



本郷小

会津美里町立本郷小学校
令和5年度学校だよりNo.29
令和5年11月16日
発行者 校長 星 潔

チャレンジメディアコントロール！

今週から教育相談がスタートしています。また来週には個別懇談も始まり、早い下校時間が数多くなります。子ども達にとって家庭で過ごす時間も多くなります。そのためにメディアの時間が長くなりすぎるのではないかと心配しています。そこで中学校の期末テスト期間に合わせて、『チャレンジ「メディアコントロール」』を来週1週間(20日～24日まで)実施することとしました。下記の用紙を明日配付いたします。

チャレンジ「メディアコントロール」							本郷小学校	
年 組 番 名前								
<わが家のメディアコントロール宣言> (家族で話し合って自分の家のメディアコントロール宣言を作ってみよう)								
<みんなのめあて> メディア(テレビ、ビデオ、ゲーム、スマートフォン、タブレット、パソコンなど)の時間を2時間以内にしよう!!								
<じぶんのめあて> ・じぶんのめあてにはじぶんががんばりたいことをかいてみよう。本を毎日読む、早ね早おきをがんばる、家庭学習の時間、あいた時間を自分を成長させるためにとくいなことをのばす時間にするなど。読書や早ね早おきや家庭学習のこと、じぶんを成長させるためのことなどからきめてみよう!!								
1 めあての反省 めあてが達成できましたか。								
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	点数	
11月	20日	21日	22日	23日	24日	25日	合計点数	
みんなのめあて							みんなのめあてとじぶんのめあての合計点数	
じぶんのめあて							じぶんのめあての合計点数	
※めあてがたいへんよくできたら◎ よくできたら○をつけましょう。できていないときはつけません。 ◎は2点○は1点です。それぞれ10点満点で合計20点満点です。								
2 メディアコントロールと家庭学習の振り返り								
子ども(児童らん) 感想・反省					保護者の方から			
3 カード提出日(担任の先生にカードを提出する日) 11月27日(月)								

ご家族で話し合ってください
「わが家のメディアコントロール宣言」を決めます。

メディアの時間、2時間以内という
全校共通の「みんなのめあて」です。

子どもたち自身が「じぶんのめあて」を記入します。

「みんなのめあて」と「じぶんのめあて」の取組の反省をします。

(児童らん)には子ども達が反省を書きます。「保護者の方から」の欄にはお手数ですが、保護者の皆様から一言いただければ幸いです。提出日は11月27日(月)です。

メディアは欠かせないものですが、自分でコントロールできる力を身に付けておかないと、様々な影響が出ることが分かっています。チャレンジ「メディアコントロール」の期間だけではなく、子ども達がメディアに関する自己マネジメント力を高めて、メディアと良い付き合い方ができるようになることを願います。お忙しい中大変ですが、チャレンジ「メディアコントロール」へのご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

めざせ体力向上 朝マラソン！

寒い朝が続きますが、朝から数多くの子ども達は元気いっぱい「朝マラソン」に取り組んでいます。特に「**チーム本郷**」の顔、最高学年である6年生が自分のめあてに向かって一生懸命に走る姿が見られます。その姿に引っ張られ、一生懸命に走っている下級生もたくさんいます。本当にすばらしい光景だなと思っていつも見ています。マラソンは苦しいものですが、持久力を高めます。体力を高めます。そして太陽光を浴びると脳内でセロトニンの分泌が促進されます。セロトニンは別名「幸せホルモン」とも呼ばれており、分泌量が増えると幸せを感じ、ストレスを解消してくれます。「朝マラソン」は体だけではなく、心も健康にするメリットがあります。これからも「**チーム本郷**」は「朝マラソン」にチャレンジしていきます。



校長のひとりごと

チャレンジメディアコントロールの願いを今号では記述しました。メディアといえば、私が子どもの頃はテレビがほとんど全てもいいくらいでした。また実家は居間にテレビが1つで、録画する機器も当時はもちろんなかったので「チャンネル争い」が勃発することもありました。兄弟対決では兄の力を利用していました。父が出てくると負けていた記憶があります。しかしながら家庭に1つのメディアは家族の会話も生まれたような気がします。家族で同じ番組を見て、家族団らんを過ごすことができました。でも今はテレビ番組もネット配信で見る時代ですし、テレビというよりも動画などを見る場合が多いかもしれません。また、集団というよりも個人で見る機会が多いのではないのでしょうか。星家では子どもがいた頃はスポーツのテレビ観戦は家族で行っていて、熱くみんなで応援していました。ハイタッチや絶叫、落胆など様々な感情を家族で共有したことも良い思い出です。皆さんのご家庭はいかがでしょう。ご家族でメディアとも良い付き合いができればいいですね。

11月22日（水）より個別懇談がスタートします。お忙しい中、時間を割いていただきありがとうございます。実り多い話し合いになればと思います。どうぞよろしくお願いいたします。