

昨年度は小学校の追跡調査を行い、1回目の調査に比べて児童のテレビ視聴時間が約半分に減少していることが分かり、取り組みの成果と捉えています。

中学校では新たに全7中学校で「メディアの利用に関する実態調査」を行った結果、体調不良などの健康被害に加え、思春期特有の携帯電話（メール）などによるトラブルや心の不調が原因で保健室を利用する生徒が増えていることが明らかになりました。

本年度は各中学校区で連携をしながら、取り組みを充実させたいと考えています。

アウトメディアにチャレンジ

年齢	1	2	3	4	5	6
テレビ視聴時間(分)	100	150	200	250	300	350
ゲーム時間(分)	50	100	150	200	250	300
読書時間(分)	30	40	50	60	70	80
運動時間(分)	20	30	40	50	60	70

- たまごコース
食事のときはテレビやゲームを消す。食事をしながら家族の会話の楽しさや大切さを実感できます。
 - ひよこコース
テレビやゲームは1日2時間まで。メリハリのある生活が体験できます。
 - にわとりコース
1日まったくテレビもゲームも見ない。上手な時間の使い方を考えることができ、充実した1日を過ごせます。
- ◀左の点検票に記入。児童は上記3つのコースから自分で挑戦したいコースを選択。



メディアから離れてみよう

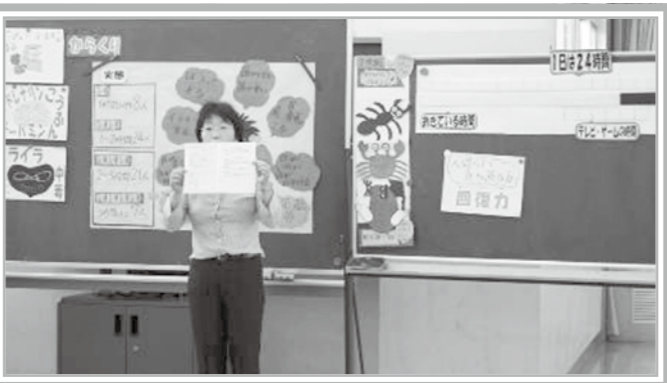
Protect a child from the media

～「アウトメディアにチャレンジ」の取り組み～

教育指導課指導係 ☎0824-73-1184

【取り組み後の保護者の感想】

- 親子での会話や読書量が増えた。
- 夜がとてもしずかで、テレビやゲームの音のない生活もいいなと思う。
- 時間を気にするようになった。



▲1日の時間を線で表し、寝ている時間・起きている時間を色分けしながら、テレビ視聴時間について意識させる指導を行っている

●学校での保健指導

「アウトメディアにチャレンジ」の取り組みと並行して、各学校では養護教諭がメディアの利便性・良さの反面、「過剰に利用することによる体への被害」などについて保健指導を行っています。

今、うちに脳をきたえよう

ゲームと運動、脳が活発に動くのはどっち？

ゲームをしている時と、運動をしている時の脳の動きの違いを調べました。

脳はからだの司令塔

40000000000 脳細胞の数は

大人 1,400万 小学生 1,300万 赤ちゃん 400万

脳が動く部位が異なること、年齢による脳の違いについて指導を行っている

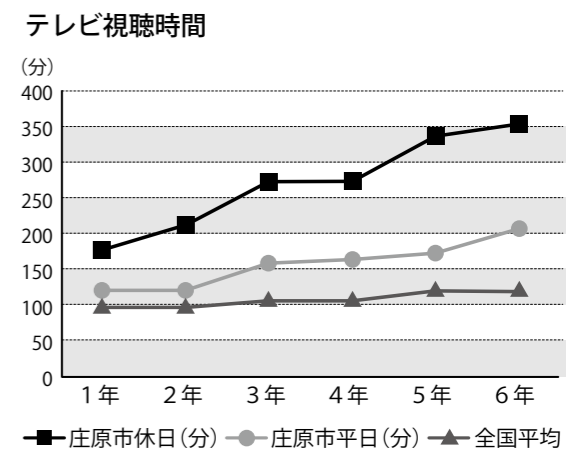
●子どもたちの実態

現代の社会に生きる子どもたちの多くは、幼いころから、本人の意志のあるなしにかかわらず、テレビ・パソコン・携帯電話など、メディアに囲まれた生活を送っています。確かに、「メディア」は社会生活上重要な役割を担っており、欠かせないものとなっていますが、その裏側に潜む子どもたちの心身に及ぼす影響について、私たち大人が理解し、子どもたちを守る必要があります。

