



かどっぴー・かいつー

ふれあい

平成26年8月 NO5
発行 門川町教育研究所
所長 新原とも子
TEL 63-1566
五十鈴小学校内(教育相談室)

夏休みは、自分から勉強する力をのばす、チャンスです！

今月は、夏休みということで、テレビやゲーム、携帯電話やスマートフォンなどの「メディア」に関する問題と、「家族で読書をしよう」という取組(家読)に関する情報をお届けします。どちらも夏休みという時期と深く関わっていますので、是非、家庭で参考にして、自ら勉強する力を伸ばす、有意義な夏休みになることを期待しています。

テレビやゲーム、携帯電話やスマートフォンの影響を考えよう！

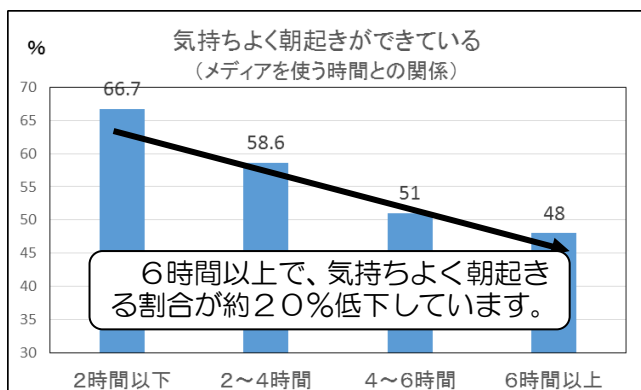
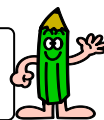
家族でルールをつくって、有意義な夏休みにしましょう。

メディアをめぐる問題とメディアコントロール

夏休みは、テレビをみたり、ゲームをしたり、携帯電話やスマートフォンを使ったりする機会が増えます。これらの「メディア」をめぐる問題は、「メディア依存症」や、「メディア漬け」などと言われて、大きな社会問題なっています。さらに、「ネットいじめ」や「ネット犯罪」もこの延長線上にあります。そのために、家庭で、使う回数や時間を決めるなど、ルールをつくって、子どもの健全な育成を図る必要があります。これをメディアコントロールと言います。

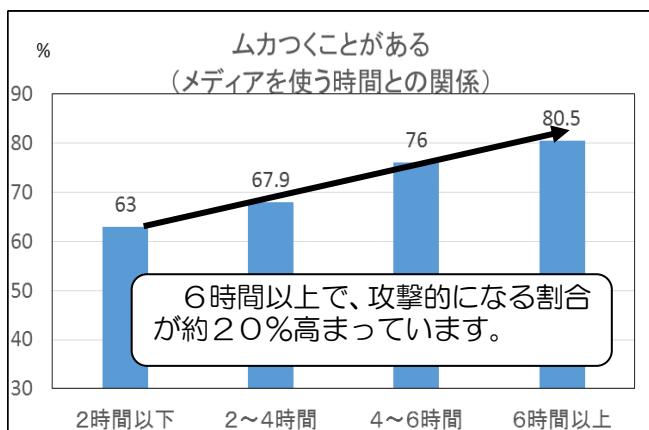
メディアが子どもにおよぼす影響例

文部科学省の調査データから引用しました。(小学生)



朝起きられない、ムカつくなどの影響

テレビやゲーム、携帯電話やスマートフォンなどのメディアに接する時間が6時間以上の子どもは、2時間以下の子どもに比べて、朝気持ちよく起きられない、ムカつくことが多い、ということがグラフからわかります。実態調査の結果、メディアが、子どもたちの生活に深刻な影響をおよぼしていることがわかりました。



影響が見られたこの他の例

- 生きていても仕方がない。(24%高い)
- 人の役に立ちたい。(20%低い)
- 自分の役割を果たす。(20%低い)
- 寝る時間が遅い。(18%高い)
- 人をなぐってみたくなる。(18%高い)
- 自分にはよいところがある。(12%低い)
- ※ 6時間以上メディアに接する子どもは、生活や考え方、態度など、様々な面でマイナスの影響を受けています。



テレビやゲームのルール例

- ① テレビを見る時間を決める（1日〇時間）
 - ② ゲームをする時間を決める（1日〇分）
 - ③ 食事のときはテレビを消す
 - ④ 勉強するときはテレビを消す
 - ⑤ ノーテレビデー（毎月1日）
 - ⑥ ノーテレビデー（毎週1日 〇曜日）
- ※ まず、勉強の時間を決めて、その他の時間の中でテレビやゲームの時間を決めるようにしましょう。テレビやゲームが優先されないことがないようにしましょう。



携帯電話やスマートフォンのルール例

- ① 使う時間のルール
* 9時からは充電して使わない。
 - ② 使う場所のルール
* 家ではリビング、外ではマナーを守る。
 - ③ つなぐ相手のルール
* フィルタリングをはずさない。
 - ④ 個人情報のルール
* 家族や友達の情報を教えない。
 - ⑤ トラブルの時のルール
* 必ず家族に相談する。
- ※ ルールを守ることが、自分を守ることにつながります。友達にもルールを伝えておきましょう。



夏休みこそ家読にチャレンジしよう！

テレビを消して、家族で読書を楽しみましょう。

県教育委員会、家読.comの記事を参考に
にして作成しました。

「家読（うちどく）」とは「家庭読書」のことで、「家族ふれあい読書」を意味します。この「家読（うちどく）」は、「朝読」（学校での朝の読書）の家庭版として考えられたものです。家族で本を読んで、それをきっかけとして会話がはずむ、お互いの理解が深まるなどの「家族の絆づくり」や子どもの読書習慣をつくることなどを目的としています

家読の日を決めよう

- ① 週1回、2週間に1回、曜日を定める。
- ② 「うちどく週間」を決める。
- ③ 家庭の日（毎月第3日曜日）、毎月30日、毎月1日など、日を決める。
- ④ 学校や自治体が決めた「うちどくの日」と同じにする。
- ⑤ 記念日（誕生日・子どもの日・母の日・父の日）に行く。 など

我が家の家読スタイルを決めよう

- ① 開始する時間を決める。
- ② 家族で同じ本を読む。
- ③ それぞれが選んだ本を読む。
- ④ 大人が子どもに読み聞かせをする。
- ⑤ 子どもが大人に読み聞かせをする。
- ⑥ 1冊の本を順番で音読する。 など



ノーテレビ、ノーゲームで家読をしよう

- * 家族みんなで話し合っ決めてよう。
- * テレビを消した後の素敵な時間を家読タイムにしよう。
- * まずは10分間、テレビやゲームなしでチャレンジしよう。

教育研究所からのアドバイス

家読を、まずは10分間から始めましょう。テレビを消して、親子で読書をする素晴らしい感動を味わいましょう。家読をすることで、親子の会話がはずむようになります。親子の絆を深めることができます。

子どもの教育や子育てで、悩んでいませんか？

困った時には、教育相談室に
気軽に電話をしてください。

相談電話（門川町教育相談室）

63-1566

~~~~返信欄（教育研究所便り「ふれあい」へのご意見やご感想をお聞かせください。）~~~~