

令和元年 6月20日

保護者の皆様

多摩市立西落合小学校  
校長 池田 泰章

## 「ノーテレビ・ノーゲーム週間」の取り組みについて

テレビやゲーム、パソコン、スマートフォン等のメディア漬けの生活による様々な影響が社会的な問題となっています。特に、体と心（脳）の発達途上にある子供たちへの影響は深刻であるといわれています。脳科学者や医学、教育の研究者や保育、教育現場等様々な分野からもこの問題をきちんと考えようという動きが広がっています。

本校では、子供の心身の健全な発達のために、家庭や子供自身がテレビやゲームとどのように接したらよいかを考えるきっかけにしておうと、児童館とも連携しノーテレビ・ノーゲームに取り組んできました。その結果、生活習慣が整ったり、読書の機会が増えたり、遊びが豊かになったり、家族のコミュニケーションの機会が増えたりと様々な成果が生まれています。今年度も取り組みを続けていきます。名称はノーテレビ・ノーゲームですが、絶対に見ない、しないということではなく、テレビやゲームとのつきあい方を見直す機会にさせていただくことを目的としています。この取り組みを効果的に活用していただき、ぜひ我が家流のメディアとのつきあい方を作り上げていってください。

### 1. 実施方法

☆実施期間に学校からカードを配布します。

☆各ご家庭でお子さんと話し合っ決めて『チャレンジ目標』に取り組めます。

〈チャレンジ目標例〉

\*テレビを見る時間を減らす。（1時間までにするなど具体的に設定する）

\*ゲームの時間を減らす。（30分までにするなど具体的に設定する）

\*読書の時間をつくる、外で遊ぶなど、テレビを見ない、ゲームをしない時間の使い方をする。

☆目標はいくつでもよいですが、毎日無理せずにやれそうなことを取り組むようにしてください。

☆ノーテレビ・ノーゲーム週間の取り組み後に、感想をカードに記入し振り返りを行います。

### 2. 実施日程

1学期： 6月24日（月）～ 6月30日（日）

2学期： 10月28日（月）～ 11月3日（日）

3学期： 2月25日（火）～ 3月1日（日）

※今年度は夏休みと冬休みは実施せず、年3回学期ごとに実施します。