

令和3年2月5日

保護者 様

須賀川市立第二小学校長 正木 義輝

須二中学区小中一貫教育「メディアコントロール週間」の実施について

余寒の候、保護者の皆様には、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

さて、本年度2回目の「メディアコントロール週間」を実施します。学校だよりでもお知らせしましたが、子どもたちが長時間又は深夜までインターネットゲームやスマートフォンしていることで、生活リズムが崩れ、就寝時間が遅くなっているのではと心配しています。この機会に電子メディアの適切な使用方法についてご確認ください。

記

1 メディアコントロールとは？

日常利用しているテレビやDVD、ゲーム機などの電子メディアは長時間触れることによって、睡眠不足や生活習慣の乱れ、体力の低下、視力の低下、学習意欲の低下、コミュニケーション力の低下などを引き起こすと言われています。

そこで、電子メディアに接触・利用する時間を決めコントロールすることで、関わり方を見直す機会とし、家族との触れ合いや読書の時間を持つこと、就寝時刻を早めることなどをねらいとして行うのが、メディアコントロールです。

2 実施期間

令和3年2月9日（火）～2月15日（月） 7日間

（※ 中学校の期末テスト期間に合わせています。）

3 実施内容

ご家庭で話し合っって電子メディア利用の約束を決め、できた時間で何をするかを話し合ってください。その際、家族みんなが実践可能な約束となるようご配慮ください。

例)

- 子どもが電子メディアを利用する時刻や時間を決める。
- 家族全員が電子メディアを利用しない時間を持つ。
- 家族全員で読書の時間を持つ。
- 家族団らんの時間を持つ。

（事務担当 教頭 関根 勝志）