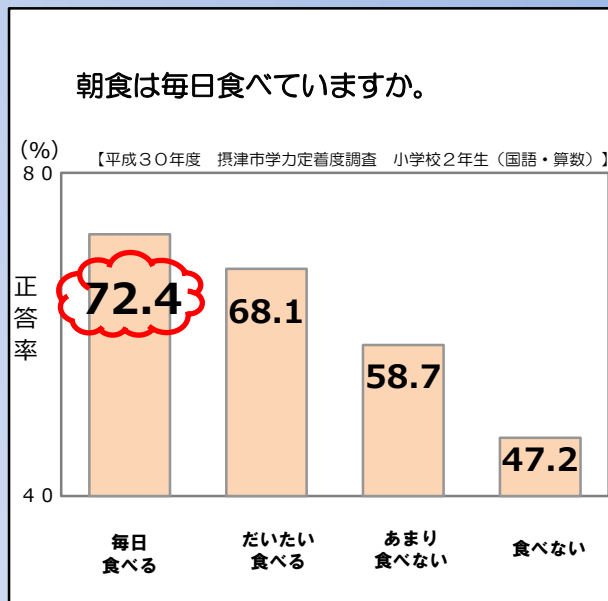


※摂津市の子どもの「学力調査の正答率」と「質問紙調査の回答状況」との関係を示しています。  
 ※正答率は児童・生徒の正答数の平均を百分率で表しています。

## 規則正しい生活を送ろう！！



朝食を「毎日食べる子ども」と「食べない子ども」ではこれだけ正答率にちがいが表れるの？

学年で差はあるけど、小学校2年生から6年生の全ての学年で、毎日朝食を食べる子どもの方が、正答率が高い傾向が見られるよ。

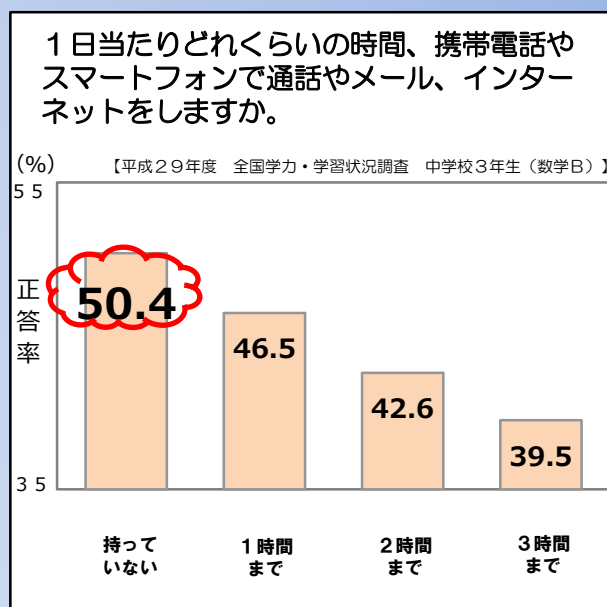


どうして毎日朝食を食べると正答率が高くなるのかな？

朝食は栄養をとるだけでなく、脳や身体を目覚めさせることにつながると言われているよ。でも、きっとそれ以上に、毎日朝食をとるという規則正しい生活習慣が、学力向上につながっているんだよ。



