



みどりは萌えて

<目指す児童像> 認め合う子 学び合う子 鍛え合う子

★HPアドレス <http://www.sendai-c.ed.jp/~matumori/> ★Eメール matumori@sendai-c.ed.jp

ブログの日々更新を目指して、学校の情報を家庭や地域に発信しております。御覧ください！

公式ブログ→ <http://www.sendai-c.ed.jp/~matumori/matusyoublog/>

仙台市立松森小学校

PTA親子講演会～親子で考えようメディアとの付き合い方

6月8日（金），国立病院機構仙台医療センター小児科医・田澤雄作先生を招いて「親子講演会」が行われました。小児科医の立場から「テレビ・ビデオ・ゲームの影響を考えよう」という演題で行われた講演会には，全校児童と教職員，保護者が参加し，メディアとの適切なかわり方について考える貴重な機会となりました。

以下に，講演の概要（抜粋）を掲載します。

「楽しい」には「感動する」と「興奮する」の2種類があります。

幼稚園の子が「わっ」とおどかしこをします。すると楽しくて笑顔（感動）になります。これは脳によいことです。また，チョウチョを見て「きれいだな」と静かに感動して笑顔になります。これも感動で脳によいことです。

ゲームやスマホをしているときは笑顔がありません。これは脳みそによくないです。テレビを見ている時の顔はどうでしょう。緊張した顔になっています。ゲームをしているときは興奮している顔になっています。ゲームは笑顔をうばうものなのです。

テレビやゲームを2週間やめた5年生の顔をみると，自然な笑顔が戻っています。また，先生をなぐったりガラスを割ったり，女の子を突き飛ばす男の子がいましたが，テレビやゲームを2週間やめたら，自然な表情になり，悪いこともなくなりました。

テレビはピカピカ光るので，どうしても見てしまうものです。テレビがついている部屋にずっといた9か月の赤ちゃんが便秘になり病院に来ました。笑顔がなくなっていました。テレビを消して2週間過ごしたら笑顔が戻りました。はいれんやめまいの子供たちもテレビやゲームをやめるとよくなりました。スマホも同じです。

笑顔のない病気「慢性疲労」はテレビができてから出てきた病気です。

おでこの裏に「前頭葉」という「笑顔」を作る部分があります。前頭葉が疲れると朝起きられず，頭痛になり，笑顔がなくなります。テレビやゲームは前頭葉を疲れさせるものなのです。

中学1年生の例を見てみましょう。1週間テレビやゲームをやめただけで，がまんする力が出てきました。前頭葉はがまんする力にも関係しています。

ゲームをすると興奮します。興奮するとアドレナリンが出ているので，ゲームをしてから学校に行くということは，アドレナリンの注射をして学校に行くのと同じです。

ゲームを禁止されると泣いてしまいます。でもゲームをし過ぎると泣くことすらできなくなります。どんな子でも，テレビやゲームをやめれば，人間の本来の姿に戻ることができます。大切なことは，テレビ・ゲーム・スマホから離れて，早寝・早起きして，テレビを消して外遊びをすることです。①ゲームは15分まで。②毎日しないこと。

③するなら土曜と日曜だけ。というように中毒にならないよう気を付けてテレビやゲームと付き合いましょう。テレビを見過ぎたり，ゲームをやり過ぎたりすると，おかつき，きれて，あばれるようになってしまうので気を付けましょう。

がんばる力を作れない不登校の問題もあります。4年間学校に行けなかった子も1年間テレビやゲームをやめたら学校に行けるようになりました。テレビやゲームの時間を決めて，約束を守ることが大切なのです。



今年度の協働型学校評価の重点目標は、

- ① テレビを見たりゲームをしたりする時間が2時間以内の児童の割合を80%以上にする。
- ② しっかり朝食を取る児童の割合を95%以上にする。

で、特に①の目標に関連のある講演内容でした。

今回の講演を、子供たちとメディアのかかわりを見直す機会と捉え、学校・家庭・地域が協働して子供たちのよりよい成長をサポートできればと思います。お忙しい中、講演会に足を運んでくださった保護者の皆様、多数の感想も寄せていただき、大変ありがとうございました。

