

令和2年6月10日

保護者様

日之影町立日之影小学校  
校長 川野 敏広

## アウトメティアへの取組について（お知らせとお願い）

梅雨の候 保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。さて、今月は、年間を通じて3回実施している「アウトメティア週間」です。つきましては、保護者の皆様には趣旨とねらいをご理解いただき、ぜひとも子どもたちの健全な成長のために、ご家族ぐるみでの取組をよろしくお願いいたします。

### 記

- (ねらい)・ アウトメティアへの取組をとおり、健全な生活習慣を身に付ける。  
・ メティア利用の時間を減らすことで、家族間の団らんの時間を確保する。

(実施期間) 令和2年6月11日(木)～6月17日(水)

- (実施方法) ① 「アウトメティアチャレンジカード」を配付し、チャレンジする内容を確認する。  
② 実施期間中の取組の結果をカードに記入する。  
③ カードに感想を記入し、6月18日(木)に学校へ提出する。

(選択コース)

\*できるだけ1日はノーメディアの日を設定する。

寝る時刻コース	学年に応じた就寝時刻を守る。
メティア時間コース	テレビやゲーム、インターネット等、全部を合わせたメティアの利用時間を守る。



# アウトメディアにチャレンジ!



ひのかげしょうがっこう小学校 ( ) ねん なまえ ( )

1 まずは、おうちの人と話し合っひと はな あて、だれがチャレンジするか決めましょう。

( ) 家族かぞくみんなで挑ちようせん戦 ( ) 親子おやこで挑ちようせん戦 ( ) 子どもこだけで挑ちようせん戦

2 今月は全員2つのコースにチャレンジしてもらいます。がんばって下さい。

○チェック	コース名 <small>めい</small>	チャレンジする内容 <small>ないよう</small>
○	寝る時間コース	1・2年・・・9時まで 3・4年・・・9時半まで 5・6年・・・10時まで
○	メディア時間設定コース (テレビ・ゲーム・インターネット・ 携帯等メディアの時間)	メディア <small>りよう</small> の利用時間 <small>じかん</small> 平日(1)時間(00)分まで 休日(2)時間(00)分まで

3 取組結果とりぐみ けつかを記入きにゆうしましょう。(ねたじこくとメディア時間)

@ノーメディアにチャレンジした日には★印をつけてください。

	6/11 (木)	6/12 (金)	6/13 (土)	6/14 (日)	6/15 (月)	6/16 (火)	6/17 (水)
ねたじこく 寝た時刻	じ ぶん 時 分						
メディア の時間	じかん ぶん 時間 分						

4 アウトメディアに取組とくんだ感想を書きましょう。(子ども)

5 おうちの方の感想、ご意見をお願いします。