## 携帯電話、スマートフォンは本当に必要？！ 持つ時は、ルールを守って使おう！！



「持っていない」と答えた子どもほど正答率が高いんだね。

その通り！「2時間まで」、「3時間まで」と使用時間が長くなるほど正答率が低くなる傾向が見られるね。

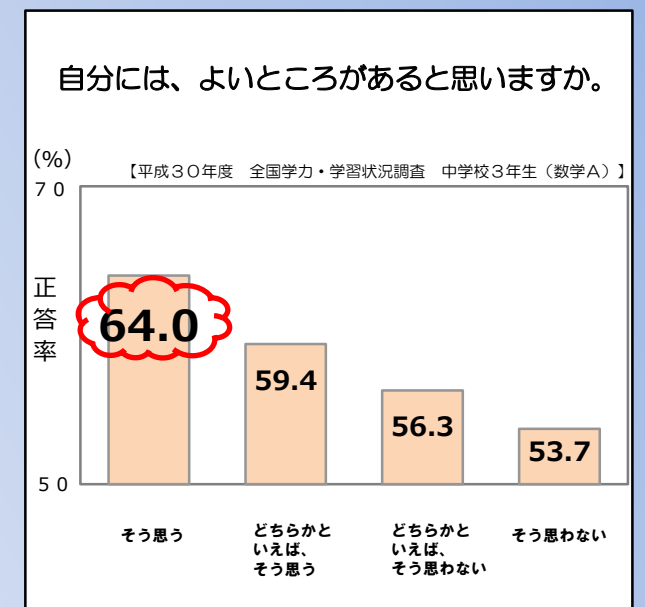


「持たない」方がよいのはわかるけど、すでに持っている子どもはどうすればよいの？

そうなんだ、摂津市の子どもの所持率は、全国と比べて高いんだ。すでに持っている場合でも、使用方法を家庭で話し合い、ルールを守ることが大切だよ。



## 自分に自信をもって！！



「そう思う」と答えた子どもほど正答率が高いんだね。

そうだね。自信をもっている子どもは正答率が高い傾向が見られるね。学習面だけでなく、運動や習い事でも自分に自信をもつことは大切だね。



子どもに自信をもたせるために、どうしたらいいのかな？

子どもの行動に目を向け、子どもなりに努力や工夫したことを認め、ほめてあげることが大切なんだよ。



### 児童・生徒のみなさん

あなたが質問されたとしたら、答えはどれになりますか？

あなたの生活をふり返ってみてください。きちんと朝ごはんを食べられる時間に起きていますか？寝る時刻は遅くなっていませんか？

**小中学生の成長**には、「**早寝、早起き、朝ごはん**」などの**規則正しい生活**がとても大切です。

また、携帯電話やスマートフォンをこれから持ちたいと思っている人は、自分にとって**本当に必要か**をお家の人とよく相談してみましょう。すでに持っている人は、**使う時間が長くなっていないか**、見直してみましょう。

一日の時間は限られています。家庭学習に取り組むなど、**大切な時間を今後の自分のため**に、計画的に活用しましょう。

自分に自信をもち、相手も大切にすることで、協力し合い、何事にも積極的に挑戦し、充実した人生を歩んでいくことを願っています。

小・中学校Ver.

Settsu City. Osaka

# せつつし教育委員会



## 学力と生活の関係

あなたと家族に届けるメッセージ

- 規則正しい生活
- ケータイ、スマホの使用時間
- 自分に自信をもつこと

### 保護者の皆様

平素より、学校の教育活動にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。

十分な睡眠、バランスの取れた食事、適度な運動などの生活習慣や、現在所持率が高まっている携帯電話、スマートフォンの使用時間は、家族の意識によって大きく変わります。携帯電話、スマートフォンの使用時間と正答率から言えることは、「持たせない」だけでなく、持たせるにしても「1時間まで」と自分の行動をコントロールできるよう育むことなのではないでしょうか。

平成29年度全国学力・学習状況調査「保護者に対する調査」によると、保護者の適切な働きかけ（努力することの大切さを説く、ほめて自信をもたせるなど）が子どもの非認知スキル（粘り強さ、協調性、自制心など）を高める傾向があることが示されています。

家庭、学校、地域が一体となり、子どもと向き合い、叱る時は叱り、がんばったことは認め、ほめることで、心身ともに健やかな児童・生徒に成長されるよう、教育委員会としましても願っております。

このリーフレットをご活用いただき、一度お子様とお話しいただければ幸いです。

平成31年4月 摂津市教育委員会 学校教育課

学校教育に関する情報はウェブページから



★ピックアップ



大阪北部地震  
台風21号被害  
に関する情報



摂津市教育委員会事務局

<http://www.city.settsu.osaka.jp/kyouiku/index.html>

