

● 特別活動 ●

# 子どもの生活習慣・家庭学習習慣の 改善・定着を目指して

西郷村ノーメディアの取り組みを通して

福島県 西郷村立小田倉小学校（校長 佐藤雅義）

- ① 平成26年度に西郷村PTA連絡協議会から「ノーメディアデーに関する提言」が出されたことにより、取り組みが始まった。
- ② 昨年度までのアンケートの結果、メディア接触時間が多い児童が多数見られた。また、土曜日、日曜日の家庭学習の時間が30分以下の児童も多く見られた。
- ③ 「ノーメディアデーめあてカード」を使用し、保護者への呼びかけを行い、毎週水曜日のノーメディアデー実施へ取り組んだ。
- ④ 「チャレンジスクール」「セカンドスクール」や「校長先生からの挑戦状」など、ノーメディアの時間を学習や体験活動の時間に変えるための働きかけを行った。

本校の学区は、福島県の南部、西白河郡の西郷村南端にあり、黒川を境に栃木県と接し、東北地方の入り口に位置している。

学校の東側には白河インターチェンジ、南側に東北自動車道、北側に国道4号線が走り、西には那須甲子の山々が連なり、四季折々の景色を楽しませてくれる。全校生徒433人の中規模校で、各学年3学級、特別支援学級3学級。特設クラブは陸上、吹奏楽、合唱の3つがあり4～6年生の合計130名が所属している。本年度で創立140周年を迎えた歴史ある学校である。

平成23年度より筑波大学附属小学校教官、福島県養護教育センター等の先生を講師に招き「一人一人が意欲的に学び、高め合う授業はどうあればよいか」を研究主題に、国語科、算数科、特別支援教育の3部会で研究を進め研究公開を開催している。

## I 研究の構想

### 1. 主題設定の理由

西郷第二中学校の大半が本校卒業の児童であることから、小中一貫型の教育が可能である。その良さを十分に生かし、9年間を見通した教育活動を行うために小中学校連携事業を行っている。この連携事業には、お互いの授業を見せ合う授業研究会と、各部会（学習指導推進、生徒指導推進、健康、体力向上）とがある。

―昨年、昨年と各部会において、「携帯電話でのトラブル」や「メディアに接触する時間が非常に多い児童生徒の存在」が話題に上がり、その対策について小中学校の教職員で話し合う機会があった。

また、昨年度、西郷村PTA連絡協議会で「ノーメディアに関する提言」が出され

たり、6年生による全国学力・学習状況調査や5年生による福島県学力調査のアンケートから「メディアに接触する時間が非常に多い児童の存在」や「メディアの接触時間が多く、休日家庭学習の時間が少ない」という傾向が示されたことから、「子どもの生活習慣・家庭学習習慣の改善・定着」を目指し、27年度は「ノーメディアの取り組み」を推進していくこととした。

## II 研究の実際

### 1. 西郷村との連携による取り組み

#### ノーメディア推進運動

平成26年に西郷村PTA連絡協議会、西郷村立小・中学校長会、西郷村青少年健全育成村民会議の連名で「ノーメディア運動の推進に関する緊急提言」が出された。

主な内容は次の通りである。

#### (1) ノーメディア推進運動の主な願い

- ◎ 過剰な接触から、子どもたちの心身の健康を守ります。(過剰な接触により、脳の機能が低下し、いらいら、怒りっぽい、表情がなくなる、落ち着きがなくなる、寝付けないなどの症状が現れます。)
- ◎ 携帯電話やスマートフォンのトラブルや、犯罪等から子どもたちを守ります。(ラインや書き込みなどのトラブル、不正アクセスによる高額な料金請求、携帯電話やスマートフォンへの依存が問題となっています。)
- ◎ メディアに接触する時間を減らし、家族団らんの時間を増やします。(メディアの過剰摂取により、家族と話す時間、読書、家庭学習の時間などが減少しています。)

