



標津町生徒指導連絡協議会（令和4年度川北小学校事務局）は、毎年9月に「標津町の子どもたちの生活習慣に関するアンケート調査」を行っています。この調査結果を分析し、各園、学校で指導に生かし、家庭との連携を図って改善に努めています。

調査対象は、こども園年中組（4歳児）から標津高校3年生までの554名です。低年齢児については、保護者に回答していただいています。今年の調査結果について、成果（○）課題（●）となる点を中心に報告いたします。

設問1：平日の基本的な生活習慣について

(1) 起床時刻について

- 町全体の83%の子どもが「朝7時までに起床」しています。小学生は早起きの傾向が見られます。
- 中高生は「朝7時以降に起床」する子どもが増加しています。「朝7時半以降に起床」する子どもは、全体で18人いました。かなり慌ただしい朝の様子が心配です。

(2) 起床方法について

- 町全体の65%の子どもが「自分で起床」しています。中高生のほとんどが自力で起床しています。
- 園児や小低学年に「起こしてもらおう」子どもが多く、特に小3は78%もいました。

(3) 就寝時刻について

- 町全体では、子どもの発達段階に合った就寝時刻が守られています。
- 学年が上がるにつれて就寝時刻が遅くなっています。中1から11時以降に就寝する子どもが増加し、高校生は30～50%が午前0時以降に就寝しています。

(4) 起床就寝の習慣について

- 町全体の86%の子どもが、規則正しい起床就寝の習慣が身についています。
- 小4～小6、中2、高3の20%、高1の70%が「起床就寝時刻が不規則」と回答しています。

(5) 朝食の様子について

- 町全体の86%の子どもが「毎日朝食を食べている」結果でした。
- 「朝食を食べない」理由は「時間がない」「食欲がない」が多い傾向でした。

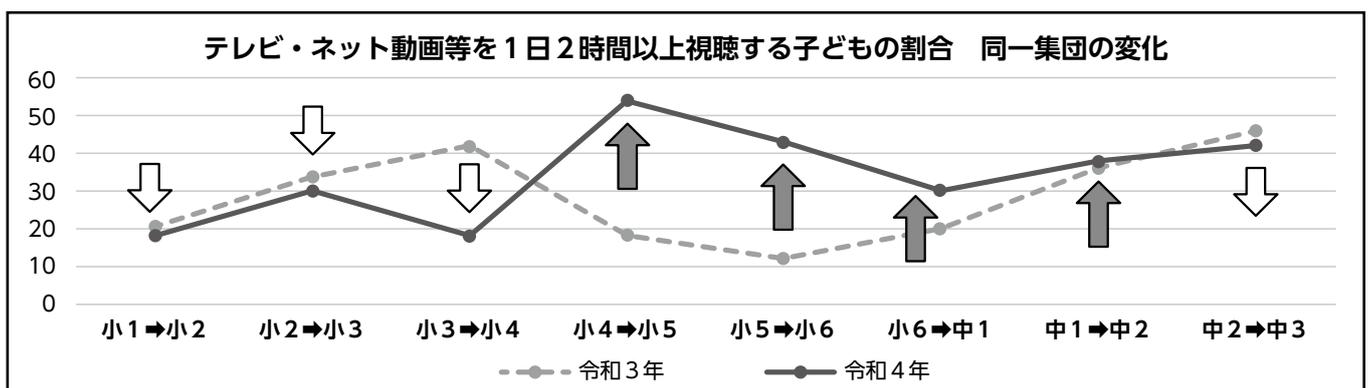
(6) 歯磨きの回数について

- 町全体では、「食後必ず磨く」が37%、「食後2回」が56%、「食後1回」が7%で、「磨かない」子どもはいませんでした。
- 中高生は「食後必ず磨く」子どもが20～30%で低い割合でした。

