

# ほけんだより

令和8年2月20日 かもと稲田支援学校 小・中学部

## 保健目標 体を動かして元気に過ごそう



とても寒い日が続きましたね。そのような中、体じゅう実  
WE E Kをきっかけに、小学部では運動場でのランニングなど朝の運動  
を毎日続けているクラスが多くあります。楽しく体力づくりができ、病気  
にもなりにくくなるのでとてもいいことだと思います。

ちゅうがくぶ しょくぎょう かにい  
小学部 職業・家庭

## タブレットを味方にしよう



ちゅうがくぶせいと かんそうしょうかい  
【小学部生徒の感想紹介】

ネットは自分の知らないところで色々  
な人とつながっていて、ビックリした。



きゅうじつ じゅうじかん すべ  
休日の自由時間は全てゲームだった。  
10時間はさすがに多いと思った。

小学部では、平日（学校のある  
日）と休日（お休みの日）の生活  
で、どのくらいタブレットやゲー  
ム機などを使える自由時間がある  
か振り返りました。

『タブレットにあやつられてい  
ませんか?』という問いかけに、



ハツとした顔をした  
人がいました。タブ  
レットが自分にとっ  
て味方になるように  
考えてみましょう。

## 小・中学部合同 ICT座談会

ほごしやたいしょう  
保護者対象



ごとうせんせい  
後藤先生

2月6日（金）の授業参観後に、中学部主事の後藤先生  
が講師となり、保護者の皆さんとICTとの向き合い方  
について一緒に考える「ICT座談会」がありました。



一番話が盛り上がっていた  
のは、家での約束についてでし  
た。皆さんは家でどのような  
約束をしていますか？お家の人  
と確認してみてください。

## 保護者の皆様へ【後藤先生より】

### 【家での約束づくりのポイント】

- ①親子で一緒に話し合って決める →成長に合わせて見直す
- ②具体的な内容にする →「使う場所」は納得しやすい
- ③約束が守られたことを評価する →具体的に褒めると◎



今の子どもたちは、私たち大人と違い、幼少期からインターネット  
やスマホが日常にある環境で育った「デジタルネイティブ世代」。  
デジタル機器は当たり前存在します。一番目にしているのは、親が  
スマホを操作する場面でしょう。ただ、スマホやゲーム機との向き合  
い方を学ぶ機会は意外と少なく、先にある時間や制約などのルール  
に、納得できていない子も多いでしょう。学校ではタブレットを学習  
の道具として活用していますが、併せて、適切な使い方を学んでいま  
す。「敵」ではなく「味方」にするために今後も取り組んでいきます  
ので、ご家庭のご協力もどうぞよろしくお願いいたします。