### (2) 具体的な実践事項

- 毎週水曜日を「ノーメディアデー」とし、携帯電話やスマートフォン、テレビやビデオ、各種ゲーム機等、メディアの接触(使用)時間を減らす取り組み。
- 小中学生の保護者に対して「携帯電話やスマートフォンを所持させないよう理解を得る取り組み。
- やむを得ず携帯電話やスマートフォン等を所持させる際は、児童生徒の過剰接触、犯罪から子どもを守るよう保護者が責任を持つよう啓発の取り組み。

### 2. 本校の取り組み

#### (1) ノーメディアめあてカード

6月に昨年度と同じように西郷村PTA連絡協議会から「西郷村ノーメディアの提言」が出されたことを受けて、今年度は各家庭でめあてを決め、主体的に取り組んでいくための「ノーメディアデーめあてカード」を作成した。

#### ① ノーメディアめあてカードの内容

- ◎ めあて 水曜日のメディア接触時間の目安を1時間程度と設定し、児童が自分で考えためあてを記入させる。
- ◎ お家の方から 家庭でノーメディアについて話し合い決めたことや児童が書いためあてにコメントを記入してもらう。
- ◎ メディア接触時間の記入 ノーメディアデー(毎週水曜日)のメディア接触時間と月の合計時間、そして学期ごとの反省を記入させる。

#### ② 児童のめあて

児童は、自分の生活、実態に合わせて実現可能なめあてを決めて努力した。

- ・ 宿題、ピアノ、英語をやってから。(1年生)
- ・ 読書やお手伝い、外遊びをしてゆっくり過ごす。(2年生)
- ・ 普段からゲームの時間を1時間にして、目もちかかさないように目を離してやる。(3年生)
- ・ 1日1時間。(4年生)
- ・ 水曜日はノーゲームデーにする。テレビは水曜日1時間と決める。(5年生)
- ・ テレビやゲームをあまりやらない、見ない。家族との時間を増やし、家族との時間を大切にする。(6年生)

水曜日のノーメディアデーの時間の变化について集計を行った。

やはり低、中学年に比べて高学年が長時間接触していることが分かる。また、高学年のメディアに接する時間が月が進むにつれて増えていることが分かる。それでも、全体として、めあてと設定していた1日平均1時間に抑えられていたことは、子どもたちや保護者が意識しながら生活をしてきた結果だと思われる。

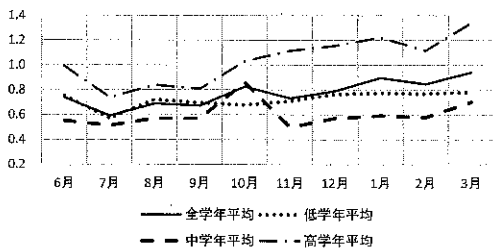
ノーメディアデー(水曜日)の 1日平均のメディア接触時間	
全学年の平均時間	0.8時間
低学年の平均時間	0.7時間
中学年の平均時間	0.6時間
高学年の平均時間	1.0時間

ノーメディアめあてカード											
めあて											
月	2学期(7月～12月)				1学期(1月～6月)				月合計	学年ごとの結果	
6月	6月11日	6月24日									
7月	7月1日	7月8日	7月15日								
8月	8月28日										
9月	9月2日	9月9日	9月16日	9月23日	9月30日						
10月	10月7日	10月14日	10月21日	10月28日							
11月	11月4日	11月11日	11月18日	11月25日							
12月	12月2日	12月9日	12月16日	12月23日							
1月	1月12日	1月20日	1月27日								
2月	2月5日	2月10日	2月17日	2月24日							
3月	3月2日	3月9日	3月16日	3月23日							

◆ ノーメディアめあてカード

③ ノーメディアデー時間の変化について

ノーメディア時間の変化



(2) 各学年で身に付けさせたい力

自主学習で取り組んだり、ノーメディアでできた時間で取り組んだりできるように「各学年で身に付けさせたい力」として、学年ごとにまとめたものを各家庭に配付し、活用できるようにした。