設問2：平日の家での時間の使い方

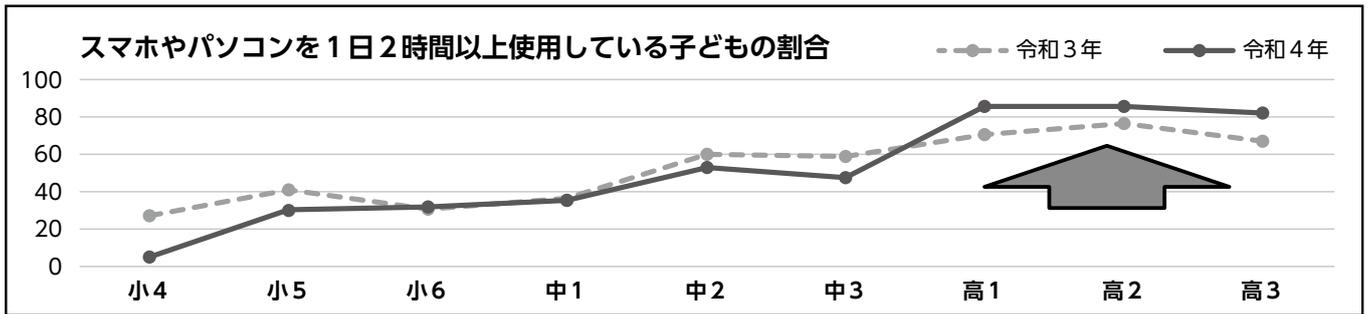
(1) テレビ・ネット動画等の映像視聴時間について

- ・同一集団を昨年の調査と比較すると、4つの学年が減少、4つの学年が増加しています。
- ・小5、小6が大幅に増加しています。
- ・グラフに表示していませんが、園児の20%、高校生の62%が1日2時間以上視聴しています。