講演会に参加した保護者の皆様の感想（一部）

ありがとうございました。

- 習い事を始め、夢中になることができたら（テレビなどを）見ることは減りました。親も子供の前で携帯を触りすぎないなど、（メディアの）影響を再確認する良い機会になりました。【2年保護者】
- 今の子供に「止めなさい」と言っても止めないと思うので、我が家ではまず時間を決めて「2時間以内」に少しでも近づけるように日々、気を付けていこうと話し合いました。【4年保護者】
- 私の小さい時は、トランプなど家族でワイワイ楽しかったです。自分の子にも同じように楽しいと思える時間を作ってあげたいと思いました。【5年保護者】

三者の改善活動（案）

重点目標の達成のため、学校・家庭・地域でできる改善活動を考えてみました。下記を参考に御家庭でできる改善活動について話し合い、実践してみてください。

- ① テレビを見たりゲームをしたりする時間が2時間以内の児童の割合を80%以上にする。
- ② しっかり朝食を取る児童の割合を95%以上にする。

学校

- ・けじめある学校生活へ向けた指導
- ・メディアとの適切なかかわり方の指導、啓発、児童会からの提案
- ・実態調査等の実施
- ・道徳授業の実践（節度節制の重点化）
- ・体験活動の充実
- ・体育、保健指導の充実
- ・外遊びの奨励
- ・松森っ子カードの活用
- ・ルルブルへの取組
- ・食育指導の充実
- ・おにぎりの日の設定
- ・家庭科授業の充実
- ・「親子で考える朝食メニュー」の企画

家庭

- ・テレビ・ビデオ・ゲーム・スマホなどの非現実的映像への接触時間を決める
- ・PTA講演会の参加
- ・直接体験の機会を多くする
- ・外遊びの奨励
- ・早寝早起きの実践
- ・バランスのよい朝食
- ・家族一緒に朝食をとる
- ・「親子で考える朝食メニュー」の応募
- ・外遊びの奨励
- ・親子読書、調理の奨励

地域

- ・直接体験、コミュニケーションを深める地域行事を企画する
- ・ホテルを観る会
- ・地域スポーツ大会
- ・「親子で考える朝食メニュー」の応募
- ・外遊びを促進する環境整備

テレビを見たりゲームをしたりする時間が
2時間以内の児童の割合を80%以上にする。

学校

- けじめのある学校生活へ向けた指導
- メディアとの適切なかわり方の指導, 啓発
- PTA講演会への協力
- 実態調査等の実施
- 道徳授業の実践 (節度節制の重点化)
- 体験活動の充実
- 保健指導の充実
- 体育授業の充実
- 外遊びの奨励

家庭

- テレビ・ビデオ・ゲーム・スマホなどの非現実的映像への接触時間を決める
- PTA講演会の参加
- 直接体験の機会を多くする
- 外遊びの奨励
- 親子読書タイムの奨励

地域

- 直接体験, コミュニケーションを深める地域行事を企画する。
- ホタルを観る会
- 地域スポーツ大会

しっかり朝食を取る児童の割合を95%以上にする。

学校

- 松森っ子カードの活用
- ルルブルへの取組
- 食育指導の充実
- おにぎりの日の設定
- 家庭科授業の充実
- 実態調査等の実施
- 「親子で考える朝食メニュー」の企画
- 体育授業の充実
- 外遊びの奨励

家庭

- 早寝早起きの実践
- バランスのよい朝食
- 家族一緒に朝食をとる
- 「親子で考える朝食メニュー」の応募
- 外遊びの奨励
- 親子で一緒に食事を作ったり, 片付けたりする機会の奨励

地域

- 「親子で考える朝食メニュー」の応募
- 外遊びを促進する環境整備

改善計画【学校】

4～7月	9～12月	1～3月
心とからだの健康調査 生活状況調査 全校田植え 野外活動 PTA講演会 修学旅行 親子で考える朝食	生活調査 全校稲刈り	心とからだの健康調査② 給食週間
校外学習外遊びの奨励, 体育授業・保健指導の充実, 道徳授業の実践, 家庭科授業の充実 全校おにぎりの日, 松森っ子カードの活用,		