各学年で身に付けたい力

1～3年生の学習を1できるようにした。正確に読むこと1をまとめた表です。自分でできることを自分でノーメディアの時間に行ったり、自主学習として取り組んだりしましょう。

**1年生**

- ① ひらがなをかいた自分の名前が書ける。
- ② 1年生で習った漢字(50字)がすべて読める。
- ③ 図解(上・下・左・右)を正確に読んで文章が書ける。
- ④ 正しい読み順序を正しく読んで書ける。
- ⑤ ひらがな、カタカナ、漢字が書ける。
- ⑥ 時計が読める。
- ⑦ 100までの数が分かる。

**2年生**

- ① 正しい音読で、2年生で習った漢字(160字)がすべて読める。
- ② 図解(上・下・左・右)を正確に読んで文章が書ける。
- ③ 正しい読み順序を正しく読んで書ける。
- ④ ひらがな、カタカナ、漢字が書ける。
- ⑤ 時計が読める。
- ⑥ ひらがな、カタカナ、漢字が書ける。
- ⑦ 100までの数が分かる。


**3年生**

- ① 正しい音読で、3年生で習った漢字(200字)がすべて読める。
- ② 図解(上・下・左・右)を正確に読んで文章が書ける。
- ③ 正しい読み順序を正しく読んで書ける。
- ④ ひらがな、カタカナ、漢字が書ける。
- ⑤ 時計が読める。
- ⑥ ひらがな、カタカナ、漢字が書ける。
- ⑦ 100までの数が分かる。

◆ 1～3年生用


**4年生**

- ① 4年生で習った漢字【まじり】がすべて読み、書ける。
- ② 教科書、読書帳を正しく使い、文章を書くことができる。
- ③ 読書の楽しみを正しく伝える。
- ④ 小塚のかげ絵、わり算の理解ができる。
- ⑤ 分乗船を使って再度の渡り、かいたりできる。
- ⑥ 正方向の歩方の距離が分かる。
- ⑦ 17都道府県の位置が分かり、正しく書ける。【読書発表からのちようせんじょう】




**5年生**

- ① 5年生で習った漢字【しんがし】がすべて読み、書ける。
- ② 教科書を用い、線に沿って字を書いたり、測したりできる。
- ③ 小塚のかげ絵、わり算ができる。
- ④ 陸・島や分乗船の読み算、むき算ができる。
- ⑤ 割合や百分率を使った問題が解ける。
- ⑥ いろいろな図形の面積を求めることができる。
- ⑦ パソコンでローマ字入力ができる。
- ⑧ 日本のまわりの海外国の国名や位置が分かる。




**6年生**

- ① 小学校で習得すべき漢字のすべての読み書きができる。
- ② 小塚のかげ絵、わり算ができる。
- ③ 職業上の事件や人物について説明ができる。
- ④ 日本国憲法などの生命尊厳の大切の説明ができる。
- ⑤ 世界の主な国々の国名や位置が分かる。
- ⑥ 理科の測定器具の正しい使い方を覚えている。
- ⑦ 算数の計算、算位数の関係が分かる。



こんなこともやってみよう  
～生活の中で、学力をつけるために～

- 読んだこと、考えたこと、感じたことを日記やノートに書く。
- カルタ、遊具、ゲームなどを楽しむ。
- エッセイ、書評などを書く。
- 読書や新聞など、紙を扱うゲームをしてみる。
- 算数の生活とあそび、算数を楽しむ。
- 読書発表、読書発表など、自分の読書や感想を発表する。
- 読書発表、読書発表など、自分の読書や感想を発表する。
- 読書発表、読書発表など、自分の読書や感想を発表する。
- 読書発表、読書発表など、自分の読書や感想を発表する。



