

さいたま市立中尾小学校 5月号(第521号)

令和8年4月30日

中尾小だより

知・徳・体の調和のとれた
心豊かな児童の育成
学びいっぱい 優しさいっぱい 元気いっぱい

〒336-0932 さいたま市緑区中尾2596-1

HP <http://nakao-e.saitama-city.ed.jp> TEL 048-873-0216 FAX 048-810-1120

生活を整え、学びを深める5月に ～自然とデジタルが支える成長～

校長 石田 成夫

先日、教職員でグリーンランドの環境整備作業を行いました。特に水田や畑の整備は、「花と緑の中尾小学校」の特色ある学習活動の展開につながる大切な作業です。人間の生産活動の中でも農業は、米・野菜・果物など、私たちが生きるために欠かせない食料を生産する最も基本的な産業です。子どもたちが稲や野菜を実際に育てる活動を通して、「命」や「食」、「健康」についての学びを深めてほしいと願っています。

近年、教育の世界ではAIやデジタル技術の活用が急速に進み、個別最適な学びや学習支援の充実が全国的に広がっています。本校でもタブレット端末が新しくなり、ICT機器を活用した学習をさらに進化・深化させることで、子どもたちの学びの可能性を大きく広げていきます。

その一方で、デジタル機器の普及と生活リズムの乱れが、子どもたちの心身の健康に影響を及ぼしていることも指摘されています。文部科学省の調査では、夜10時以降に就寝する幼児の割合が20年間で2～4倍に増加しており、全国的に夜型化が進んでいます。また、ベネッセ教育総合研究所の調査では、小学校低学年の約72%が21～22時に就寝し、高学年ほど就寝時刻が遅くなる傾向が示されています。

さらに、さいたま市が令和7年度に実施した「生活習慣等に関する調査」では、小学生の約27%が「睡眠時間が足りていない」と回答し、約42%が「1日2時間以上デジタル機器を利用している」という結果が報告されています。睡眠不足や長時間のメディア利用は、学習意欲や集中力、情緒の安定にも影響する重要な要素であり、学校・家庭・地域が連携して継続的に取り組むべき課題です。

さて、4月末から5月初旬にかけては、いわゆるゴールデンウィークと呼ばれる連休があります。この期間には、4月29日の「昭和の日」から始まり、5月3日の「憲法記念日」、5月4日の「みどりの日」、5月5日の「こどもの日」と祝日が続きます。さらに、さいたま市の子供たちには「さいたま市民の日」という学校が休みになる日も加わります。ご家庭におかれましても、この連休中に自然に触れたり、家族でゆっくり過ごしたりすることで、学校とは異なる体験の機会となることでしょう。

しかし同時に、連休中は生活リズムが乱れやすく、連休明けには心身の不調が出やすいとも言われています。ご家庭でも、就寝・起床時刻の見直しやメディア利用時間の調整など、心と体の健康を維持する基盤となる生活リズムを整える取組にご協力いただければ幸いです。



毎月23日はノーメディアデー & 中尾読書の日

さいたま市では「すくすく のびのび 子どもの生活習慣向上」キャンペーンの一環として、毎月23日をノーメディアデーとしておりますが、中尾小学校でも同日に「中尾読書の日」を重ね、ゲームやインターネットから離れて、活字や文章を楽しむ日としています。ご家庭におかれましても、読書を通じて親子の対話のきっかけとさせていただければ幸いです。

また、本校では昨年度から、毎月23日に、音読の課題に代えて、読書を家庭学習の課題として出しておりますので、主旨をご理解の上、お子様への声掛けをよろしく願いいたします。