

令和7年2月13日

保護者様

宇部市立二俣瀬小学校

3学期 メディアコントロール週間について

時下、保護者の皆様におかれましては御健勝のこととお喜び申し上げます。平素から学校保健活動に格別の御理解・御協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、2月14日(金)から、厚東川中学校のテスト期間に合わせて3学期のメディアコントロール週間を実施します。

つきましては、御多用とは存じますが、趣旨を御理解の上、裏面の要領で御協力をよろしくお願いいたします。

メディア機器とは、テレビ、パソコン、タブレット端末、スマートフォン、ゲーム機器等を表します。

現代の生活においては、メディア機器の使用は、情報収集や学習等において必要な場合もありますが、使用方法によっては、健康や生活習慣への影響やトラブル等が懸念されています。

チャレンジメディアコントロールの期間を活用して、メディア機器を有効に活用し、望ましい生活習慣を作り上げていく力を身につけることを目標に取り組んでいただきたいと思います。

【取組方法】 ～2学期と同じ流れです～

- ① 児童・保護者の方と一緒に、『生活目標 振り返りシート』を参考に、2学期に決めた『生活目標』について振り返る。
- ② 2月からの生活目標を決めて、カードに記入する。
※ 記入はできるだけお子さんに記入させてください。
- ③ メディアコントロール週間中に行うお手伝いを決めて、『チャレンジメディアコントロールカード』の「お手伝い」の欄に記入する。
- ④ チャレンジする『メディアのステップ（1～3）』を決めて、「選んだステップ」の欄に記入する。
- ⑤ メディアコントロール週間中から、挑戦する日を3日選ぶ。選んだ日に、各項目出来たかどうか、守れたかどうか等、チェックしていく（○又は△を記入。「お手伝い以外でしたこと」のみ記述。）
- ⑥ 3日チャレンジが終わったら、各ご家庭、児童と保護者の方と一緒に振り返りをする。児童は「目標の振り返り」、保護者の方は「保護者の人からメッセージ」を記入してください。
- ⑦ 学校へ提出。担任・養護教諭でカードを確認させていただきます。
- ⑧ 学校から、児童へカードを返却。
- ⑨ 各ご家庭で、「生活目標」の方が表になる様に掲示をする。メディアコントロール週間でない時も、メディアの約束やねる時間等を意識して生活できるように、普段お子さんが目にしやすい場所に掲示をお願いします。