



わが東中

校訓..共に羽ばたく

能代市立能代東中学校
校報第7号
令和4年7月8日
文責：平澤秀樹

「メディアと健康」

秋田大大学院

保健講話 佐々木准教授が講話

6月24日(金)、秋田大学大学院医学系研究科看護学講座の佐々木久長准教授をお迎えして保健講話を開催しました。

心身共に健康で生きていくた



めに、メディアとの付き合い方、人間関係の構築、心の健康などについてお話をいただきました。

お話の中で、次の二つが印象に残ったので紹介します。

「ネットを使うことでたくさん情報を得ることができますが、本当かどうかを判断するのは難しいことです。本当かどうかを判断するためには、経験に基づく直感が必要です。中学生段階では、経験がまだまだ不足しているので、ネットだけに頼らないようにすることを勧めます。」

「自分に勝つためには、自分を応援してくれる人が必要です。いっしょに喜んでくれる人、いっしょ

に反省してくれる人、そんな人といっしょに生きていけたらいいですね。」

さて、生徒の感想を紹介します。「心と体の健康についてだけでなく、メディアと心や体の関係性についても知ることができました。ゲーム依存という言葉を聞きますが、子どもに限ったことではなく、大人にも関係していることばかりでした。一週間のうち一日はメディアの使用時間を短くする日をつくるのが第一歩だと思うので、これからの生活で意識していきたいです。」(3年・川尻真子さん)

「メディアは、人の健康に大きく関係していることがわかりました。これからは、メディアの適切な使い方を考え、依存してしまわないようにしたいです。また、自分に悩みがあるときは、抱え込まずに誰かに相談するようにしたいと思います。」(2年・長岡大河さん)

「悩みがあることは、心が正常であることや、自分の心に勝つため

には、自分を応援してくれる人が必要であることなど、いろいろなことがわかりました。また、勉強が終わったらゲームをするのではなく『寝ることが一番』ということもわかりました。ゲーム依存にならないように気を付けます。」(1年・武田晴心さん)

(1年・武田晴心さん)

【参考】ネット依存がもたらす実害

インターネットは、もはや我々の生活とは切り離せない社会に不可欠なインフラとなっています。ポジティブな側面にも意識を向け、有効活用して行かなければなりません。

しかし依存状態になると、実際に次のような実害があります。

- 健康被害
 - 学習能力・運動能力の低下
 - 注意力低下による事故
 - コミュニケーショントラブル
 - 金銭トラブル
 - 犯罪加害・被害のトラブル
- 平成25年の厚労省の調査では、中・高生で52万人、成人で3百万人(推定)が依存状態にあるとされています。

◇全県総体・吹奏楽コンクール激励会

7月7日(木)、全県総体に出場する卓球部、ソフトボール部、テニス部、陸上部と吹奏楽コンクール県北地区大会に出場する吹奏楽部の激励会が行われました。

今、自分ができるベストのパフォーマンスができることをお祈りします。



◇花壇、順調です ～JRC委員の皆さん

朝の水やりおつかれさまです。

JRC委員の皆さんが、日常活動として毎朝花壇の水やりをしています。また、雑草が目立つようになり、JRC委員会ではない生徒も部活動に行く前に草取りをする姿がみられるようになりました。先日、あいさつ運動に来た地域の方々や警察署の方々からも「きれいな花壇ですね」「子どもたちが頑張っていますね」とお褒めの言葉をいただきました。



◇◇◇保護者アンケートのお願い◇◇◇

7月8日(金)に保護者アンケートを配付しました。ご多用とは存じますが、7月22日までに、お子さんを通して、校長室前ボックスに入れてくださるようお願いいたします。

◇じつてもいい話◇ 雑学のススメ

ウクライナに、どこかの国がエクスカリバーなる砲弾を供与した、というニュースがあった。

エクスカリバーとは、伝説のアーサー王が持っていた聖剣で、湖の精から与えられた魔法の剣の名である。(諸説あります)それが武器の名前になっている。ヨーロッパでは恐るべき力を秘めた神に因んだ名前を、新兵器に付ける習慣がある。輸送機ハーキュリー(ヘラクレスの英語読み)、潜水艦発射型戦略ミサイル、ポセイドン(海の支配神)、弾道ミサイル、ジュピター(ローマ神話の最高神)などである。

さて、神話や聖書を知らないで、よく理解できないアートや芸能が、オマーシユも含め西欧にも日本にも多い。

例えばエバンゲリオン。カスパー、メルキオール、バルタザールは、東方の三賢者。マジは占星術者、エバンゲリオンの原意は「福音」である。アメリカの作曲家メンツェイのオペラ「アマールと夜の訪問者」にもこの三賢者が登場する。さらに美術作品には、神話や聖書の宗教的テーマを理解していないと分からないようにできている作品も少なくない。例えば「視線の集まっている赤ちゃんはイエスの象徴」「青い衣をまとった女性はマリアの象徴」といった真偽不明である。

日本の神話にもある。例えば「見るな」のタフと「異類婚」。イザナギ、イザナミの黄泉の国での話や「ヨタマシメ」の産産の話などである。「タ鶴」「鶴の恩返し」などはまさにこの神話の延長線上にある。「古事記」の話はきむわいこので(こ)まで。

こついった知識を「雑学」である、と人は笑うが、こつした知識がないと、映画やオペラや絵画作品を鑑賞したとき「ニヤリ」と笑えないのである。芸能における「本歌取り」的手法である。

夏休みは、本を読みまじょう。