研修委員会だより

がんばったね！

早寝・早起き・朝ごはん

親子ふれあい週間　　アンケートレポート

平成２４年４月１７日　福岡市ＰＴＡ協議会会長 正田敏明　研修委員会委員長 金子龍昇

『親子ふれあい週間』アンケートへのご協力ありがとうございました！

毎年2回行われている親子ふれあい週間、『早寝・早起き・朝ごはん』のアンケート！本年度も各校PTAのご協力のもと、無事終了する事が出来ました。

このアンケートは、親子で生活習慣について話をするきっかけになればと、福岡市全体の小・中・特別支援学校で実施しています。他にも、各校PTA独自の取り組みを実施している学校や、小中連携して生活習慣の改善を目的に企画され実施している学校も増加しています。

今回の研修委員会だよりでは、南区の三宅中学校区内において小中連携で取り組まれているノーメディア＆標語コンテストをご紹介いたします。この記事が、各校PTAの親子ふれあい活動に何らかの刺激となり、より活発な取組みへの参考となれば幸いです。

また、本年度をもって閉校し、平成27年度より小中連携学校として新設されます現美野島小学校のインタビューも掲載しております。

子どもの睡眠時間の確保が、健全な体を作ります！

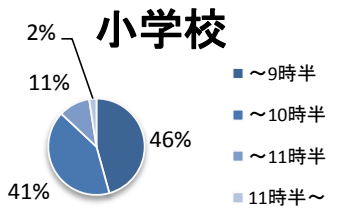
本年度2回実施いたしました早寝・早起き・朝ごはんアンケートの結果は下表のようになっています。 前回に比べると若干、起床時刻も就寝時刻も遅くなっているようでした。 集計したアンケート結果は良くないのですが、各家庭では、変わらぬ生活リズムで早寝、早起きを心がけ生活をしている事と思います。

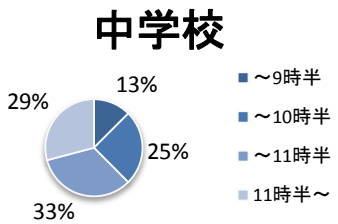
会員皆様からのコメントで早寝が出来ない原因の一つに「家庭の事情により早寝が出来なかった」という意見が目立ちました。しかし、子どもの睡眠時間は、低学年で最低10時間、高学年でも8時間以上が健全育成には必要だといわれています。

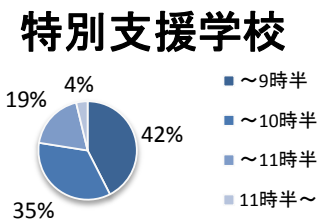
ご家庭により生活リズムは様々だと思います。しかし学力の向上、健全な精神の育成、成長の促進には、早寝・早起き・朝ごはんは非常に大切です。「愛してやまないわが子」のために私たち保護者が出来ることは、あと一歩の努力ではないでしょうか？

研修委員会では日頃、なかなか直接お話を聞く事が出来ない著名人を講師に迎えて講演会をしたり、研修委員会だよりにて、生活リズム改善に日々活動されている学校を今後も紹介してまいります。来年度も研修員会の活動にご協力とご理解を頂きます様何卒よろしくお願いいたします。

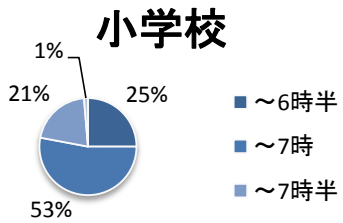
就寝時刻

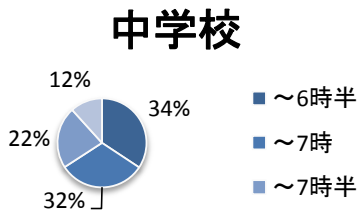


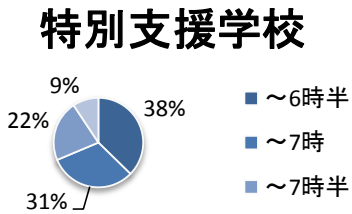




起床時刻







しっかり食べよう！朝ごはん♪

たまごはん焼き

材料（1人分）　ご飯(冷ご飯OK！)…茶碗一杯
卵…1個
ちりめんじゃこ…大さじ1しょうゆ…少々
ねぎ…少々

① ボールに卵を割り入れ、よく溶きほぐします。
② ①に材料を全部入れて、よくかき混ぜます。
③ フライパンに火をかけ、油を引き、②を二等分して、薄く丸い形に整え、フタをして弱火で焼きます。
④ こげめがついたら、ひっくり返して、もう一度焼きましょう。
⑤ 仕上げに、ハケでしょうゆを塗って完成です！

※二枚を重ねて、間にスライスチーズとサラダ菜をはさんでも、ライスバーガーのようでグッドです。

パンが無かった時の簡単朝食！ブリトー♪

お好み焼きのような、ピザのようなもっちりした食感です♪パンを焼いて食べるより早く作れるかも！？

材料（25cmフライパン　3枚分）

水	1カップ	薄力粉	1カップ
ハム	3枚	とろけるチーズ	3枚
		マヨネーズ	少々
		ケチャップ	（お好みで）

① 薄力粉を水で溶き、ホットケーキを作る時の様なかたさにします。
② フライパンにマヨネーズを油代わりに小さじ1程かけ伸ばす。
ハムをのせ、生地を上から流し込み焼き色が付くまで焼きひっくり返す。
③ とろけるチーズをのせ、片面も焼き色が付いたら半分に折って出来上がりです♪
※ ソーセージ、とろけるチーズ、ケチャップ、マヨネーズ、マスタードで ドッグパンにしても♪

