

例えば・・・

- ✓ 長時間のメディア利用は子どもの脳の発達の可能性を狭めます
- ✓ 思春期にメディア漬けでコミュニケーションの能力が低下します
- ✓ 最近の青少年のトラブルの多くはSNS（メディア利用）が原因です
- ✓ 親がスマホに夢中になり子どもを無視してしまう「スマホネグレクト」が問題になっています



だから・・・親子でトライ！

# アウトメディアチャレンジ

## アウトメディアって？

スマートフォン、タブレット、テレビ、ゲーム、パソコンなどの電子メディア機器から離れるように、時間を考え上手に減らす取り組みです。

## どうして取り組むの？

- 脳神経や目への健康被害を抑える。
- 家族のふれあいの時間を大切にする。
- 家庭学習や読書時間を確保する。

## メディアは1日2時間

園児・前期児童は午後9時、後期生徒は午後10時以降メディアに触れさせない

## 保護者の責任で管理

機器の置き場所・使用内容を決める  
フィルタリング・パスワード等を設定する



## 子どもたちの健康と未来のために 4つの提案！



他人の悪口を書き込まない  
個人情報漏らさない

## ルール・マナーを守る

子どもも保護者もみんな意識する

## 家族全員で取り組む

誰にとっても人生（時間）は有限です。子どもたちの将来を真剣に考え、今これを管理できるのは保護者と家族だけです。メディアにかかる時間を最小限にし、「心のつながり」を大切にしましょう。

飯舘村教育委員会

飯舘村立ままでの里のこども園 父母と教師の会  
飯舘村立いいたて希望の里学園 父母と教師の会