

親子ふれあいだより

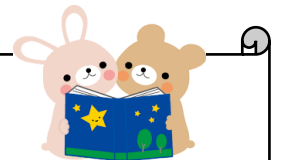
仙台市立芦口小学校 2022.11.8
No.2

保護者の皆様、「親子ふれあい週間」へのご協力、ありがとうございます。初めての取組ですが、有意義な時間となっていれば幸いです。2学期が始まり、新たな目標に向かって頑張っている子供たちです。ご家族でお話する時間や、励ましの言葉を掛けていただく機会にさせていただければと思います。今月もよろしくお願いたします。

11月の親子ふれあい週間 11月14日(月)～20日(日)

☆「親子ふれあい週間」に関するコメントを、匿名で「親子ふれあいだより」で紹介させていただく場合があります。親子ふれあい週間がよりよいものとなりますよう、ご協力をよろしくお願いたします。

親子ふれあい週間で取り組んだこと～子供たちの記録より



(1年生)

- ・タイマーをつかってメディアを見るじかんをはかってコントロールしました。こうさくとかそとであそびました。
- ・ごはんのじかんにてれびをけした。りょうりをした。
- ・りっちゃんさらだをつくってたべました。おいしかったからまたつくりたいです。

(4年生)

- ・最近はお母さんと一緒にパズルをしています。ふれあい週間があったおかげで、朝などよく話すようになりました。メディアの時間も少しずつ減ってきて良かったです。
- ・ちょっとした時間を使って、またお家の人と、少しお話したり、カードゲームなどをして、メディアの時間を減らしていきたいです。

お家の方から

(1年生)

- ・メディアの時間を具体的に決めることで、意識して自分から取り組むことができました。
- ・食事はテレビを消して、学校での話などを聞いてよかったです。シュウマイを一緒に作り、いつもよりたくさん食べられました。
- ・皆で顔を合わせて会話をしながら楽しめるボードゲームやカードゲームを時々やっていこうかなと思いました。いいコミュニケーションをとることができてよかったです。

(4年生)

- ・メディアの時間を決めて時間を減らしました。その分会話が増えたと思います。
- ・自分から夜ご飯の用意を手伝うと言ってくれました。その時はテレビをつけずに話をしながら作りました。
- ・メディアにふれることより、親子のふれあいを積極的にしようとしていて、うれしかったです。

～発育測定 of 保健指導より～

10月の発育測定では、養護教諭から、メディアの付き合い方についての保健指導がありました。メディアが体や心に与える影響、メディアとの上手な付き合い方について、学習することができました。

テレビ・ゲーム・タブレット・スマホなどのメディアをやり過ぎると…

- ① ぐっすり眠れなくなる。
- ② 視力が下がる。
- ③ 体力が低下する。運動不足による肥満。
- ④ 人と仲良くする力が育ちにくくなる。
- ⑤ 脳の働きが鈍くなる。
- ⑥ ゲームがやめられなくなる体になる。

やり過ぎると体や心にいろいろなことが起こります。

健康な心と体で、メディアとの付き合い方を考えてみましょう。

- ① 時間を決める。
- ② やるべきことを先にする。(例えば、宿題をしてから など)
- ③ 寝る1時間前には、メディアから離れる。
- ④ 暗い部屋では使わない。
- ⑤ 見ない日・やらない日をつくる。

できることから始めてみませんか。

メディアから離れた時間で、どんなことができるでしょう。



「親子ふれあい週間」の際にぜひ親子で考えてみてください。