



# 柏葉



学校だより 第19号  
令和7年9月19日(金)  
福島県白河市立東北中学校  
発行責任者 校長 邊見 浩  
「自分の未来を切り拓け！」

## ゲストティーチャーによる講演

今年度も昨年に引き続き、生徒一人一人の「夢」の実現に向けて、『「聴く力」と「伝える力」が身に付くように』をテーマに、いろいろな活動の場面で取り組んでいます。去る9月18日(木)には、絵本作家の松本春野さんをゲストティーチャーとしてお招きして、講演とワークショップを行いました。

第1部では、絵本『トットちゃんの15つぶのいず』と一緒に読み解き、作者の想いについて考えました。第2部では、ワークショップ『「想像力と創造力」絵と言葉でコミュニケーションをとろう！』をテーマに「自分の想い」をどのように表現し、伝えればよいのかをワークショップを通して考え、言葉だけでない表現の仕方、コミュニケーションの取り方について学びました。素晴らしい講演とワークショップ、ありがとうございました。



生徒の皆さんの真剣な取組に感激です！！

## 3年生家庭科 保育実習

9月17日(水)に3年生家庭科の授業の一環として、大沼幼稚園へ保育実習に行ってきました。

生徒たちは、3歳児、4歳児、5歳児のクラスに分かれ、かわいい園児と楽しい一時を過ごしました。

今回は、家庭科の授業で制作したフェルトの絵本を読み聞かせするなど、工夫を凝らした内容となり、園児の皆さんに喜んでいただけました。幼稚園の職員、園児のみなさん、ありがとうございました。



## 近視を防ぐために！！

9月16日(火)の放課後に『健康課題解決に向けて！！』と題して、今回は近視について話をしました。本校生徒は、裸眼視力1.0未満の生徒が56.5%(内29.1%が0.3未満)です。原因としては、スマホ等によるネットの利用時間が原因にあげられています。本校生徒も平日平均、2時間以上利用の生徒の割合が49.5%にのぼり心配です。スマホは、非常に便利で生活にも役立っていますが、使い方しだいでは、犯罪に巻き込まれたり、いじめなどのトラブルにも発展します。健康面においても脳に悪影響を与えたり、今回話題にした視力低下や斜視、睡眠にも影響を及ぼします。以下のことについて、ご家庭でも心掛けてみてください。また、毎週水曜日はメディアコントロールデーです。ぜひ、SNS等のメディアから離れた時間を過ごせるとよいです。

### 近視を防ぐための生活習慣は？

- ・外で過ごす時間を増やす
- ・近い所を見る作業で注意！
- ①対象から30センチ以上、目を離す
- ②30分に1回は20秒以上目を休める
- ③背筋を伸ばし、姿勢をよくする
- ④部屋を十分に明るくする
- ⑤使う機器の明るさを適切に調整する

