

令和2年6月18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、家族と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。
- ・各ご家庭で取り組むレベルをお子さんと話し合っ、目標設定をします。
- ・レベルの☆5に挑戦する人のみ、自分で目標設定を考え、記入します。

〈チャレンジ目標例〉

\*1週間ノーゲームで、毎日1時間以上読書をする。

\*1週間ノーテレビ・ノーゲームに挑戦する。

- ・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。

※タブレットを使用した学習は、テレビ・ゲーム時間に含みません。

### 2. 実施日程

前期： 6月23日（火）～ 6月29日（月）

後期： 10月13日（火）～10月19日（月）

2月22日（月）～ 2月28日（日）