



ノーメディアチャレンジ特集

宇部市立西岐波中学校
宇部市床波四丁目1番40号

TEL(0836)51-9052

FAX(0836)51-6367

2学期末のノーメディアチャレンジを行いました！

【ノーメディアとは】

夜8時以降はメディアを使用せずに学習に専念する。(ニュース等は除きます。)

【目的】

- (1) メディアとの関わり方を家族と一緒に考え、生活習慣や家庭学習時間を見直すきっかけとする。
- (2) 全校一斉に実施することで、生徒同士の時間の拘束(オンラインゲームやSNS)をなくし、学習時間と睡眠時間を確保できるようにする。

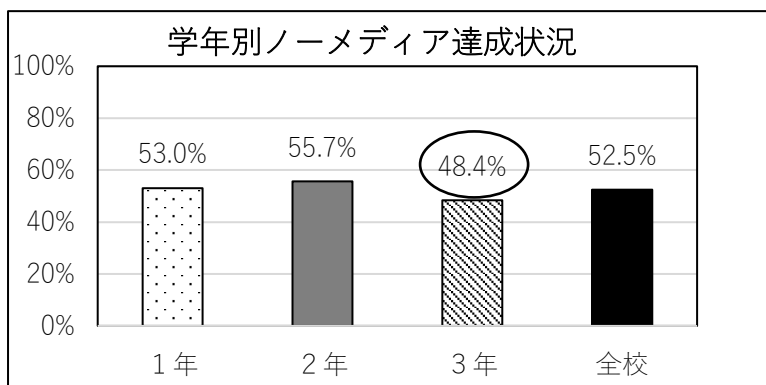
【対象】

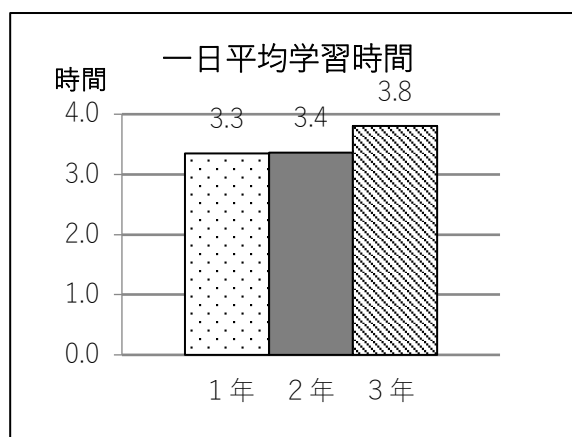
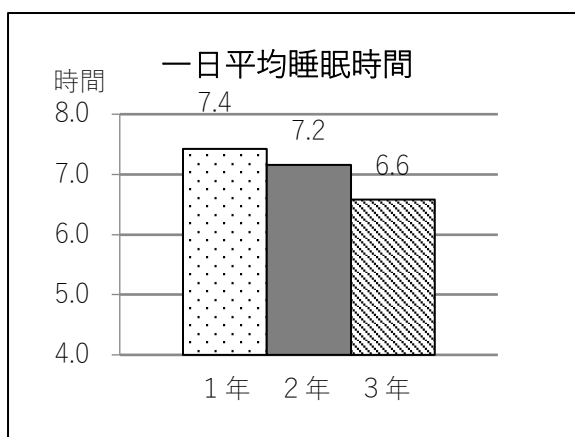
スマートフォン、携帯電話、タブレット、パソコン、音楽プレイヤー、ゲーム、DVD、テレビ、ラジオ等

2学期末のノーメディアチャレンジの期間は、3年生11月11日(木)～15日(火)、1、2年生11月18日(木)～24日(水)に実施しました。

1学期の全学年のノーメディア達成状況は63.8%でしたが、今回は52.5%であり、10%以上達成率が下がりました。これは、今回のノーメディアチャレンジは学年ごと実施したことが関係していると考えます。今後は実施期間、呼びかけ方法等については検討をしていきたいです。

3年生は、ノーメディア達成率は48.8%でしたが、平均学習時間は1番長く、睡眠時間は1番短いことがわかりました。家庭学習をしっかりと確保していることがうかがえます。





生徒の感想

- ・普段は勉強の合間にスマホを触るので休憩時間が長くなっていたが、スマホをしなかったので時間通りに勉強できた。
- ・テスト期間はスマホを親に預けているので達成できた。
- ・家族がテレビを見ていたのでそれを避けて生活するのが辛かったが、1日の勉強時間が今までよりも増えた。
- ・家に帰って宿題をしてゲームをしたら9時になってしまうことが分かった。
- ・土日は夜更かしをしてしまい、ノーメディアができなかった。
- ・難しかった(多数)



ノーメディアチャレンジの期間は、ゲームやスマホを保護者の方に預けて勉強に集中できたと感想が多くありました。生徒自身だけでなく家族と一緒に8時以降のノーメディアを意識して過ごした家庭も多くあったと思います。ノーメディアチャレンジへの協力をありがとうございました。

また、内閣府が実施した「令和元年度青少年インターネット利用環境実態調査」では、家庭におけるインターネットの使い方についてルールを決めていると答えた人のうち、「利用する時間を決めている」と答えた人が75.7%と最も多く、次いで「困ったときにはすぐに保護者に相談する」が36.6%、「ゲームやアプリの利用料金の上限や課金の利用方法」が36.5%でした。12月25日から冬休みが始まります。冬休みは自由に使える時間が増えるのでメディアに触れる機会が増えます。ぜひ、この機会にもう一度家庭でメディア使用の約束について話し合ってください。