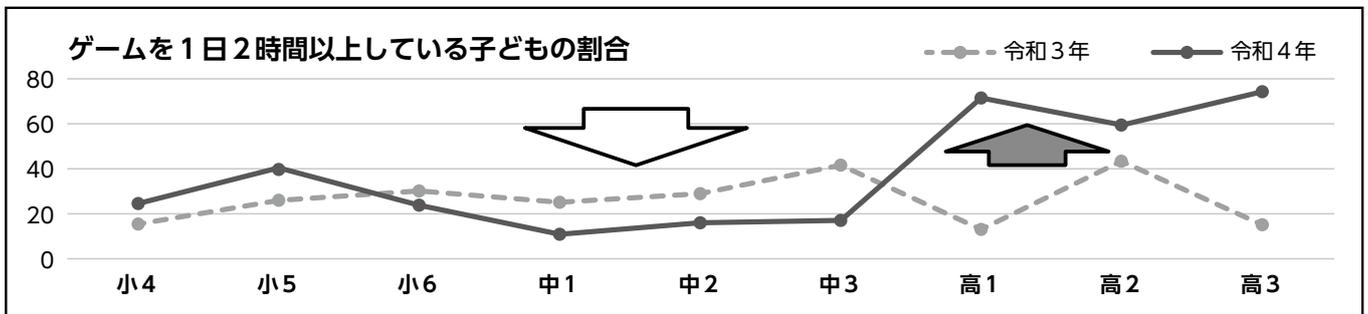
(2) スマートフォンやパソコンの使用時間について

- ・小3以下は、85%が1日1時間以下の使用時間でした。
- ・小5から使用時間が増加しています。高校生は50%が1日3時間以上使用しています。



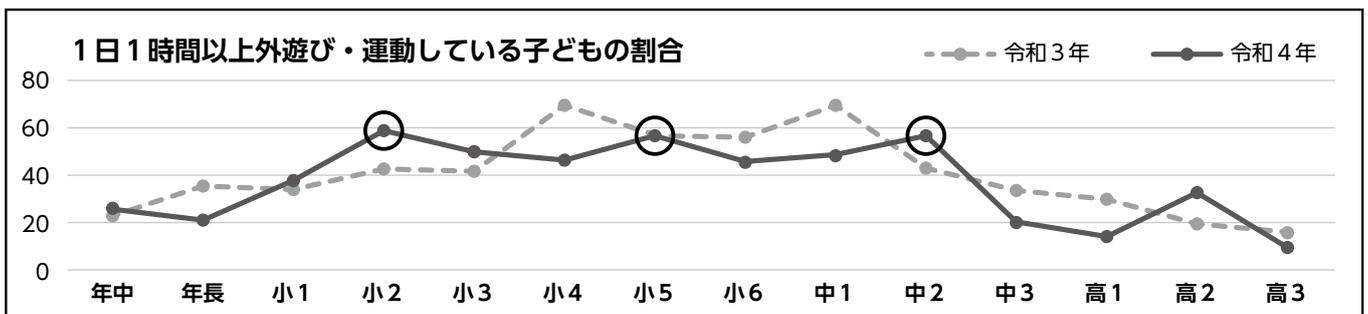
(3) ゲーム時間について

- ・小3以下は、1日2時間以上ゲームをしている子どもがほとんどいませんでした。
- ・昨年との比較では、小4、小5が増加、小6から中3が減少、高校生は増加の結果でした。



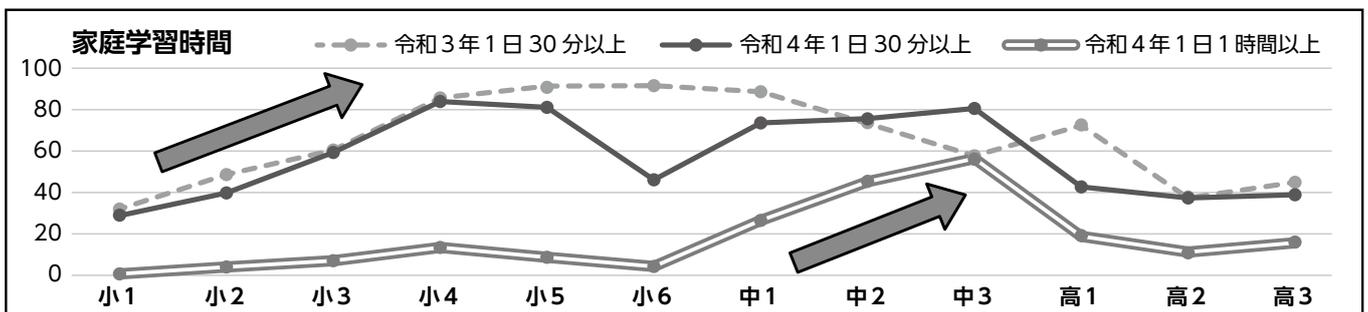
(4) 外遊びや運動の時間について

- ・小2、小5、中2の60%の子どもが、1日1時間以上の遊びや運動をしています。
- ・それ以外の学年は、50%前後で、特に高校生はとても低い割合でした。



(5) 家庭学習時間について

- ・小5まで増加していますが、小6の54%が30分以内と回答しています。
- ・中学生は、1時間以上の生徒が増加しています。特に中3は昨年より大幅に増加しています。
- ・高校生は、60%が30分以内と回答しています。



設問3：メディア機器について

(1) メディア機器の所持率について (自分用・共用の割合%)

	携帯・スマホ		パソコン		タブレット		ゲーム機	
	自用	共用	自用	共用	自用	共用	自用	共用
こども園	5	17	0	10	8	36	11	44
小・低学年	8	24	0	17	15	29	44	39
小・中学年	33	20	5	33	12	40	61	51
小・高学年	38	37	8	35	30	32	69	24
中学1年	72	11	13	36	28	24	83	15
中学2年	76	8	19	43	41	8	70	22
中学3年	97	0	28	33	44	8	64	22
高校1年	95	0	24	19	38	0	71	14
高校2年	100	0	30	22	15	15	74	19
高校3年	97	3	30	32	29	3	74	10
町全体	67%		40%		48%		86%	
令和3年度	63%		43%		50%		85%	

(2) SNS利用状況 (複数回答)

順位	SNSの種類	傾向
1位	YouTube	全体的に使用している
2位	LINE	小5以上が多い
3位	オンラインゲーム	小4以上が多い
4位	Tik Tok	小5以上が多い
5位	家庭学習	園・小・中1が多い
6位	Instagram	中・高が多い
7位	Twitter	中・高が多い
8位	Facebook	ほとんど利用されていない

・携帯電話、スマートフォンの所持率は、中学校1年生から自分用が増加しています。昨年より小学生の所持率が増加しています。パソコンは共用が多く、タブレットは、自分用が増加しています。ゲーム機の所持率は、全体86%で昨年との差が見られませんでした。

