

三成小だより

令和7年度 12月号

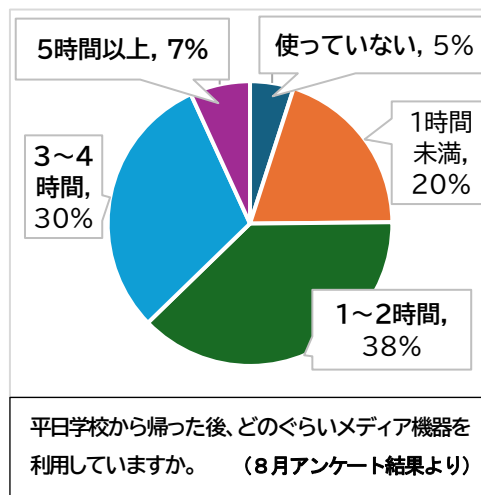
令和7年12月1日
富山市立三成小学校

メディアと上手に付き合おう

養護教諭 河越 仁和我子

子供たちの生活にはメディアが深く関わっており、日々の子供たちの会話の中にはネット動画やゲーム、アプリの話題等が多く聞かれます。

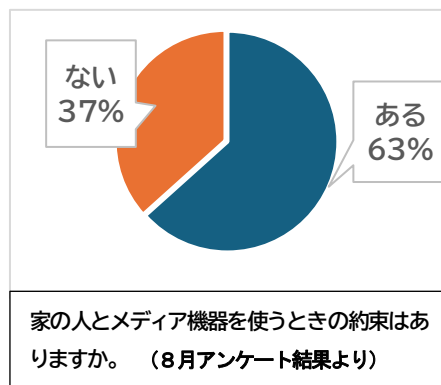
9月に本校で行なった学校保健委員会のテーマは「メディアと上手に付き合おう」でした。児童生活委員会の発表や、富山大学 山田 正明 先生のご講演「医師から見た子どものネット依存」から、子供たちは、メディア機器を使い過ぎると脳に悪影響を及ぼすことや、ネットやゲームがやめられなくなる依存症になることを知り、使い過ぎないためにはどうしたらよいか、それぞれが考える機会となりました。



～子供たちの感想から～

- ・ぼくは、ゲームを2じかんしかしていないけど、ゲームがだいすきだから、きをつけようとおもいました。ゲームをしすぎると、のうがなくなるのかなとおもって、ぼくもこれからゲームをしすぎないように、やくそくをまもります。(1年)
- ・メディアを長時間使ってしまうと、脳がとけたり依存症になったりしてしまうことを知りました。私はメディアを3時間以上使ってしまうことがあるので、家族と一緒にメディアや使う時間をできるだけ少なくして、家事を手伝ったり、家族と話す時間を増やしたりしようと思いました。(6年)

ただ、メディア機器に囲まれた環境で過ごすうち、「気を付けよう」と思う気持ちが薄れたり、つい夢中になって使い過ぎたり、いつのまにか1日何時間も使用する日が増えていたりすることもよくあることです。そんなときは、その都度ご家庭で話し合ったり、ご家庭でのルールを作ったり、見直したりする機会を繰り返し設けることが必要ではないかと思います。



子供たちは心も体もまだまだ成長の途中です。誘惑に負けず、自分自身の健康のために正しく判断し、継続して行動できるようになるまでは、ご家庭や地域の方々、学校全体での見守りが必要です。子供たちの健やかな成長につなげていけたらと思います、学校では昨年度より「1日最長2時間まで、午後9時以降は使わない」と、呼びかけています。

今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

