



精神一到

校訓
自主創造友愛

～限界突破を目指して～

佐世保市立世知原中学校 学校だより 第16号

令和5年12月11日(月) 校長 野口 昌宏

世知原中HP



節目を大切に！今年のもつめなどをしっかりさせたいですね。

スクールカウンセラーのお話 「学校保健委員会だより」でも紹介しています。

ドーパミン的幸せについて・・・つらい、苦しいことを乗り越える時に、「ドーパミン」が脳から出て、次の「やる気」につながる。その経験を通して、心が成長していく。

「自分の心は自分で成長させる」と決めさせ、今よりちょっとだけ頑張らせることが大切。

3日→3週間→3か月と続けば、それが習慣（普通）になる。

ゲーム、YouTube、SNSは、ドーパミンを一気に出すが、長時間やるとドーパミンが消え、「もっとくれ」になってしまう。「約束ごと」が必要。

(11/22 世知原小5・6年生、世知原中1年生、保護者様対象 学校保健委員会講話より)

ドーパミンとは、空腹が満たされたり、何かを達成した時などに出る神経伝達物質ですが、いわゆる依存症に関係すると考えられています。この先生のお話を聞きながら、先日の「携帯電話の利用状況調査」の結果が、ますます気になってきましたので、お知らせします。

自分用の携帯電話を持っている生徒は、学年が上がるほど多くなっていました。携帯電話を持たせられているご家庭では、今一度、約束ごとなどの必要を感じました。

- ・「毎日3時間以上、携帯電話を使用している」が、15%もいました。
- ・「フィルタリング」や「ペアレンタルコントロール」を利用しているは、「利用している」が27%、「利用していない」が24%、「わからない」が49%でした。
- ・「自分の個人情報や写真などを無断で流された。」という回答もありました。

ながさき基準



インターネット・SNSの普及とともに、夜更かし、授業中の居眠り、食欲不振などが、多くなってきたと感じています。子ども達の心と体の健全な成長のためにも、冬休みを前に、フィルタリング・ペアレンタルコントロールの活用等の設定や家庭のルールづくりなどを、ぜひお願いいたします。

いろいろと
学んでいます！

11/29(水) 3年生 薬物乱用防止教室
講師 学校薬剤師

「断る勇気を！まず大切なのは、誘われない自分になること。」

裏面に続きます

12/4（月）不審者対応の避難訓練
講師 長崎県警スクールサポーター

不審者が学校に侵入したときに、安全な行動がとれるように、対応や避難の仕方を確認しました。訓練後は教職員に対して、さすまたの使い方などの実演指導もいただきました。



スポーツ・文化とともに活躍 表彰されています！

世知原地区青少年健全育成会 交通安全ポスターコンクール

最優秀賞 1年生女子

優秀賞 3年生男子

佳作 1年生男子

佳作 1年生女子



薬物乱用防止推進ポスター

最優秀賞（佐世保市薬剤師会長賞） 1年生女子

11/26(日) 長崎県中学校新人大会 空手道競技

2年男子個人形 優勝 及び 2年男子個人組手 第3位

2年生男子 ※3月の全国空手道選抜大会出場権獲得

11/26(日) 長崎県中学校新人大会 柔道競技

2年女子個人体重別 第2位 2年生女子

※1月の九州選抜大会長崎県予選会、
2月の中学生アスリート強化事業の出場権獲得

愛鳥週間用ポスター原画コンクール長崎県審査

佳作 1年生女子



佐世保市教育会主催 子ども俳句大会

佳作 3年生男子 「風鈴や 京の街中 鳴り渡る」

中学生美術作品 第69回「子ども県展」入選

1年生 4名入選

世知原っ子♪ 集まれ

餅つき&門松づくり 12/17(日)9時~

【主催】世知原地区青少年健全育成会

【共催】世知原地区自治協議会 【協力】世知原地区コミュニティセンター

【場所】世知原小学校 運動場 【持ち物】タオル・水筒

大切にしたい冬の伝統行事です。中学生、保護者の皆さん、ふるって参加ください。



※先日のご案内の通り12/15(金)1、3年授業参観(13:20~)、2年株主総会(14:20~)、懇談会よろしく申し上げます。