納豆トースト

材料:　納豆1パック、食パン1枚、スライスチーズ1枚、
（玉ねぎ・ピーマン・ミニトマト・マヨネーズ)適量

① 玉ねぎ薄切り、ピーマン輪切り、プチトマト半分、チーズ4等分に切る

② 食パンを4つにカットし、玉ねぎ、チーズ、納豆、ピーマン、ミニトマトの順にトッピングしマヨネーズをかけ、オープントースターで焼く

小中連携！　三宅中・三宅小・野多目小 三校合同の取組みを取材しました

Q1：まず第一に、今回ノーメディアへの取り組みを実施しようと思われたきっかけを教えてください。

A1：三宅中学校三校連絡協議会（三宅中・三宅小・野多目小）では、輪番で担当校を決め、標語や三校での取り組み等を行っています。
今年度担当校の野多目小の提案で、最近の子どもたちのメディア依存症を調整し、親子で考えるきっかけ作りを目的にメディアの取り組みをおこないました。

Q2：なるほど！もともと三校での取組が出来る基盤があったわけですね！結果はどうでしたか？

A2：アンケートの原案に思った以上に時間を費やしたため11月開始なりました。
しかしノーメディアの日を決めた事により小学生は会話が増えた等の声もあり、良いきっかけづくりにはなったと思います。
中学生は、TV・DVDといったものよりPC（インターネット）携帯電話など情報収集にメディアを使用している為、時間的制約を考えるよりも使い方や使う場所（リビングにPCをおいて内容を確認できるようにする）を考えたほうが良いのではという声もありました。

Q3：保護者及び子ども達の反応は如何でしたか？

A3：メディアへの接触時間は、三割程度は減ったという回答を頂いた程度でした。
中学校のご家庭では、子どもの方が、メディア（情報機器）への接触が早く保護者がもっと学ばないといけないという声がありました。
子ども達の意見の中には「目が疲れにくくなった」「会話が増えた」という意見もありました。

Q4：最後に、先ほど三校で標語キャンペーンを 実施していると言われてましたが、どのような内容なのか教えてください。

A4：今から十数年前から、三校連絡協議会で決定し始まったのですがその年その年テーマを決め子ども達に考えてもらいます。
三宅中学校では集めた標語を国語科の先生が集まりかなり厳正に審査しています。
また、各校参加してくれた子ども達に文具などを参加賞として渡し、優秀賞、最優秀賞を受賞した子ども達に賞状や景品を渡しております。
年々標語のレベルも上がっており、考える力、表現する力が向上していると感じています。

研修委員：本格的に行っているのですね。そしてレベルが上がってきている事は素晴らしいと思います。出来れば市P協が行っている「いじめ防止」の標語募集への参加もよろしくお願いします。

三校で毎年テーマを決め
子ども達に標語を募集し
コンテストを実施！
三校で最優秀作品賞を決定！

健康な心身と豊かな人間性に支えられた、たくましい実践力をもつ子どもを育てる！
美野島小学校

美野島小学校では昭和32年４月住吉小学校から分離開校間もない昭和４０年頃より、基本的な生活習慣の定着を目的とし、給食後、昼休み時間内の歯磨き運動を全校あげて推進・継続してこられました。

この活動を通し、学校とPTAとが目的を共有し、基本的な生活リズムの定着に効果をあげてこられました。

また、歯磨きは食育の原点と云う側面からも今後の取り組みへの価値づけにも深みをつけているところで、学校・保護者・地域とが様々な側面で協力し合える環境も整っているようです。

地域の教育力をあげるため地域素材を活かした教育活動も活発に実施されています。

しかし、校舎の老朽化、住吉小学校の小規模化、校舎老朽化、住吉中学校が南区にあることから、それぞれの課題を解決するために、美野島小学校は平成24年３月に５５年の歴史に幕をおとし、新たに平成27年度に施設一体型の小中連携教育校として住吉小中学校とし誕生します。

伝統に受け継がれる思いは新たな息吹となり、受け継がれてゆく事と思います。

中１ギャップを解消するために　―福岡市小中連携教育推進事業について―

１　中１ギャップの背景

小学校と中学校の間には、学習内容、学級担任制と教科担任制における教師との人間関 係等、部活動、上級生との人間関係等において、これまでにない生活環境の大きな変化が 存在し、変化に順応できる子どもと、できない子どもが顕著になってあらわれてきている。

〔中１ギャップが起きる具体的な背景〕

- 複数の小学校から1つの中学校へ進学 ・小中の校種毎の学校文化の違い（教師の学力観や評価観、生徒指導観）
- 学級担任制から教科担任制へ
- 指導方法の変化（授業のスピードの速さ、分厚い教科書）
- テスト範囲が広くなる（単元別評価の積み重ね→複数単元の評価）
- 思春期における新しい人間関係 ・部活動や上級生との人間関係

２　小中連携教育とは

義務教育９か年を見通した教育活動や進路指導の充実、小学校高学年から中学校への滑らかな接続、児童生徒の交流によるよりよい人間関係の形成などを目指すものである。教育効果としては、中学校生活への不安 がなくなるなど、不登校の減少や生徒指導上の課題解決につながるとともに、９か年を見通した教育活動や進路指導を 行うことにより、基礎基本の確実な定着を図り、学力向上にもつながるものと考える。

市P協 研修委員会委員

金子龍昇・村中誓司・天野好輝・緒方淳一・川口三代次・松本　史・野村正一郎・栄野広和・堀川尚子・植田美之
小田由美子・橋本直美・山本ゆかり・井手千亜紀・原岡　豊・御厨正治・吉田正樹・簑田　輝・西村光正