

千川中学校だより

12月号 平成26年12月4日(木)

生活習慣を整えよう

4月に行った体力テストの結果を東京都及び全国で集計した「体力・運動能力調査」の質問紙調査の結果が公表されました。この中で生徒の生活習慣が分かるのが、「朝食の有無」「1日の睡眠時間」「1日の携帯電話、スマートフォン、携帯型ゲーム機等の使用時間」の質問への回答状況です。千川中の生徒は特に男子で睡眠時間が少ない生徒が全国や区全体よりも多くなっています。その原因の1つとして考えられる「携帯電話やスマートフォン等の利用時間」も学年によっては全国や区全体に比べて長く、朝食も「ときどき食べる」や「食べない」といった生徒がかなりいます。これらの結果をもとに、もう一度自分の生活習慣を見直してみましょ。生活習慣を整えることで、精神的にも安定してきますし、学習や学校生活への意欲も湧いてきます。ぜひ、ご家庭でもご協力をお願いいたします。

<男子>

○1日の睡眠時間 ()内は全国、[]内は区全体

	1年	2年	3年
6時間未満 %	14.7 (6.6) [8.5]	19.0 (9.6) [11.0]	22.4 (13.3) [12.6]
6～8時間 %	58.8 (54.4) [58.0]	59.5 (64.5) [65.1]	71.4 (71.7) [73.7]
8時間以上 %	26.5 (39.0) [33.5]	21.4 (25.9) [23.8]	6.1 (15.0) [13.7]

○1日の携帯電話やスマートフォン等の利用時間 ()内は全国、[]内は区全体

	1年	2年	3年
1時間未満 %	28.6 (37.4) [32.2]	31.7 (28.5) [29.6]	26.5 (27.3) [26.5]
1～2時間 %	34.3 (28.8) [27.2]	22.2 (29.4) [24.7]	14.3 (30.9) [30.3]
2～3時間 %	20.2 (16.0) [18.9]	12.2 (19.4) [20.9]	32.7 (19.6) [23.1]
3時間以上 %	17.1 (17.8) [21.7]	34.1 (22.6) [24.7]	26.5 (22.2) [20.2]

○朝食の有無 ()内は全国、[]内は区全体

	1年	2年	3年
毎日食べる %	91.4 (87.6) [83.3]	73.8 (85.5) [81.5]	79.6 (83.8) [80.9]
ときどき食べる %	5.7 (10.7) [15.0]	19.0 (11.8) [14.1]	18.4 (12.7) [13.9]
食べない %	2.9 (1.7) [1.7]	7.1 (2.7) [4.4]	2.0 (3.5) [5.2]

<女子>

○1日の睡眠時間 ()内は全国、[]内は区全体

	1年	2年	3年
6時間未満 %	7.7 (6.3) [6.9]	15.8 (11.0) [10.8]	15.2 (16.3) [13.9]
6～8時間 %	59.0 (58.3) [62.3]	68.4 (68.8) [74.3]	80.4 (71.9) [72.8]
8時間以上 %	33.3 (35.4) [30.8]	15.8 (20.1) [14.8]	4.3 (11.8) [13.2]

○1日の携帯電話やスマートフォン等の利用時間 ()内は全国、[]内は区全体

	1年	2年	3年
1時間未満 %	35.1 (40.7) [36.3]	26.3 (29.9) [28.0]	32.6 (29.1) [29.9]
1～2時間 %	35.1 (26.7) [27.6]	42.1 (26.3) [26.1]	21.7 (27.5) [29.9]
2～3時間 %	10.8 (15.0) [19.4]	5.3 (18.8) [24.0]	15.2 (19.5) [17.8]
3時間以上 %	18.9 (17.6) [16.7]	26.3 (25.0) [21.9]	30.4 (23.9) [22.4]

○朝食の有無 ()内は全国、[]内は区全体

	1年	2年	3年
毎日食べる %	84.6 (88.1) [83.2]	78.9 (85.6) [80.2]	80.4 (84.3) [81.5]
ときどき食べる %	12.8 (10.5) [15.3]	21.1 (12.4) [17.9]	15.2 (13.4) [15.6]
食べない %	2.6 (1.4) [1.5]	0.0 (2.0) [1.8]	4.3 (2.3) [2.9]

1月の土曜公開授業日に「課題別学習教室」を1・2年生で開催

今年度2回目の「課題別学習教室」を今度は1、2年生を対象に1月17日の土曜授業公開日に開催します。今回は、ガンやインフルエンザ等の健康に関する講座や環境・エネルギーに関する講座、経済に関する講座などを予定しています。千川中では生徒の皆さんに、社会の各分野で仕事をされている方から直接お話をうかがうことで、世の中の動きに関心を持ち、将来の学びにつなげて欲しいと思っています。3学期の最初に、自分の興味・関心に応じて第4希望まで指定してもらい、人数調整をして受講講座を決定します。

当日は公開授業日ですので、ぜひ保護者の方も生徒と一緒に話を聞いていただければと思います。詳しくは3学期に通知を出しますのでそちらでご確認ください。



12月4日(木)～10日(水)は人権週間です

国際連合は、1948年(昭和23年)12月10日の第3回総会において、世界における自由、正義及び平和の基礎である基本的人権を確保するため、全ての人民と全ての国とが達成すべき共通の基準として、**世界人権宣言**を採択しました。日本では、法務省と全国人権擁護委員連合会が、同宣言が採択されたことを記念して、1949年(昭和24年)から毎年12月10日を最終日とする1週間を、「人権週間」と定めており、その期間中、世界人権宣言の趣旨及びその重要性を広く国民に訴えかけるとともに、人権尊重思想の普及高揚を図るためテレビ・ラジオなど各種のマスメディアを利用した集中的な啓発活動を行っています。今年度の啓発活動重点目標は「**みんなで築こう 人権の世紀 ～考えよう 相手の気持ち 育てよう 思いやりの心～**」です。皆さんの身近な人権問題としては「いじめ」の問題があります。この機会に一人一人が人権を尊重することの重要性を正しく認識し、相手の気持ちを考えることや思いやることの大切さを再確認して、お互いに気持ちよく暮らせる平和で豊かな社会の実現に向けて努力しましょう。

「人権の世紀」と言われる二十一世紀に入って既に十年以上が過ぎた。正義を重んじ、公正、公平で差別や偏見のない社会を目指して社会全体で様々な取組が行われている。しかし、現実には、依然として、差別や偏見を受け、苦しんでいる人たちがいる。こうした差別や偏見に対し、社会を構成する私たち一人一人が断固として立ち向かわなくてはならない。私たちの学校でも起こりうる「いじめ」も正義に対する卑怯な行為である。私たちの力で、いじめや差別のない社会を実現するために、どうしていけばよいだろうか。

「私たちの道徳」より



生徒の活躍

- 全国中学生人権作文コンテスト東京都大会 奨励賞 3年 ** **
- 東京都読書感想文コンクール(豊島区より4作品を推薦) 佳作 3年 ** **
- 平成26年度 中学生の「税についての作文」入選 豊島都税事務所長賞 3年 ** **
- 豊島納税貯蓄組合連合会 優秀賞 3年 ** **
- バドミントン部 秋季Bブロック大会ダブルス 第5位 ** **・** ** (2年) 東京都秋季バドミントン大会出場