和泉市立富秋中学校　学校通信　２０２６（令和８）年１０月２８日

「好きです富秋中学校」学校だより

ITSとみあき学園

【11月号】

〒594-0082 和泉市富秋町２丁目 2-89
TEL：0725-45-3000　FAX:0725-46-7621

富秋中HP

⇦富秋中ホームページ

富秋中ブログ⇨

富秋中BLOG

富秋学園(小中一貫校) 2027 年度開校予定　日々更新中

TOMIAKI

「スマホを見てただけ」が、心と頭の栄養を決めている？
～「ただ動画を見ていただけ」「SNS を眺めていただけ」～



「ただ動画を見ていただけ」「SNS を眺めていただけ」
――そんな経験はありませんか？

鈴木雄也さんの著書『スマホを見てただけなのに！』では、「情報の取り入れ方は食事と同じ」だと書かれていて、**『情報的健康』**という言葉がでてきます。

私たちの身体が日々の食事で作られるように、私たちの心や思考も「毎日取り入れる情報」で作られています。しかし、ネットや SNS には、思わず見てしまう刺激的でジャンキーな情報が溢れています。何も考えずに流れてくるものを見続けていると、知らず知らずのうちに心が疲れ、時間や集中力を奪われる「**情報の偏食**」に陥ってしまうのです。

大切なのは、スマホを無理に奪ったり禁止したりすることではありません。ジャンクフードばかり食べるのではなくバランスの良い食事を選ぶように、自分にとって「本当にためになる・心がワクワクする」ヘルシーな情報を、自分の意志で選んで取りに行くことです。**➡学校教育目標「自ら考え判断し、行動する」**ですね。



ご家庭でも「その情報、体と心にいい？」と声をかけ合いながら、スマホとのヘルシーな付き合い方について、一度オープンに話し合ってみませんか。スマホを人生の邪魔者にするのではなく、賢く使いこなすための第一歩を、ここから踏み出していきましょう。

スマホやﾀﾌﾞﾚｯﾄの使用時間制限やデジタルデトックス（電子機器を使用しない）も考えよう！

富仲祭ステセク（10/2）

ステージセクションにたくさんご来校いただきありがとうございました。

👉詳しくは富中ブログにて

松室政哉さん新校歌熱唱（10/13）

富秋学園の校歌を制作していただいた松室政哉さんが来校され、新校の校歌を歌っていただきました。昨年来校いただいてからファンになった３年生が全体会の司会を務めてくれました。

👉詳しくは富中ブログにて

大阪府 SE 事業 公開授業 10/14

大阪府内から 60 名以上の教育関係者の方がお越しいただきました。毎日の授業だけでなく、日々の子どもたちとの関わりをベースとした本校の取組みを発信することができました。

👉詳しくは富中ブログにて

スポーツの秋…そして、スポセク！

☆10/30（金）スポーツセクション

※明後日です。ぜひ、子どもたちのがんばっている姿を観に来てください。

ご来校は徒歩や自転車・バイクで！

三市一町☆中学生のメッセージ

11/14（土）に『三市一町☆中学生のメッセージ』が泉大津で開催されます。本校から３年生　　さんが学校代表として題『ない』を発表します。

各種懇談会について

11/18～20　３年生 進路懇談会

12/21～23　全学年 個人懇談会

を予定しています。保護者のみなさまのご来校よろしくお願いいたします。

11月・12月の予定

日	曜	給食	11月行事予定	日	曜	12月行事予定
1	日			1	火	放学　ノークラブデー
2	月	◎	放学　ｽﾎﾟｾｸ予備 ノークラブデー	2	水	
3	火		文化の日 ﾌﾞｯｸﾌｪｽﾃｨﾊﾞﾙ	3	木	
4	水	◎	3年実力テストⅢ	4	金	2・3年実力テスト
5	木	◎	諸費引落	5	土	
6	金	◎	3年連合音楽会	6	日	
7	土			7	月	諸費引落 ノークラブデー
8	日			8	火	放学
9	月	◎	生徒委員会	9	水	
10	火	◎	放学 ノークラブデー 大阪府ｽﾋﾟｰﾁｺﾝﾃｽﾄ	10	木	45×4 給食なし
11	水	◎		11	金	
12	木	◎	PM１年ｲﾝｸﾙｰｼﾌﾞ学習 生徒議会	12	土	
13	金	◎	生徒総会	13	日	
14	土		三市一町中学生メッセージ こども絵画展	14	月	
15	日		こども絵画展	15	火	放学　ノークラブデー
16	月	◎	ノークラブデー	16	水	
17	火	◎	班長会議	17	木	
18	水	◎	３年進路懇談 教育相談（～26日）	18	金	
19	木	◎	３年進路懇談	19	土	
20	金	◎	３年進路懇談	20	日	
21	土			21	月	45×4　個人懇談会
22	日			22	火	45×4　個人懇談会 ノークラブデー
23	月		勤労感謝の日	23	水	45×4　個人懇談会 給食なし
24	火	◎	放学 ノークラブデー	24	木	大掃除　終業式　学活
25	水	◎		25	金	冬季休業開始
26	木	◎		26	土	
27	金	×	校外学習	27	日	
28	土			28	月	
29	日			29	火	学校閉庁日
30	月	◎		30	水	学校閉庁日
				31	木	学校閉庁日

放学：放課後学習会、RT：リトライテスト（水曜日の放課後）

　は、学校全体（全学年）が午前中授業または、給食なし

11月諸費引き落としのお知らせ

11月5日（木）ゆうちょ銀行から口座引き落としがあります。ご協力よろしくお願いします。（次回12/7）

1・2年生は11，000円（11月分）、3年生は、7，000円（11月分）