



夏休みはメディア使用時間が長くないがちです！

長期休業中は、生活リズムが乱れたり、メディア使用時間が長くなりがちです。メディア使用についてのルールづくりなどを通して、メディアコントロールする力を生徒自身が獲得して行ってほしいと考えています。ご協力をお願いいたします。

ケータイ・スマホ安全教室



7月4日に、元小学校教諭の中村ひとみさんを講師にお招きし、「ケータイ・スマホ安全教室」を開催しました。2年生は対面で、1・3年生はリモートで受講しました。トラブルの事例や、トラブルに巻き込まれたときの対処の仕方、スマホの健康への影響、ネット依存が増加している現状等の話をしていただき、生徒は興味深く聞いていました。右に載せているのは、講師の先生が提案された家庭でのルールの一案です。ぜひ夏休みに向けて、ご家庭で話し合っていただけたらと思います。

スマホの健康への影響

電磁波の危険性



子どもの方が影響が大きい！

目への影響

スマホを見続けると

両目が内側に寄る

急性内斜視

どちらかの目が内側に寄ったままになる



姿勢への影響



まき肩・スマホ首・猫背

生徒から大人に言いたいこと

ゲームのじゃまをするな。

スマホ買ってきてくれてありがとう。

子どもの気持ちを考えて。

インターネットは人をいやすものであり、壊すものでもある。

2・3歳の子どもにスマホ使わせるな。

お前らこそ暗い所で、使いすぎじゃねーの。

ネットと上手く付き合っていく。

課金させろ

あんたの子供の頃と違うんやから外で遊べ言うな。

子どもに注意するなら、大人もちゃんとする。

家庭でのルールづくりから始めてください！



講師の中村ひとみ先生

- ①買う前にルールを決める。
- ②子どもに占有させない。
親名義で購入→子どもに貸し出す
- ③使用場所・時間を決める。
夜9時まで 充電はリビング
メディアは1日2時間まで
- ④金額を決める。
オンライン決済させない
- ⑤運転中・食事中は使わない。
- ⑥1週間に1回は親に見せる。
- ⑦困ったら相談する。
- ⑧ルールを破ったらペナルティ
- ⑨書面に残す。→ 掲示しておく。
- ⑩家族の時間を大切にする。