



川北中学校 学校だより

# キラリ☆ 川北中



令和6年6月28日  
校長 沖田 尚

## 自分の生活を振り返ってみよう

先日の生徒集会では、自分たちの生活を振り返ってみようという呼びかけが生徒会執行部からありました。きっかけは、生徒会が先日行った「SNSに関するアンケート」の中の「平日どのくらいゲームやスマホなどスマートデバイスを使っていますか」の項目についてです。なんと、「川北中のインターネット4か条の平日1時間までに抑える」を守っていた人は、全校生徒の約15%しかいなかったという結果でした。



この結果から、自分の家へ帰ってからの生活リズムをもう一度考えてみようということに

なったようです。生徒会役員からは、スマートデバイスを使いすぎることの弊害や悪影響（スマートデバイス認知症やスマートデバイス依存症、ドライアイなど）について説明がありました。時間の3点固定や中学生の睡眠時間の話題も出され、自分のスマートデバイスの使い方や生活リズムについて考えるよい機会となりました。この先、インターネット4か条の見直しなどにつながるとよいですね。



### —時間の3点固定—

- 朝起きる時間
- 勉強を始める時間
- 夜寝る時間

## 祈 健闘 県大会に出場する選手の皆さん

生徒集会では、加賀地区体育大会などの表彰伝達と県大会出場の紹介がありました。各部の代表からは、県大会に向けての抱負が語られました。選手の皆さん、がんばって下さい。

### ●大会入賞●

- ・陸上部（能美大会） 男子総合2位 男女個人入賞多数
- ・相撲部（能美大会） 2年個人 優勝 奈良崎英仁
- ・剣道部（能美大会） 男子団体優勝 女子団体優勝 男女個人入賞多数
- ・バレーボール部（加賀地区）女子2位 ・野球部（加賀地区）ブロック優勝
- ・卓球川北クラブ（加賀地区）男子団体優勝 女子団体優勝 男子個人2位 館 恭佑

### ●県大会出場部活動●

陸上部、野球部、バレーボール部、ソフトボール部、剣道部、卓球川北クラブ