

# 九条北小学校 校長室だより

NO.46 令和6年3月4日



3月3日（日）、今年度最後の「西区子ども会卒業親善キックベースボール大会」がありました。6年生にとっては、この大会をもって卒業ということになります。日頃の練習の成果を発揮し、圧倒的な強さを見せて優勝しました。本当に素晴らしいです。

## ★ 大阪市スマホサミットからの提言 ★

先日、玄関のところの掲示板に「大阪市スマホサミット」のポスターが掲示されていました。スマホをはじめ ICT 機器を使う機会が増えるとともに、使い方が原因でトラブルに巻きこまれ、困ってしまうケースも増えているようです。そこで、大阪市の小学校・中学校から参加希望する代表者が集まって、自分たちでできることを考えたのが「スマホサミット」です。**今年度は、協議Ⅰ「スマホとかしこくつき合うためにできることを考えよう！」協議Ⅱ「スマホ と かしこくつき合うためのルールを 考えよう」**について意見交流し、意見のまとめは次の通りです。

★ルールを守ることをマイナスと思わず、プラスに考えて楽しむ

★スマホの使い方を自覚しスマホと適度な距離を保つ

To do リストを作り、目的を持って使う

★ 3つの「すぎ」を意識する

～使いすぎ、気にしすぎ、かわいすぎ～

★嫌ということを発信し、受け入れる

★学校と家庭とのルールを連携し、スマホの知識を深める

※ご家庭のルールを話し合う時の参考にしてください！



## ★ ポジティブな言葉を使って楽しく生きる！ ★

\* 児童朝会で、次の話をしました。

映画「彼方の閃光」や「ゴールデンカムイ」で活躍している俳優の眞栄田 郷敦（まへだ ごうどん）さんを知っていますか？ある雑誌の特集記事に、出ていました。

自分で言うのもなんですが、つねに心は健やかな状態だと思います。いいことばかりで、あまり悪いことは起こらないんですよ。

習慣と呼んでいいのかわからないのですが、しいて言えばこうして「**悪いことは起こらない」「いいことばかりで」という言葉をいつも口にするようにしています。**言霊（ことだま・・・言ったことが真実になる・・・）じゃないんですけど、物事は自分の言っているようになる気がするんです。

逆に、**マイナスなこと、ネガティブなことは極力言わないようにしています。自分についてもできし、他人のことも悪く言わないように。**悪口は運を下げそうですし、何より言っている自分も気分が悪いです。1回きりの人生、楽しまなくちゃと思うんです。

もちろん、仕事でもプライベートでも、「なかなかうまくいかないな」とストレスを感じることはあります。でも、とにかく心をいつもいい状態にしておきたいので、**ぐずぐず悩むことはなく、それを解消するための合理的な方法を真っ先に考えます。**悩んでいる時間があったくないと感じるんです。解決策をあれこれ考え、出てきた選択肢の中からメリットの多いほうを選ぶようにしています。

眞栄田さんの生き方を参考にしたいですね。

