

# 生光学園中学校

令和3年度 5月行事予定

己を滅して他に生きる  
 他が生かされる道は  
 我が生きる道なり



May  
 2021

日	月	火	水	木	金	土
2	3 祝・憲法記念日	4 祝・みどりの日	5 祝・こどもの日	6	7 実力テスト (Y9)	8 *(IEC登校) 保護者役員会
9	10	11	12 尿検査	13 心電図検査 (Y7)	14	15 土曜登校日
16	17	18 眼科検診 (Y7)	19	20 集中勉強会	21 中間テスト	22 中間テスト
23	24	25	26	27 全国学カテスト (Y9)	28 英語検定	29 土曜登校日
30	31 結核内科検診	★ 5月8日(土) 保護者役員会(10:00~) ★ 5月21日(金)・22(土) 中間テスト				

- ★ 県外への移動の予定がある場合は、事前に学校(担任)までご連絡ください。
- \* 健康観察(体温チェック)あるいは自宅待機等の協力依頼をするケースもあります。
- ★ 参観日・保護者会総会(5/15) → 中止とします  
 5/8役員会の議事内容を配布し、同意書をご提出いただく形でもって総会に代えます。

今年2月“天声人語”に「近くにライオンはいないか？何か危険はないか？ といった先祖伝来の習性が、今や、メールが来ていないか？いいね！がついていないか？に変化している、と皮肉っぽく載っていました。また、世界的ベストセラーとなっている“スマホ脳”の著者アンデッシュ・ハンセン氏(スウェーデン精神科医)は、彼の著書で、次のことを発信しています。

- 現代人のスマホ・スクリーンタイムは1日平均4時間。スマホに脳が支配されている！
- スマホを常に持っていることは「ポケットの中にカジノが入っている」ようなもの！
- スマホがそばにあるだけで、学習効果・記憶力・集中力は著しく低下する！
- スティーブ・ジョブズ(アップル社創設者)は我が子になぜ iPadを触らせなかったのか？
- スマホがそばにあるだけで、目の前の相手への共感度は下がる！

また、45日間で、四国88カ所霊場の“歩き遍路”を終えた65歳の男性の方のメッセージです。

「1200<sup>キロ</sup>も歩き通したけど、悟りの境地になれなかった。スマホを持って行ったことが失敗だった。日常から離れ、自分を見つめ直す旅に出たはずなのに、スマホの電源を入れてる限り、今までの延長のままだった。」(徳島新聞2月24日鳴潮)

ハンセン氏はスマホ脳にならない対策の工夫として、

- ①スマホ画面をカラーから白黒に変える
- ②スマホ使用時間を計る
- ③寝室にスマホを置かない
- ④目覚まし時計と腕時計を買う

といった提案をしており「スマホは魅力的なもので、スマホ自体が“悪”ではない。私たちはテクノロジーに支配されるのではなく、支配しなくてはならない」とも述べています。

各家庭で、スマホ使用について話しあう機会を、是非もって頂き、そして各家庭のルール・約束事について、今一度、再確認して頂きたいと願います。