



川口東小だより

学校教育目標 『夢が語れ 誇りを持ち 社会に貢献できる子どもの育成』

2025年(令和7年) 6月18日

福山市立川口東小学校

校長 湯川 美貴子

「夢をかなえる 脳と心の 育て方」

◆ スマホ社会における 子どもの 脳の成長

東北大学応用認知精神科学センター医学博士 榊浩平先生による「夢をかなえる 脳と心の育て方」という講演を、樹徳小学校で本校職員も聞く機会をいただきました。「スマホの長時間利用が脳に与えるダメージ」を知り、自分の使い方を振り返る機会にすると共に、自分の生活習慣をマネジメントする意欲と態度を育てることが目的です。この講演を聞いた生徒指導主事の藤井先生が、「脳のはたらき:スマホの使用時間と学力の関係」について、全校オンライン朝会で、説明してくれました。

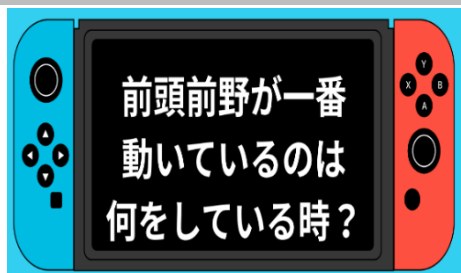
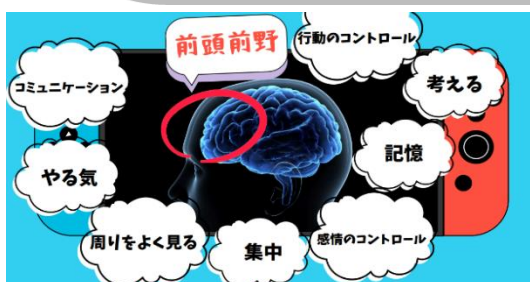
【脳の前頭前野の働き】考える力、覚える力、感情をコントロールする力、コミュニケーション力に深く関わる
・音読や計算をしているときは、脳がよく働く ・ゲームをしているときは 脳(前頭前野)が働かない。
・音読、計算は大人にも有効である。(認知症予防など) ・文字を書く作業⇒前頭前野の働きに効果的
・脳の働きは、長時間使うより、継続していくことが大切

【スマホと学力の関係】

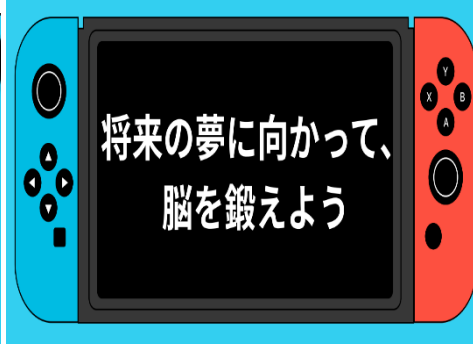
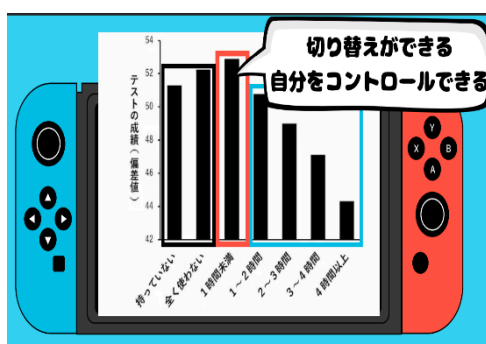
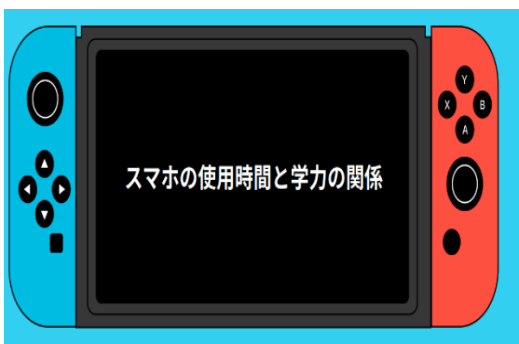
- ・使用時間 **1 時間未満の児童**が、全く使わない児童より**学力が高い**。
- ・**1 時間でスマホを止められる児童**は、**自己管理能力が高い**。これが大切!!
- ・**1 時間以上**行う児童は、使う時間が長くなるほど、**学力が低下**
- ・ながら勉強は、学力がつかない。(学習効果は、集中した30分と、ながら勉強の 3 時間は同じ)

【スマホに負けない ルール作りのポイント】

- ・**子どもたちがルールを作る**。→こどもと一緒に作ったルールを、親も一緒に守る。
- ・**親も一緒に守る**ことで、家庭間の愛着や信頼関係が高まる。
- ・家族の脳の健康を 一緒に守っていくことで、親子の声掛けや時間の使い方も変わっていく。



引用：公立学習療法センター



『ガッツ＆スマイル』 ウイズ！ ～やりたいから始まる・分かるから楽しい～

自らのゴールに向け主体的・協働的に 課題解決に取り組む学びづくり
～書く力・読む力を高める授業づくり～



【ひまわり2組】脳の仕組みを知り **自分の生活習慣をお家の人とルール作り中**。「スマホやゲームの時間3時間以上すると、学力がこんなに低下するんだね！」



【6年生】「1学期がんばったね集会」をどんな内容にするか、計画委員会の子どもたちが司会・進行・板書しながら、協議中。「1学期、友達のがんばりに目を向けようよ！」



【5年生】日本各地の天気と雨温量は、どんな関係があるのか、調べてみよう！**算数で身に付けた「表とグラフの見方」**から、分かったことを考察中です。



【2年生】「みんなで育てた夏野菜をどのように食べるかきめよう」サラダ、つけもの、ポテトサラダ…。きゅうりをどうやって食べる？**友だちの意見を聞いて、自分の考えを伝えています！**



【クラブ活動】4・5・6年生は、興味関心のあるクラブを**自分たちで創りあげ活動**しています。自分の夢に向かって、興味関心があることを、自分たちで進める高学年。華道・琴・スナッグゴルフクラブは、ゲストティーチャーの指導も頂き、専門性を高めています。



【4年生】2つの折れ線グラフを**比較し、新たな発見**をホワイトボードに記入中。友達のを聞き合いながら、自分たちで、分かったことを整理する力をつけています。



【1年生と6年生】新体力テストでは、1年生の「上体おこし」の補助をし、数を数える6年生。**6年生の温かさとかっこよさを肌で感じる**1年生。2年と5年、3年と4年。高学年が低学年に**優しく教え合う姿は、本校の伝統です。**