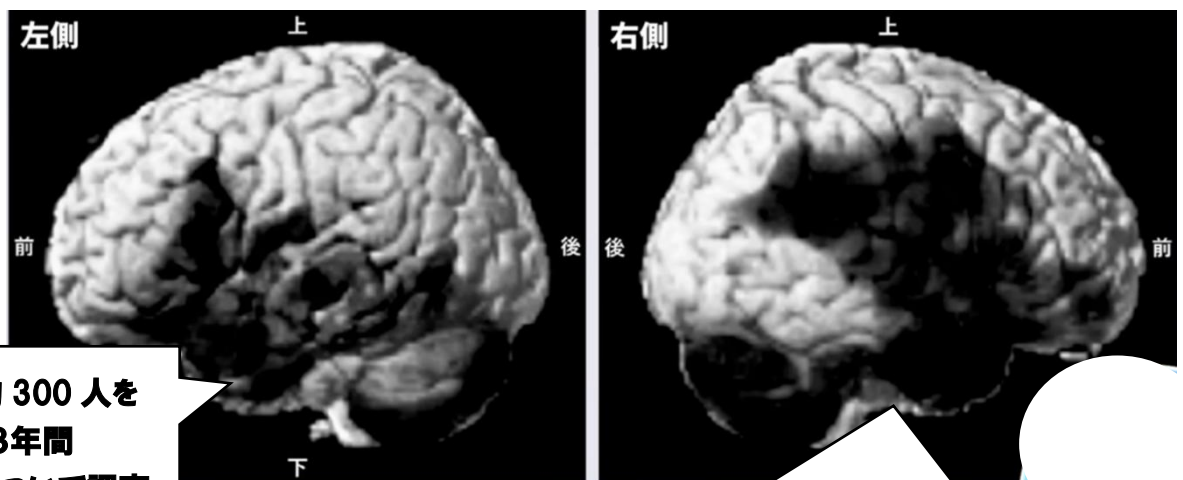
懇談会で保護者の皆さんへの説明に使ったスライドから、いくつか資料を紹介します。



スマホ使用時間が1時間未満の児童・生徒が最もテストの成績が高くなっています。**1時間未満の使用で抑えることができる「自己管理能力」の高さ**が成績と関係していると考えられています。

「2018年度小5～中3(41,084名分)

国語・社会・数学(算数)・理科のテスト(仙台市教育委員会と連携して調査)」より



小中学生約300人を対象として3年間
脳の発達について調査

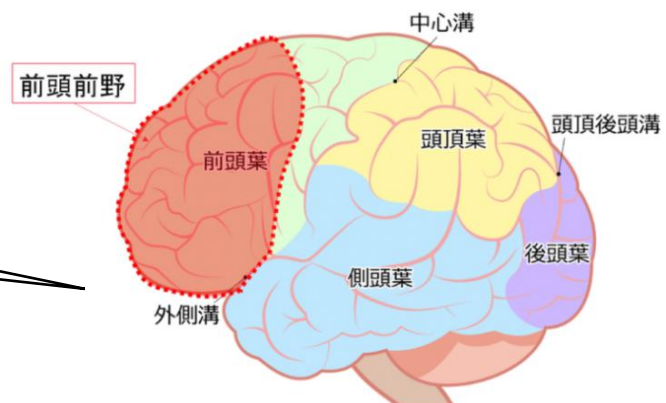
インターネットの使用頻度が高いほど、黒い部分（発達に悪影響があった部分）が大きい。

※ほぼ毎日スマホを使用する生徒は、黒い部分の発達数値がゼロに近い。

同じ勉強をしても、インターネットを使って調べるよりも、紙の教科書や辞書などを使って調べる方が、脳が活性化し、記憶の定着につながるという話もありました。

前頭前野の発達のピークは9～18歳
(30代くらいまでは発達が続く)

- 子ども…脳をたくさん使って育てる
- 大人…育てた脳をたくさん使って維持していく



今日から**期末試験週間**になります。スマホやメディアから離れて、しっかり勉強に集中する時間を作れるよう、ご家庭でも声かけをよろしくお願いいたします。