・SNSの利用状況では「家庭学習」が増加しました。

(3) 家庭利用のルール(複数回答)

順位	ルールの内容	傾向
1位	利用時間を決める	園・小が多い
2位	個人情報を出さない	小1以上が多い
3位	知らない人とは交流しない	小1～中2が多い
4位	利用前にすることを決める	園・小が多い
5位	利用時刻を決める	全体的に少ない
6位	決めていない	小5～高3が多い
記述	課金をしない。アンチコメント注意。親と一緒に操作。親の目の届く場所で使用。	

・家庭利用ルールを「決めていない」の回答が小6以上で増加しました。

・ネットは「人と仲良くなれる」利点がある一方、その危険性について指導しなければなりません。上手に使いこなせば、とても便利なものですが、危険地帯の入り口であることをしっかり認識し、保護者の責任において、ルールとマナーを教えた上で活用させることが大切です。

(4) ネットの出来事 (4年生以上複数回答)

順位	設問	傾向	人数
1位	知らない人と仲良くなった	中・高が多い	98
2位	友達や親戚とケンカをした	小が多い	34
3位	知らない人に相談にのってもらった	中・高が多い	19
4位	知らない人に個人情報を聞かれた	小が多い	9
5位	学校や生活でトラブルが続いた	小・中に数名	5
6位	知らない人とケンカをした	小・中に数名	4

(5) ネットを危険と感じた経験 (子どもの記述)

- ・倫理観の無い子どもが多い
- ・事件が頻繁に起きていること
- ・情報が一瞬で広がること
- ・あおり行為をする人がいる
- ・デマ情報
- ・謎のDMがくる
- ・個人情報を聞かれること
- ・課金を要求されること
- ・匿名であること
- ・ハッキング
- ・生活リズムの乱れ
- ・暴言が多いところ
- ・相手の顔が見えないこと
- ・誹謗中傷
- ・出会い目的
- ・アンチコメント

1. 基本的な生活習慣について

個人差はありますが、概ね規則正しい生活習慣が身についていると思われます。課題のある子どもについては、個別指導が行われています。ご家庭では、これからも「早寝・早起き・朝ごはん・歯磨き」を自主的に実行できる子育てをお願いします。

2. 平日の家での時間の使い方について

家庭で自由に過ごせる時間のうち、ネットやゲームをする時間が大部分を占めることで、家庭学習や読書の時間が減少しています。「〇時から◎時までは机に向かう」という習慣づけがとても大切です。

3. メディア機器アンケートからわかること

学校で子ども一人一人にタブレットが与えられ、適切なネット活用能力が求められています。ネットリテラシーと言います。ネットの情報や事象を正しく理解し、それを正しく判断、運用できる能力です。フェイクニュースの氾濫、SNSへの軽率な書き込み、個人情報への漏洩、誹謗・中傷、ネット・ゲーム依存症等、課題が山積しています。家庭での厳しい指導で、トラブルの未然防止に努めてください。

4. 標津町の子どもたちの健やかな成長のために

アンケート結果から家庭教育の大切さがご理解いただけたことと思います。「標津っ子 家庭教育10カ条」を再読いただき、特に次の4点について情報を共有し、子育ての一助にいただけると幸いです。「保護者（大人）が子どもの手本」となり、より良い家庭教育環境づくりをお願いします。

- (1) 「朝ごはん」は、1日の活動エネルギーとして、脳も体も心も元気にするために必要。
- (2) 「規則正しい起床と就寝、食後の歯磨き」は、自主性を育てる基本。
- (3) 「家庭学習習慣」は、将来の夢や目標の実現に向けて身につけること。
- (4) 「メディア機器の長時間使用」は、視力低下、睡眠不足、脳への悪影響等の原因。

