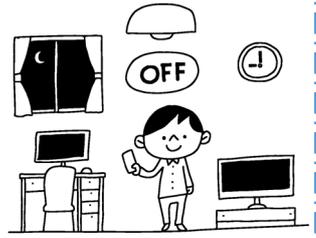


メディア通信

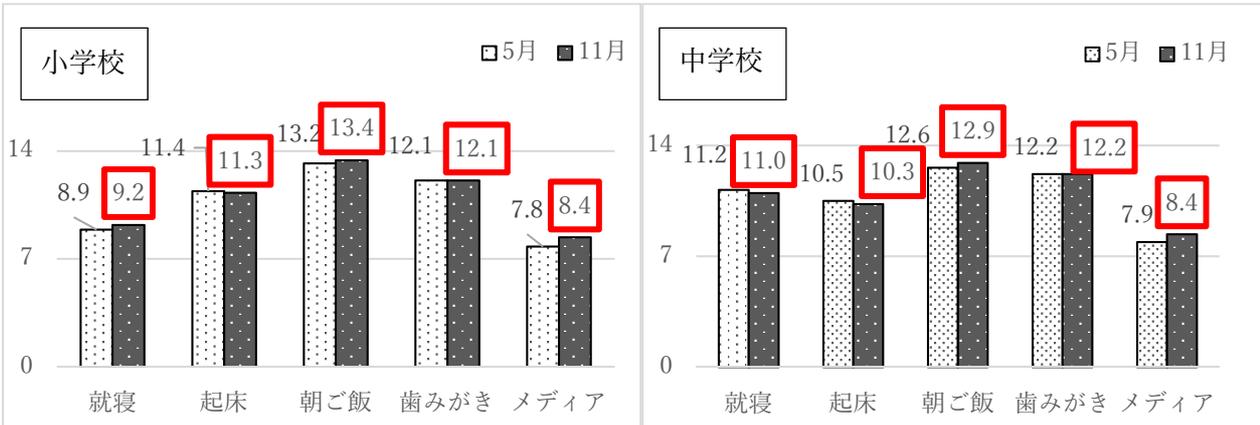
令和4年1月11日発行第4号 文責：裏磐梯小学校養護教諭



ヘルシートライの結果から

令和3年度の5月と11月に北塩原村内小・中学校4校で同時に実施したヘルシートライの集計結果です。就寝・起床・朝ご飯・歯みがき・メディアの基本的な生活習慣について調査した結果です。

小学校、中学校ともに、ほとんどの項目で5月よりも11月の方がよい結果となりました。各学校で、ヘルシートライに向けて、生活習慣を見直してきた結果、生活の改善がみられました。特に毎月のノーメディアデーを通してメディアの使用について考えてきたため、小学校では、0.6ポイント、中学校では0.5ポイント増加と、よい結果となりました。令和4年もメディアの使いすぎに気をつけて、上手にメディアと付き合い合っていけるといいですね。



メディアを健康で安全に正しく使おう！

～裏磐梯小学校の取り組み紹介～

裏磐梯小学校では、学校の授業でもタブレットやテレビを活用しています。家庭でのメディア利用時間を見直さないとメディア使用時間は増えていく一方です。メディアが身近なものだからこそ、正しく使えるように学習しています。

5・6年生は、家でメディアを使うためのルールを考えました。動画を見て、「姿勢がよくない」、「ゲームのことばかり考えている」、「夜中までゲームをしている」など動画の主人公のよくない行動を探しました。さらに、自分の普段のメディアの利用方法は正しいかどうかの振り返りもしました。学習の最後には、「〇〇家のルール！」ということで、保護者の方と家庭でのメディア利用のルールを決めました。

中学校進学を機にスマートフォンを買い与える家庭もあるかもしれません。お子さんにメディアを買い与える際はぜひルールや約束をお子さんと十分に話し合ってみてください。



学習の際に示した内容です！

【メディア利用の6ヶ条】

- 「あ」 会わないで！（知らない人と）
- 「と」 撮らないで！（自分の裸を）
- 「が」 画像を送らないで！
- 「こ」 個人情報を載せないで！
- 「わ」 悪口を書き込まないで！
- 「い」 いじめないで！（ネットを使って）

