

Serendipity

(セレンディピティ)

1年学年だより

2016, 9, 1

石川県立小松明峰高等学校

第1学年発行 No. 10

スマホの使い過ぎで記憶が消える！？

夏休みに行われたリオ・オリンピックでは多くの日本選手の活躍に、日本中が感動しました。皆さんはどの競技に関心を持ちましたか？

明峰祭も終わり、2学期の通常の学校生活が始まります。充実した2学期にしてください。

さて、『アクタス』8月号に次のような記事がありました。

「スマホの使い過ぎで記憶が消える！？」

東北大学の川島隆太教授の研究によるとスマホを使うことでせつかく脳に記憶された学習内容が消えてしまうというのです。教授の実験によると、平日30分未満しか勉強しない生徒（中学生）のうち、スマホを使わない生徒の数学の平均点が61点だったのに対して、スマホを3時間以上使う生徒の平均点は50点を下回ったというのです。1時間未満のスマホ利用ではさほど成績に悪影響は出ませんが、1時間を超えたあたりから全教科で加速度的に平均点が下がることが明確になったそうです。

また、教授はこんな実験も行っています。単語の意味調べをするとき、紙の辞書を使った場合は思考を司る脳の前頭葉が活性化したのに対して、スマホの検索機能を使った場合は逆に前頭葉の血流が減少し、脳の働きにブレーキがかかることが判明したのです。脳の血流はリラックスすると低下するようです。つまりスマホを使用して勉強しても、脳はリラックスしたままです。全然活性化していないようなのです。テレビの視聴やテレビゲームを続けたときも前頭葉の働きは抑制されることがわかっていますが、教授は「スマホの長時間使用はよりひどい影響がある。」と話しています。

以前からお願いしていることですが、「午後9時以降はスマホを手放す」、「充電は自室ではなくリビングで行う」など、ご家庭で最低限のルールを作り、そして守っていかねばならないと思います。まずは大人が（親が）スマホとにらめっこするのではなく、子どもといるときは会話をするようにしませんか。スマホに振り回されるよりも有意義な時間を作ってあげるのも大人の（親の）すべきことだと思います。

最後に、川島教授は子どもたちがスマホ漬けになっている現状をこのようにとらえています。

「このままではこの国がダメになるという危機感すら覚えます。」

◎9月行事予定

【1年生保護者コース・進路説明会】

9月24日(土)13:30～ 本校第1体育館

保護者対象の説明会です。

科目選択・進路指導・生徒指導及び外部講師による講演会を予定しております。

ご都合がよろしければ、是非ご出席下さい。

【新人大会（前期）】

9月15日(木)～18日(日)

テニス部・ボート部等の屋外競技を中心に行われます。

【土曜補習】

9月10日(土)・24日(土)午前

国語・数学・英語の3教科の補習授業を行います。

【グッドマナーキャンペーン及び第2回自転車乗車マナー一斉指導】

9月23日(金)～29日(木) 7:45～8:15

グッドマナーキャンペーン 校門前・駐輪場

9月23日(金) 7:45～8:15

自転車乗車一斉指導 学校近辺

朝の挨拶及び自転車乗車マナーに注意してください。

◎9月授業予定

金曜日7限 LH

【コース・科目説明会】

9月9日(金)

生徒対象の2・3年次における文理コースの説明です。

将来にもかかわる大事な選択に関わる内容です。

【進路講演会】

9月23日(金)

進路等に関する外部講師による講演会です。

火曜日7限 総合

【職場探訪報告会】

9月6日(火)

7月27日(水)・28日(木)に実施された職場探訪の報告会を各教室で行います。

【1・2年探究型学習Ⅰ】

9月13日(火)6・7限

1・2Hが2年生のアドバンストクラスと合同で課題学習を行います。テーマは「新聞紙タワー～高さへの挑戦～」です。

【非行防止教室】

9月27日(火)

学校指導課及び小松警察署の方々からの講演を行います。

9月	
日	曜
1	木
2	金
3	土
4	日
5	月
6	火
7	水
8	木
9	金
10	土
11	日
12	月
13	火
14	水
15	木
16	金
17	土
18	日
19	月
20	火
21	水
22	木
23	金
24	土
25	日
26	月
27	火
28	水
29	木
30	金

《文理選択確定期①》

◆夏休み後、生活スタイルの切り替えを行う。
◆入試の仕組みを理解し、文理選択に必要な情報の収集を行う。進路希望調査・面談を通して目標となる志望校を考える。
◆9/24(土)保護者対象のコース・進路説明会が行われます。親子で将来について話し合ってください。

◎アルバム

【8/27(土)文化祭初日・合唱コンクール】



写真 順に
11H 12H
13H 14H
15H 16H
17H

練習期間が1週間と短い中、どのクラスも創意工夫を凝らしながら美しいハーモニーを奏でていました。

審査結果

最優秀賞

1 2 H

優秀賞

1 5 H

学年日より 次号以降に文化祭2日目・体育祭の写真を掲載します。