

# ノーメディア通信

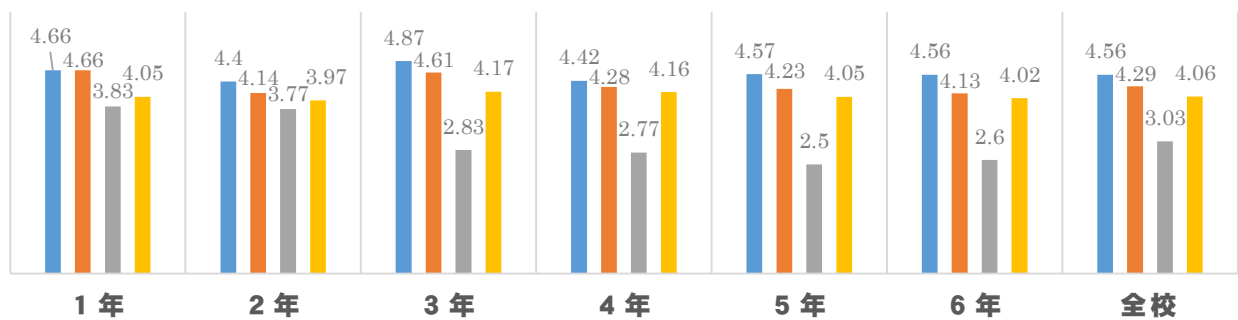
令和2年 3月3日

川東小学校 知育部

春らしい陽ざしを感じるこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。外出が制限されてしまっている子どもたちには、窓を開け、少しでも春の訪れを感じてほしいと思っています。

さて、2月3日(月)～13日(木)の、ノーメディアの取組における「チャレンジカード」のご協力ありがとうございました。(提出率77%)今年度は1回しか実施できませんでしたが、取組に対して、好意的なご意見をたくさんいただきました。集計結果をお知らせします。

ノーメディアタイム(2月)をふりかえって  
5日間のうちで取り組めた日数を平均して表示しています。



- ① 勉強をしよう………全体的に取り組みやすい項目のようでした。普段から心がけているというご意見も多くありました。
- ② 家族とふれあおう…家族での会話が増えたというご意見が多かったです。一緒に運動をしたり、料理をしたり、意識的に取り組めたようです。
- ③ 本を読もう………家庭での読書の取組は難しいようですが、低学年の取組はとても良いですね。
- ④ ねむりにつこう………予想していたより難しかったとのご意見が多かったです。

川東小学校が考えるメディアの定義とは何でしょうか?とのご質問がありました。

川東小学校では、メディアとしてではなく、「ノーメディア」について、次のように考えています。

## 「ノーメディア」とは?

テレビ、ゲーム機、スマートフォン、タブレット、パソコンなどの利用を控えること。

※ 「など」とありますので、ご家庭で追加される場合もあるかもしれませんね。

※ 「控える」必要があるのは、過剰な接触が成長に悪影響を及ぼすと言われているからです。

※ 悪影響=次のような影響を及ぼすことがあるそうです。

- ・体力、視力の低下
- ・言葉の遅れ
- ・落ち着きがなくなる
- ・睡眠の質の低下(寝ても疲れが取れにくくなる)
- ・メディアより面白いものを見つけられない(人と接しない)

	子どもの感想	お家の人から
1年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すごくすかでびっくりしました。</li> <li>・テレビが見られないじかんがあったけど、本よみとかうんどうをしました。</li> <li>・おてつだいをがんばりました。</li> <li>・かぞくとふれあうのがうれしかったです。</li> <li>・いえで本をよむのが大きいです。おかあさんにほめられました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初めてのノーメディアタイムでしたが、とても良い取組だなあと思いました。夕食中の会話も、テレビをつけなければこんなにコミュニケーションが取れるんだと感激でした。これからも続けていきたいです。</li> <li>・みんなで本を読んで、同じ時間や楽しさを共有できてよかったです。</li> </ul>
2年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本をよむのをがんばりたい。</li> <li>・勉強をしゅう中してすることができました。</li> <li>・いつもとちがうことをやるのも楽しかった。</li> <li>・さいしょはめんどくさいと思っていたけど、やれば楽しかったのでこれからもやっつけようと思います。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・祝日に絵本を買いに一緒に行ったら、それからは本を読むようになったので、今後も続けていきたい。日々の生活でノーメディアは本当に意識しないと難しいと改めて思いました。</li> <li>・子どもからテレビを消したりゲームを止めたりと自発的に動けていて、成長を感じました。</li> </ul>
3年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テレビをつけなくて勉強したのではやく終わりました。</li> <li>・ノーメディアタイムは、(いつもは)弟と遊ぶことが少なかったのでうれしかったです。</li> <li>・家族とたくさんふれあって楽しかったです。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テレビがないと宿題も早く終わり集中できるようです。また、テレビがないことで家族での会話がいつも以上に増えました。</li> <li>・学校から借りてきた本を読んでくれました。</li> <li>・寝る前30分のノーメディアをがんばろう。</li> </ul>
4年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本を読もうでほとんど×だったから、もっと読もうと思いました。</li> <li>・家族とふれあうことは、とても大事なことをあらためて感じました。</li> <li>・②は毎日やっているので続けたいです。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テレビをつけていると見てばかりでなかなかしていることが進まないの、これからは何かをするときには消そうと思いました。</li> <li>・良い機会になり、メディアタイムについて考えさせられました。</li> </ul>
5年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いつもより早くねむれたので、これからも続けていきたいです。</li> <li>・やろうと思ってもできないことがあったので、全部○になるようにしたいです。</li> <li>・ノーメディアだと早くねむれました。</li> <li>・たくさん本が読めました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝の散歩、読書、親子の会話などたくさんチャレンジできました。</li> <li>・もうちょっとゲームの時間を本を読む時間にかえていけるといいと思っています。</li> <li>・学校からノーメディアの期間があると守りやすい。</li> </ul>
6年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ノーメディアを意識することで時間を有効に使うことができました。</li> <li>・ねむりにつこうができなかったのでいけないと思った。</li> <li>・ねる前に30分本を読むと、すぐにねつけるので、とてもいいと思いました。</li> <li>・ネットを使用する時間が多いと思いました。</li> <li>・家族とたくさんふれあえたので良かった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・料理を一緒にしながらたくさん話ができて楽しかったです。</li> <li>・今の時代なかなか難しく、その中でも無理なくノーメディアができればと実践しました。</li> <li>・テレビをつけなくて宿題も早く終わり、ねる前に読書ができる時間もできてとても良いと思います。</li> <li>・掃除など、手伝ってくれて助かりました。</li> </ul>

