

こどもとメディア No. 1

令和2年7月6日
天水中学校校区養護部会

「ノーメディア週間」から「メディアコントロール週間」へ名前が変わりました！

天水中学校校区では、子どもたちの健やかな心と体の成長を目指して、小中学校が連携しながら様々な取組を行っています。その中の一つとして、今まで「ノーメディア週間」を行ってきました。

メディアの使用には良いところもありますが、悪いところもあります。それを理解した上で、“メディアの使い方や使う時間・メディア使用以外の生活の仕方などを自分で考え、コントロールできるようになってほしい”という思いから、「メディアコントロール週間」に名前が変更となりました。

しかし、やり方などは昨年と変わりありません。今年度も天水町全体で「メディアコントロール週間」を頑張っていきましょう！



「メディアコントロール週間の目的」

- ・長時間のメディア使用による心身両面への影響を考慮する機会とする。
- ・睡眠や朝食、学習など、規則正しい生活リズムを整える機会とする。
- ・家庭におけるテレビやインターネット使用のルール定着を図り、家族の会話やコミュニケーションを増やす機会とする。

今年度のメディアコントロール週間日程

- 第1回 7月7日(火)～13日(月)
- 第2回 8月25日(火)～31日(月)
- 第3回 11月17日(火)～23日(月・祝)
- 第4回 2月9日(火)～15日(月)

家族に協力してもらい、メディアコントロールの力を付けましょう！



「天水ネットルール」をご紹介します！

“天水町の子どもたちがよりよくメディアを使用できるように”と、昨年度「天水ネットルール」を中学生が考え、小学生のみんなにもお知らせしてきました。みなさん覚えていますか？

今年度もこのルールをみんなで守り、メディアをよりよく使えるようにしていきたいと思います。

ルール①

「メディアコントロール」で早寝・早起・朝ごはん！

・就寝時刻を守る。それ以降の時間はノーメディア

【就寝時刻のめやす】

- 小学1～3年生・・・21：00
- 小学4～6年生・・・22：00
- 中学1～3年生・・・23：00



ルール②

天水ネットルール “3つの「あ」”

・相手の気持ちを考える

(相手が傷つくことは、ネット上でもしない。)

・アップしない

(ネット上には、個人情報や写真・動画をむやみにあげない。)

・会わない

(ネット上で知り合った人と直接会わない。)



ルールを守り、正しく使うことがみんなの心と体の健康につながっています。

みんなでメディアコントロールを意識した生活を送りましょう！！