



8月に始まった2学期も、残り1ヶ月を切りました。今年は暖かい秋でしたが、それでも朝晩の冷え込みは、近づく冬を感じさせます。今学期も最後まで、笑顔いっぱいの三小っ子であってほしいですね。

## 頑張りました 持久走記録会

先週、悪天候で実施できなかった持久走大会を、昨日（21日）にGパークで実施しました。



子どもたちは、これまでの練習の成果を発揮して、精一杯の走りを見せてくれました。

走るのが得意な子にとっては、自分の良さを発揮して自信を高める場になったでしょうし、走るのが苦手な子にとっては、苦しさ立ち向かい、乗り越える、心を鍛える場になったでしょう。

走り切った全員に、大きな拍手を送りたいですね。

会場には、たくさんの保護者の皆さんが、応援に駆けつけてくださいました。きっと、子どもたちの大きな力になったと思います。保護者の皆様、ありがとうございました。

## ノーメディアデー



11月13日に実施した「ノーメディアデー」の取組へのご協力、ありがとうございました。取り組まれたご家庭から、様々な感想をいただきましたので、いくつかご紹介します。

- 心身ともに健康に育つためにも、ノーメディアデーが週に1回あるとよいと思いました。
- テレビを見るよりも、ゆっくりした時間が流れる感じがしました。
- 月に1回、毎月テーマ（読書など）を決めてノーメディアデーをやるのもいいと思います。
- 休日に長くメディアに触れるので、休日もノーメディアデーがあるといいなとおもいます。
- 本来の生活リズムを見直す良い機会となるので、ノーメディアデーは必要だと思います。
- 家族みんなで話し合う時間ができて良かったです。
- 日頃からメディアコントロールをやっていかなければ、と意識するきっかけになりました。

各家庭で、読書をしたり、親子で会話やクイズを楽しんだり、アルバムを見て盛り上がりたり、ボードゲームに夢中になったり、色々と工夫して取り組んでいただいたようです。

中には、「少しでもメディアに触れないで過ごすのは難しいと感じました。」とか、「ニュースも見られないのは困る」というご意見もいただきました。今回の取組をきっかけに、ご家庭に合ったメディアとの付き合い方を考えていただけるといいですね。

私も、普段ついついタブレットやPCに手が伸びるところですが、我慢して読書を楽しみました。読み始めると夢中になり、この日で単行本1冊を読み切りました。虫の声以外、何も聞こえない静かな環境で、じっくり好きなことに集中するのもいいですね。今度は、ゆっくり絵をかいて過ごそうと思います。

