

## 生徒が創り上げた素敵な体育祭でした！

5月27日（土）に、海風の心地よい青空の下、「桜梅桃李～魂を彩れ89色の花々～」をスローガンに、体育祭が開催されました。今年の体育祭は、生徒会・体育祭実行委員会が中心となり、新しい競技種目、新しい全校パフォーマンス「よさこい」に挑戦しました。来賓や保護者・地域の方々から、生徒の態度や姿勢に「感動した」、「元気をもらった」など、たくさんのお褒めの言葉をいただきました。あたたかいご声援ありがとうございました。以下に、生徒の開会・閉会のあいさつを紹介します。

### <開会のあいさつ> 体育祭実行委員長 竹田 滉翔

皆さん盛り上がっていますか？ 今日には待ちに待った体育祭当日です。3年間コロナウイルスの影響で、できなかったことができるようになった今年。3月末から今日のために各専門委員会で競技や競技のルールを精一杯考えてきました。リーダー研修会で担当する競技を決めた2ヶ月前。なかなか体育祭を自分達で運営する実感が湧いてきませんでした。よさこい練習が始まり、自分達で一から競技を作り、形ができてきた1ヶ月前。新しくなったよさこいのふりや、競技作りにたくさん苦戦しました。全校応援練習が始まり、新しい問題が生まれてきた1週間前。全校で動く難しさや、実際に競技を回してみてもの問題を感じました。ラストスパートをかけた今週。ほぼ毎日体育祭練習を行い最後の準備をしてきました。

そして今日。約2ヶ月間の準備や努力をはっきりする時です。競技を運営する人も競技をする人もお互いに協力しあって紅軍青軍フェアに競技を競い合いましょう。また、困ったことがあったら実行委員や応援団、近くにいる友達に相談してください。きっと力になってくれると思います。全校生徒で最高の体育祭をつくっていきましょう。



### <閉会のあいさつ> 体育祭副実行委員長



皆さん、今日は体育祭楽しめましたか？ 天気も私たちに味方してくれ、とてもいい体育祭となりました。紅軍、青軍とも全力で勝負していて、とてもよかったです。私は無事体育祭が終わったことに安心しています。今年は競技を一から考え直し、競技が増えたことで不安な点が多く、何をしても、初めてのことばかりで大変だったと思います。ですが、リーダーが主体となり、全校生徒で協力し、とても思い出に残る体育祭を行うことができました。これは本当に素晴らしいことだと思います。今日一人一人、素早く動いていたのを見て、楽しむだけでなく、良い体育祭にしようという皆さんの想いが伝わってきました。

保護者の皆様、地域の皆様、そして先生方、応援や、お手伝いありがとうございました。今日を楽しく過ごすことができたのは皆様のおかげです。これからも全校生徒で皆様に元気を届けていきたいと思っています。生徒の皆さん、今日体育祭で学んだことを活かし、学校生活をより良いものにしていきましょう。

## ◆ ネット・ゲーム依存になっていませんか？

最近、休み時間や登下校の時間に、子どもたちがゲームの話で盛り上がっている姿をよく見かけます。また、睡眠不足が原因で、授業に集中できない生徒や保健室を利用する生徒もいます。「お家の方が就寝した後に、夜遅くまでこっそりとゲームをしていた」という話や「ゲームでつながった知らない人とトラブルになりそうになった」という話も耳にしました。

「ネット依存」や「ゲーム依存」という社会問題が指摘されるようになってから、かなりの年月が経っていますが、これらの依存症は、最近特に中高生に多く、より大きな社会問題となっています。勉強や仕事といった生活面や体や心の健康面などよりもインターネットやゲームを優先してしまい、使う時間や方法を自分でコントロールできない状態が、依存している状態であり、以下のような兆候が見られるそうです。「うちの子にかぎって…」 「うちの子は大丈夫…」などと過信せず、定期的に親子でインターネット利用やゲーム使用のルール、状況などを確認してください。

### ネット依存・ゲーム依存の兆候

- 使用時間がかなり長くなった
- 夜中まで続ける
- 朝起きられない
- ほかにことに興味を示さない
- 絶えずゲームのこと、SNSのことを気にする
- 注意すると激しく怒る
- 使用時間や内容などについてうそをつく
- ゲームへの課金が多くなった
- 暇さえあればすぐにスマホをいじる

基本的なことですが、以下のような改善策が有効とされています。

- インターネット・ゲームに関するルール(時間・場所など)を家族で作ри、家族で守る
- インターネット・ゲーム以外のリアルな生活を充実させる
- インターネット・ゲームの危険性について親子でざっくばらんに話し合う

なお、注意や指摘されても、生活改善がみられず、長期化している場合は「ゲーム障害」が疑われます。ゲームよる問題が発生した場合は医療機関に支援を求めることも重要となります。ゲーム障害の兆候に気づいたり、ゲームによる問題が起きたりした時は、家族だけで解決しようせず、医療機関や外部の方に支援をもとめることが大切だそうです。

<参考> NHK健康c h

「やめられない怖い依存症！ゲーム障害はひきこもりの原因にも 治療法について」  
「ネット依存症とは？健康や社会性への影響、原因、検査、治療法について専門家」  
国立病院機構 久里浜医療センター 院長 樋口 進

## ♣ 7月の予定

- 7月 5日(水) 学園クリーン作戦 \*予備日6日(木)
- 7日(金) 漢字検定
- 15日(土)～17日(月) 県総合体育大会
- 25日(火)～27日(木) 保護者面談(1,2年生)・三者面談(3年生)
- 28日(金) 1学期終業式
- 29日(土)～8月23日(水) 夏季休業(26日間)