

千歳中だより

大切に作る 素直・正直 気づく



令和8年7月16日

No. 4

世田谷区立千歳中学校

校長 和田 祐一郎

SNSの使い方を考える

校長 和田 祐一郎

入学式から3ヶ月が過ぎました。1学期は上級生のリーダーシップやみなさんの協力で落ち着いた学校生活が送れました。また、しっかり学習に取り組める環境が作れました。



先日、スマホ安全教室が行われました。テーマは「ネット依存や、SNSを介したトラブルについて（話し言葉と文章にした言葉の取り違い、悪ふざけの写真投稿など）」でしたね。今回はスマホ等の利用時間について考えてみましょう。

令和7年度「青少年のインターネット利用環境実態調査報告書」より（こども家庭庁）

インターネットの利用内容（スマホ、携帯、PC、学校から配布されたタブレット（抜粋））

人数（1,199人）に対し	動画を見る	検索する	コミュニケーション
パーセンテージ	92.0%	88.8%	77.4%

長時間使用での悪影響は学力に悪影響を与えるという研究結果も出ています。中学生は上記のように「スマートホンは何に利用しているか」では「動画を見る」が最も多く、次に「検索をする」、「投稿やメッセージを交換する」です。今回は第3位の「コミュニケーション」でスマートホンなどを利用したSNSトラブルについて考えたいと思います。本校でもSNSを利用したトラブルが起きています。「あの人がこう言った」、「おもしろいから」などその投稿により、誰かを傷つけてしまうことがありました。同級生を大きく傷つけてしまう投稿は絶対に避けるべきです。

今、社会ではオンラインカジノや闇バイトなど犯罪に直接つながるものがあります。また、多くの人の注目を浴びたくて飲食店などでイタズラ（犯罪）の様子を撮影し、投稿すること。悪ふざけで載せてはいけない画像を手に入れ、インターネット上に公開したなどの犯罪や非行が起きています。また自宅の写真を載せた結果、自宅の住所が画像から知られ、不審者につけられた事例もあります。生徒の皆さん、SNSの利用について改めて考えてください。SNSは公共の場と考えるべきで、使用する時はマナーを守り、誰もが傷つかず、傷つけられないよう配慮してください。



皆さんに夏休みに入るこの時期に考えてほしいことがあります。携帯やスマホは保護者が皆さんに貸し与えてくれたものです。使い方には十分家族でルールを話し合い、ルールを守りましょう。保護者の皆様におかれましてはその管理と指導をよろしくお願いします。

そして、夏休みに入り自転車に乗る機会が増えると思いますが、自転車事故の件数が前年度より増加傾向にあります。自転車と自動車の事故が最も多くなっていて、出会い頭で衝突する事故が多く発生しています。4月から道路交通法の改正により、自転車の青切符が導入されました。また、ヘルメットの着用も推奨されています。必ず安全確認や一時停止をし、交通ルールを守り、安全に自転車に乗りましょう。



1学期、保護者の皆様にはPTA活動を通してご支援いただきまして感謝いたします。夏休み中は生活リズムが崩れやすいので、お子さまの健康と安全の見守りをお願いいたします。9月1日（火）に生徒全員の元気な姿が見られることを期待しています。

■□■夏季休業中の学校への連絡について■□■

○学校休業中 8月12日（水曜）～18日（火曜）の緊急連絡について

学校休業期間中に緊急に電話連絡が必要な場合は、下記連絡先までご連絡をお願いいたします。

【緊急時の連絡先】

世田谷区教育委員会 教育総務課調整係

世田谷区役所 区役所東棟6階 03-5432-2652（直通）

スマホ安全教室を通して学んだこと

2年F組

僕がスマホ安全教室を通して学んだことは、SNSを使う時は、自分が思ったことをすぐ書きこんだり、上げたりするのではなく、この内容を書くことによって、だれか悲しくなったり、いやな気持ちになったりしていないかを考えることはもちろん、自分も本当に楽しむことができたり、うれしい気持ちになれるかをよく考えることも必要だということがわかりました。それに、友達との大切な時間をなくしてしまっていないかをよく考えることも、自分のことを考えるくらい大事だということもわかりました。もし僕が何かSNSを使う時が来たら、他の人のことも、自分のことも、友達のことも考えて使いたいと思いました。みなさんも気を付けましょう。



学校運営協議会に参加して

生徒会代表 3年B組

学校運営協議会に参加し、生徒の立場から学校生活について話す貴重な機会となりました。最初は緊張していましたが、地域の方々が温かく接してくださり、安心して質問に答えることができました。

協議会では、学校の様子や、小学校から中学校へ進学して大変だったこと、学校のきまりについてなど、さまざまな質問を受けました。普段の学校生活や自分たちの考えを伝えることで、地域の方々に生徒の視点を知っていただくことができたと思います。また、地域の方々が私たちの話を真剣に聞き、一つ一つの答えに耳を傾けてくださったことが印象に残りました。

今回の経験を通して、さまざまな立場の方と意見を交わすことの大切さを学びました。今後は生徒会活動を通して、地域の方と連携していきたいと思っています。



河口湖移動教室を終えて

1年G組

あっという間に1年生の大きなイベント、河口湖移動教室が終了してしまいました。

親から遠く離れた場所で生活する移動教室は、1学年みんなにとってとても新鮮であり、楽しいという気持ちより大変という気持ちが勝るようなものでもあったと思います。

それでも僕たちは、事前に実行委員などを中心にして努力し、宿舎の方々の協力によって移動教室を成功させようと努力してきた1学年の皆さん、協力してくれた宿舎の方々にとても感謝しています。

そして、1学年の皆さんは、移動教室でたくさんのことを知り、たくさん成長したと思います。そのため、これからの生活に発見、成長したことを生かせるように何を知って、何を発見したかをもう一度思い出してほしいと思います。



夏休みの生活について

生徒支援部主任 小瀬村 雄一

夏休みは「生活リズムの乱れ」「SNSなどのトラブル」に特に注意して生活しましょう。

長期休みの間は比較的自由な時間が増えるため、生活リズムが乱れやすくなります。次の日に予定がないからと言って夜遅くまでゲームやマンガ、動画視聴などに没頭してしまったり、外は暑いからと言って家の中でダラダラと過ごしてしまったりすると健康に害を及ぼすだけでなく、生活リズムが崩れるきっかけとなってしまう。一度崩れた生活リズムを再び形成するには1カ月から3カ月かかると言われています。2学期が始まるとすぐに考査や行事なども予定されていますので生活リズムを乱さないように意識して生活しましょう。

また、SNSなどを介したトラブルにも注意をしてください。友人間のやりとりで誰かが傷つくようなことを言わない、書かない、個人の情報（写真や動画など）を送らない、投稿しないなどの基本的なことを守りましょう。それから、デジタル庁が注意を促している「なりすまし（偽アカウント）や偽サイト、偽アプリなどの偽の情報」にも注意をしましょう。SNS上の情報に惑わされずに目の前にいる周りの人、自分自身を大切にしてください。

もしも、困ったこと、不安なことがあれば早めに周囲に相談してください。



スクールカウンセラー出勤予定日

※千歳中相談室直通電話

(3300) 7321

杉本 尚子

庄司 亜弓

麻生奈央子

9/7(月)9/14(月)9/26(土)9/28(月)

9/1(火)9/8(火)9/15(火)9/29(火)

9/3(木)9/10(木)9/17(木)9/24(木)