◆◆ 標津っ子「家庭教育10カ条」より ◆◆

第2条 メディア機器やゲーム機器の約束を決めましょう！

家庭のルール作り・ネットの危険性指導・SNSのマナー
スイッチオフ20-22 など

第3条 生活習慣を整え自主性を伸ばしましょう！

家庭学習・読書・家族の役割分担・整理整頓・運動習慣
早寝早起き朝ごはん など

第10条 家族の絆と愛情で支えましょう！

成長に寄り添う・人生の手本になる・ほめて認めて励ます言葉
子ども応援団 など



標津町中学生弁論発表大会

標津町教育研究所主催で開催された令和4年度標津町中学生弁論発表大会で最優秀賞を受賞した、川北中学校3年 加藤 颯輝さんの「目に見えない価値」をご紹介します。

目に見えない価値

川北中学校3年 加藤 颯輝

皆さんは普段、どのようなものにお金を使っているのだろうか？おそらく好きなものを買うためなどに使うと思う。私もそうだったが、好きなものにお金を使うと、「無駄なものにお金を使うんじゃない！」と親に怒られることがある。このような経験は少なからず皆さんにもあることだろう。親は無駄だと言うが、我々子どもにとっては重要で大切なものはずだ。大人にとって子どものお金の使い道が、「無駄」と思ってしまうのはなぜだろうか。

そもそもお金に対して、大人と子どもでは捉え方が異なる。親は自分でお金を稼いでおり、当然、お金は使ったらすぐなくなることを知っている。生活費や学費を残さなければならない。一方、子どもは生活費を残すことを考える必要はない。与えられたおこづかいは、何も考えずつかいきってしまう。思えば、子どもは家にとのぐらいのお金の余裕があるのか知らない。どうだろう。この中に家庭の貯金額を知っている人はいるだろうか。子どもの私は、今まで親が限られた貯金や生活費からお金を出してくれていることに無自覚すぎたのだ。今のように幸せに暮らせているのも全て、私が小さい頃から、貯金や生活費から無理をしてまでも親が私にお金を出してくれたからなのだ。

朝5時に出勤し、間に2時間程度の休憩をおいて最終的に帰ってくるのは夜の8時。私の母はこんな生活を何年も続けている。「辛い」「どうしたらもっとうまくいくのかな」と口にすることもあった。どの家庭も似たような苦労があると思う。そうしてやっと得たお金を、私たち

はゲームやおもちゃという生活に関係ないものに使っている。大人から見れば無駄遣いと思うのは当然だろう。

ではなぜ、親は「無駄」だとわかっているのにお金を出してくれているのだろうか。

当然そこには親の愛情があるからだ。私たちはお金を受け取るとき、金額ばかり気にして、そこにどんな思いがこめられているのかを忘れている人は多い。だからこそ、私はその思い、目に見えない価値に気がつける大人になってほしいと思うし、私自身もなりたいたいと思う。

目に見えない価値に気がつけられない人は、感謝をすることができない冷たい人間になってしまう。例えば大人の場合、仕事をしているとき、お金を稼ぐことばかりに目がいき、従業員や同僚が自分を支えてくれていることに気がつけず、感謝ができない。例えば子どもの場合、行事や大会で結果を残すことばかりに目がいき、練習に付き合ってくれた仲間の優しさ、親の支え、練習場所を整えてくれた地域の方々の思いに気がつけず、感謝ができない。

あなたが身に付けている服、今朝食べた食べ物、私が今しゃべっているこの場所、この時間さえも目に見えない思いに用意された物だ。この目に見えない思いに価値を感じ、感謝をすることが大事なのだ。

今年、修学旅行に行く前の買い物で、「せっかくの修学旅行だから、良い物を買わなきゃね！」と母は言った。そこには親の「限られた貯金」の中から、「それでも子どもの喜ぶ顔が見たい」という、形のない思いや優しさが込められている。その思いまでも無駄にしてはいけない。

あなたはだろうか。

目に見えない価値に気がつけていますか。

新春書き初め大会

審査結果について

1月9日町生涯学習センターあすばるで、新春書き初め大会が開催されました。当日は町内の幼児・小中学生が18名参加し、講師の中野先生と半田先生に教わりながら、のびのびと書いている様子が見えました。後日、講師による審査の結果、下記のとおり各賞が決定いたしました。受賞されたみなさん、おめでとうございます。来年の参加もお待ちしています。



金賞

古川 よう〈川北園〉 佐藤 誉〈標小1年〉
 大石 辰季〈標小2年〉 佐藤リイサ〈標小3年〉
 阿部 涼葉〈標小4年〉 古川 咲希〈標小6年〉
 西山 実希〈標中1年〉 滝本 憩〈川中2年〉

