



自律を支えるスマイル上山生活大作戦！

子供たちの日常を見つめ直すために、7月7日(月)～7月13日(日)までの7日間、「メディア・コントロール週間」を設定しました。今回、最も大切にしてほしいのは、**家族で話し合っ、ルールを決めること**です。特に、朝に気持ちよく起きるための夜の過ごし方です。生み出した余白は、家族の絆を深める時間にしてほしいです。

今身に付けた「**いい習慣**」は、子供たちの人生を支える強固な土台になります。逆に、身に付いた「**悪い習慣**」は、大切なチャンスを逃したり、困難を避けたりする負のサイクルに子供を導いていきます。**メディア(テレビ・ゲーム・パソコン・インターネット・タブレット・スマホ等)**の視聴時間を減らし、メディアに支配されず自分でコントロールできる心と習慣を身に付けていくきっかけにしたいと願っています。保護者の方の御協力をよろしくお願いいたします。今後、学校では以下のような取組を計画しています。

- ①メディア・コントロール週間(7月)
- ②高学年(4～6年生)にメディア教室開催(7月)
※夏休み前に実施
- ③夏休み明けに生活リズム向上週間(9月)
- ④メディア・コントロール週間(12月)
- ⑤冬休み明けに生活リズム向上週間(1月)

専門家に学ぶメディアとの付き合い方！

7月7日(月)の6校時、4～6年生児童がメディア講習を受けました。講師は、長崎大学教育学部の「倉田 伸先生」です。情報の専門家で、長崎県の様々なメディア講習等に呼ばれている先生です。この講習では、SNSで見えない相手を想像すること、自分と他人の受け止め方は違うこと、メディア使用を短縮して生み出した時間の使い方などを学びました。**メディア・コントロールの日常化、基本的な生活習慣の向上**を図ることによって、自律の心と実践力の高まりを期待しています。

家族団らんの時間には、スマホを置き、顔を見合わせて会話をする時間を増やしていきましょう。子供のメディア・コントロールについて、家族で真剣に向き合う更なる一歩を踏み出してください。



無制限のテレビ視聴



深夜までゲーム三昧



長時間の動画視聴



オンラインゲームで課金



真剣に講習を受ける子供たち