庄原市学校保健会養護教諭部会（小学校部会）で、養護教諭が子どもたちの様子について情報交流を行う中、次のような実態が明らかとなりました。

- 家庭でパソコン・ゲーム・テレビを長時間使用している児童がいる。
- 休日の過ごし方が影響し、休み明けに保健室を利用する児童が多い。
- 睡眠不足から体調不良を訴える児童がいる。

これらの実態は、子どもたちのメディアとの関連が大きいと考え、部会では大学講師を招き、「メディア被害」について研修を行いました。そして、子どもたちに、「メディア利用」に関する正しい知識を身に付けさせ、健康的な生活を送ることのできる力を育むための取り組みを始めました。

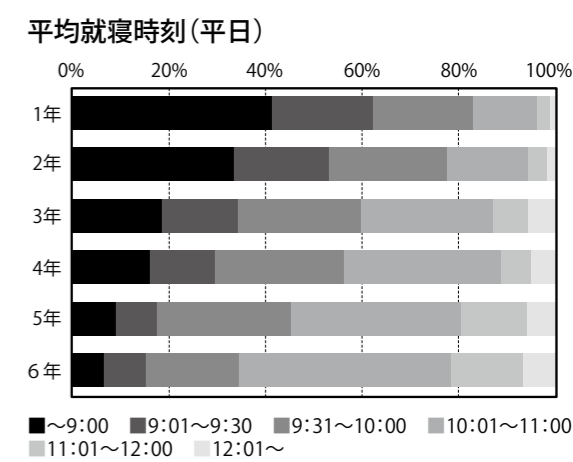


●メディアの利便さ

- 知りたい情報がすぐ手に入る。
- 一度に多くの情報を得ることができる。
- 机にしているだけで、情報を知ることができる。

●メディアによる悪影響

- 長時間の接触により視力が低下し、倦怠感を覚える。
- 情報が一方的に入り込み、受身になり、主体的に考えにくくなる。
- 「ゲーム」と「現実」の世界の区別がなくなる恐れがある。



●養護教諭部会の取り組み

このような実態から部会では、平成23年度にアンケートによる児童の実態把握・分析を行い、「家庭での時間の過ごし方やメディアとの接触時間を改善する必要がある」という共通認識を持ちました。これらのことを踏まえ、子どもたちが日常生活の中で、必要なメディアを選択することができる力を身に付けることを狙いとした「アウトメディアにチャレンジ」の取り組みを市内全小学校で始めました。これを進めるに当たり、校内の教職員の共通理解を図り、保護者へは啓発資料としてリーフレットを配布するなどし、協力を求めました。保育所や中学校など関係機関にも協力をお願いして取り組みだ地域もあります。

子どもたちのために、それが大人の責務

今回の庄原市を挙げての「アウトメディアにチャレンジ」の取り組みは、保護者から「家族の中で笑顔や会話がなくなった」などの感想をいただき、継続して取り組むことで「ゲームへの依存」を予防する効果があると期待しています。

子どもは大人と違い、発育発達途中にあります。この時期の環境・条件が人格を形成していくことを大人が理解し、家庭の中で「親子のコミュニケーション」はあるか、「静かに話をする時間はあるか」「テレビを消してご飯を食べているか」など、今一度子どもを取り巻く環境を振り返り、子どもたちの良い環境を整える努力をしていくことが、私たち大人の責務であり、庄原市の未来につながる大切な使命だと考えています。

庄原市立立南小学校 養護教諭 井上 京子 さん