銀賞

藤本 悠詩〈標津園〉 千葉 耕平〈標小1年〉
 松下 真己〈川小2年〉 大石 幸正〈標小3年〉
 合田 悠真〈標小4年〉

銅賞

藤本ひまり〈標小1年〉

奨励賞

今井琥太郎〈標小1年〉 古川 心春〈標小1年〉

受賞されたみなさん、おめでとうございます。
 来年の参加もお待ちしています。

(氏名敬称略)

すごしやすい学校づくりリーダー会議



と き:12月26日(月)9時20分~11時40分
 ところ:標津町生涯学習センターあすばる
 多目的ホール

平成28年より実施していた「すごしやすい学校づくり子ども会議」の名前を「リーダー会議」と改め、町内小中高校生の児童会・生徒会の役員29名が一堂に会し、日頃のよりよい学校づくりの活動や異校種間での交流の成果等について報告しました。

また、5班に分かれてのグループ協議では、標津高生が進行を務め、「いじめ」に繋がる心の弱さや「傍観者」の卑劣さについても話し合うことができました。小学4年生から、高校2年生の異校種、異学年の交流で、それぞれの学校での取組も更に活性化しそうです。

◆参加者の声より◆

- ・小学生「自分の中にもいじめめる方の心があるかもしれない。自覚するよう気をつける。」
- ・中学生「いじめかなと思ったら積極的に止めにいこうと思った。生徒会でも頑張っていく。」
- ・高校生「誰か一人だけが過しやすいのではダメ。自分から行動することが大事だと思った。」



事業・行事名	期 日	時 間	対 象	会 場
こども元気アップ大作戦	2/2・21 3/2・14	9:30	園 児	川北こども園
管内小学生バレーボール大会	2/4	9:00	小学生	総合体育館
第49回標津スプリント大会兼 大菅小百合記念大会	2/5	10:00	小中学生	町営リンク
こども元気アップ大作戦	2/6・8・28 3/17・20	9:00	園 児	標津こども園
スポーツ体験教室	2/6・20 3/6・13	16:00	小中学生	総合体育館
エアロビクス教室（冬）	2/7・14・21・28	19:30	幼小中一般	川北生涯学習センター
管内スポーツクラブ実践交流会	2/7	12:40	一 般	あすばる
管内中学生学年別卓球大会	2/11	9:00	中学生	総合体育館
道東ブロック卓球普及講習会	2/12	9:00	小中高校生	総合体育館
スポーツゲームスイン標津 「バレーボール教室」	2/16	16:30	小学生	総合体育館
	2/17	16:00	中学生	
高齢者レクリエーションの集い	2/17	9:30	65歳以上	あすばる
森田弘美氏「親子運動教室」	2/18	10:00	親 子	総合体育館
スキー場まつり	2/26	10:00	幼小中親子	金山スキー場
第39回室内ソフトテニス大会	3/13	9:00	一 般	総合体育館
みそづくり教室	3/18・19	13:30	一 般	あすばる
少年活動研修会	3/27～28	1泊2日	川小5年生	川北生涯学習センター

図書館移転に係る休館のお知らせ

図書館は令和5年4月に標津町生涯学習センター「あすばる」内へ移転をすることから、資料運搬等の準備のため、令和5年1月からこれまでの図書館を休館としています。

なお、休館の間は代替施設として文化ホールのロビーを1月より開放し、図書の貸出・閲覧スペースの提供等を行っております。

スケジュール予定

- 令和4年12月30日～
これまでの図書館が休館
- 令和5年1月6日～
文化ホールロビー図書室開放
- 令和5年4月23日～
～「あすばる」内に新図書館オープン

文化ホールロビー図書室について

- 令和5年1月6日～（月曜日～土曜日 10:00～18:00）
- 令和5年4月23日～（月曜日～金曜日 10:00～17:00）

※祝日は休館となります。また、「あすばる」内に図書館がオープンした際は、ご利用いただける開館の曜日および時間が拡大します。

※あすばる内へ図書館移転のため当面の間、館内改修工事が行われております。つきましては、騒音や施設内迂回等でご迷惑をおかけしますがご理解をお願い申し上げます。

★問合せ先 生涯学習センターあすばる (☎82-2900)