



l'existence précède l'essence

(実在は本質に先立つ)

◆終わったあとで「達成感」を感じられる夏休みに◆

明日(7月22日)から8月23日まで、1カ月余りの夏期休業に入ります。登校学習会と夏期課外で全員登校する機会はあるものの、その他は基本的に自分で生活を定めることができます。部活動に入部している人はいつもより長い時間、部活動に取り組むことができます。多くの部で3年生が引退し、1年生も大会等への出場機会が増えているはずで、しっかり技術や体力を身に付けて、秋の新人大会や芸文祭で活躍してください。読書や自分の将来を考えるための時間もあります。10月には来年度の履修登録について考えていくことになります。夏休みを利用して、保護者と自分の将来について話し合う機会を持ってください。

最後に、高校生の本分は学業です。1日3時間の学習時間が確保できるよう、先生方が課題を提示してくださいました。課題は「なにを勉強したらよいかわからない」というみなさんの問題を解決してくれる宝箱です。大切に(主体的に)取り組んでください。

学習、部活動、読書、自分の将来について考えるなど、自分で使うことのできる時間を有効に過ごすことで、8月24日には全員の少し成長した姿を見たいと思います。

◆「充実した夏休み」を拒むもの◆

	家庭で ルールあり	家庭で ルールなし	合計
30分以内	2	2	4
30分～1時間	4	9	13
1時間～2時間	15	32	47
2時間～3時間	24	37	61
3時間～4時間	4	13	17
5時間～6時間	0	2	2
6時間以上	0	2	2

1日のスマホの平均的使用時間

	男	女
ゲーム	8	3
メールやSNS	21	36
音楽	10	16
写真や動画撮影	1	1
電話	0	1
動画視聴	30	10
その他	2	0

スマホの主な使用用途

最近、1年次生の校内でのスマホ使用による指導が多いため、スマホの利用に関するアンケート調査を行いました。それによると、スマホの1日の平均的使用時間を2～3時間と回答した生徒が最多となりました。また主な用途としては、「メールやSNS」「動画視聴」が多かったです。「メールやSNS」はやり取りを終わりにするタイミングが難しく、また「動画視聴」は、AIによって次々に関連した動画が提示されるために視聴してしまうことが考えられます。それによって、主体的にというのではなく、「なんとなく」スマホの使用時間が長時間化してしまうのです。そしてこの状態が「依存」という状態です。

1日の平均的使用時間を2～3時間以上と回答した生徒は、直ちにスマホとの付き合い方を改善する必要があります。

以下は、1年次生が担任の先生に報告したスマホとの付き合い方の例です。

勉強≧スマホ時間×2	スマホ以上に夢中になれるものを見つける
勉強に支配される人間になる	スマホではなく違う自分の趣味を見つける
むやみに個人情報や特定されるものをネットに流さない	親との約束を守る
また、ネット上であってもトラブルを防ぐために相手を敬うようにすること	夜はしっかり寝る

◆8月の予定◆

日	曜	行 事	備考	夏休み 残り日数
1	日			23
2	月			22
3	火			21
4	水	SA先進研究施設訪問	筑波大学へ行けますよ	20
5	木			19
6	金			18
7	土			17
8	日	山の日		16
9	月	振替休日		15
10	火			14
11	水			13
12	木			12
13	金	閉庁日	閉庁日は校舎内へ立ち入り できません	11
14	土	閉庁日		10
15	日	閉庁日		9
16	月			8
17	火	夏期課外(午前)		7
18	水	夏期課外(午前)		6
19	木	夏期課外(午前)		5
20	金	夏期課外(午前)		4
21	土	全統記述模試		3
22	日			2
23	月		夏期休業最終日 明日はスタディサポートがありますね	1
24	火	全校集会 大掃除 服装検査 スタディサポート	昼食が必要です	
25	水			
26	木			
27	金			
28	土			
29	日	オープンスクール		
30	月			
31	火			