



家族でチャレンジ メディア コントロール

【話し合って決めましょう】

この取組を通して、

- ① ゲームや動画視聴の時間をコントロールし、健康的な生活リズムを身に付けてほしい
- ② 家族や様々な人と直接話すことを大切にしてほしい と願っています。

お互いのメディア環境を理解し合って、
上手にNOと言える
人間関係を作ることが
必要です

チャレンジ A～E から 選んで
南チャレカードに 書きましょう

【メディアの定義】

ケータイ・スマホ
パソコン・タブレット
テレビ（DVD・ビデオ）
ゲーム機

A 食事中（朝・昼・夜）は
メディアを消す、はなれる



B メディアの使用時間が
合計 2 時間まで



C 1 日まったく
メディアを使わない



D ☐ 時にはやめる



E オリジナルのチャレンジ

Blank area for writing the original challenge.

保護者の皆さまへ

【再掲】文部科学省
リーフレットより

子供たちの「生きる力」を育むには、学校での学びを日常生活で活用したり、ご家庭での経験を学校生活に生かしたりすることが、とても大切です。

お子さんが学校で学んだことについて、ご家庭で、ぜひ話してみてください。

保護者の皆さまの働きかけが、子供たちの「生きる力」を育む大きな原動力になります。

保護者の働きかけがある子供の学力は高いという傾向があります。

例えば・・・

- ☐ 学校や友達のこと、地域や社会の出来事など家庭での会話が多い。
- ☐ テレビ ビデオ DVDを見る時間などのルールを決めている。
- ☐ テレビゲーム（携帯電話やスマートフォンを使ったゲーム等を含む）をする時間を限定している。
- ☐ 子供に本や新聞を読むようにすすめている。
- ☐ 子供に最後までやり抜くことの大切さを伝えている。
- ☐ 自分の考えをしっかり伝えられるようになることを重視している。
- ☐ 地域や社会に貢献するなど、人の役に立つ人間になることを重視している。

（平成 29 年度全国学力・学習状況調査を活用した専門的な課題分析に関する調査研究）

子どもの心は、過ごした時間に大きく影響されながら できあがっていきます

子どもの 1 時間は、大人の 1 時間とは“重み”が違います。自分で苦労したり、体で感じたり、面倒なことを体験したり、違う考えの人と丁寧に議論を重ねたり・・・、実際のコミュニケーションの中で学ぶことが、何よりも大切な時期です。心を育てるときだからです。

また、睡眠も、何もしない退屈な時間も、大切です。テレビやゲーム、ネットが、子どもたちからそういう時間を奪ってしまっていないでしょうか。



どうして メディアコントロールが必要なの？

「小学生のメディア接触状況と意識・生活に関する実態調査」

小学生のメディア接触の状況と子どもの意識・生活の実態を明確にするための調査をアンケートとインタビュー形式で行い、その結果を取りまとめたものです。

1. メディア総接触時間と関連することから
 - ・接触時間が長いほど、自己肯定感が低い
 - ・接触時間が長いほど、対人関係に消極的
 - ・接触時間が長いほど、「キレル」傾向
 - ・接触時間が長いほど、生命観が否定的
 - ・接触時間が長いほど、長時間立っているとつい
2. 幼児期の親のメディアコントロールの影響
 - 幼児期にテレビ・ビデオ・ゲームなどと接触する時間を親がコントロールすること、小学校高学年の生活や感覚等との関連が明らかになったことから
 - ・学習時間や就寝時間に影響が見られる
 - ・幼児期のメディアコントロールは高学年のメディア接触に影響が見られる。

（子どものメディア接触と心身の発達に関わる調査・研究
～文部科学省ホームページより抜粋～）

子どもとメディアに関する 5 つの提言

NPO 法人「子どもとメディア」が 3 年間の実態調査と実践的研究の結果に基づいて 2003 年 3 月に発表した提言です。

- ・子どもの生活時間の中で、メディアに費やす「総時間」をコントロールしましょう
- ・とくに危険可能性が懸念される乳幼児のメディア漬けを、やめる取り組みを広げましょう
- ・主体性を持ってメディアを選択し、判断し、発信する力を養うメディア・リテラシーを、子どもも大人も身につけましょう
- ・子どもとメディアの"新しい関係"を求めて、広くネットワークを作り、協働して様々な研究と実践活動を進めましょう
- ・メディア漬けから抜け出して、遊びや仲間関係づくり、自然体験や文化活動などの生き生きした生活を広げましょう

「子どもとメディア」ホームページ <http://komedia.main.jp/>