◆ 4～6年用

(3) 小田倉小学校・西郷第二中学校区  
地域教育懇談会における教育講演会

「メディア漬け」で壊れる子どもたち  
～スマホ社会の落とし穴～  
講師 清川輝基先生

本校の児童は、卒業するとほとんどが同村内の西郷第二中学校に進学する。ノーメディアの取り組みを進める上で中学校との連携は欠かせない。保護者・児童への啓発を図るために、今年度は、「メディア接触時間に係わる問題点」について、例年地域教育懇談会が開催している小田倉小学校・西郷第二中学校PTA合同の教育講演会を、平成27年9月25日に開催することとした。

また、ノーメディアの取り組みを西郷村全体で推進していることから、西郷村教育委員会及び西郷村PTA連絡協議会にも共催をいただき、広く村内の小学校5校、中

学校3校、幼稚園1校、養護学校1校に案内をした。

講師には、NPO法人子どもとメディア代表理事である清川輝基先生をお願いをした。清川先生との打ち合わせでは、「児童向けにも是非、お話をしたい」との案もあったが、会場が小田倉小学校であり、中学生の移動時間の調整がつかず保護者向けの講演会となった。

講演会当日、平日の午後6時からという遅い時間ながら、約120名の保護者、教育関係者、地域の方々が参加し、本校体育館で講演会が行われた。

<保護者の感想より>

○ 教育講演会に参加して、メディア漬けによる影響の大きさに驚くとともに、親として、子どもたちを守るために何をすべきかを考えることができました。

まずは、親自身がスマートフォンから離れ、子どもたちとの対話を大切にするように心がけたいと思います。

○ 我が家では、子どもがゲームに興味を持ったとき、パソコンの組み立てに挑戦させてみました。箱の中は意外に単純で、それが人の複雑さと対照的でとても驚いたのを覚えています。清川先生の話聞いて、私はもっとデジタルの世界を上手に利用しつつ自立できる子どもにしたいと思いました。

○ 「人体実験」衝撃的な言葉でした。今や必需品であるスマホが子どもにどれ程悪影響を与えるのかが分かりました。「スマホなどのメディアによって子どもとのコミュニケーションがなくなり、子どもの脳の発達が未熟となり、感情のコントロールができずにキレやすい子どもが育っているのもメディアが大きく関係している。」という内容でした。今回の講演を聴いて、子どもへのスマホ、ゲームの与え方を深く考えさせられました。



◆ 講演の様子



◆ 万華鏡作り

テレビ、DVD、パソコン、スマートフォンなどのメディア接触が長時間化することが、現代の日本の子どもに与える影響はとても大きいと改めて感じる講演会だった。

メディア漬けによって、子どもたちの体(足・筋肉・視力など)や心が「劣化」している。

現状を変えるためには、国や都道府県、市町村などの行政機関が問題点を挙げ、一人一人が「メディアコントロール」する能力の育成をしていくことが必要であることが分かった。我々、小学校を含め、教育機関が悪影響を伝え、自覚を促し、自立させていくことが重要である。ぜひ中学年、高学年の子どもたちにも聞いてもらいたいと感じた講演会だった。

#### (4) P T A 研修 (平成27年11月28日)

##### 「親子竹とんぼ・万華鏡作り」

P T A 社会文化委員会では毎年、親子の触れ合いを目的に研修を行ってきた。今年度は「メディアに接触する時間を親子の触れ合いの時間に」をテーマに広く保護者に呼びかけ、那須甲子青少年自然の家の職員を講師にお呼びして、竹とんぼと万華鏡づくりを行った。手作りで昔ながらのおもちゃを作れるとあって、およそ60家族、140名の参加があった。

#### <保護者の方からのコメント>

- 子どもと会話を楽しみながら、万華鏡や竹とんぼを制作しました。小刀で竹を削る難しさを知り、手にできたマメの痛みを感じ、万華鏡内の絵柄の変化を楽しみ、完成させる喜びを共有することができました。親子研修に参加し、『メディアの電源を切ることで始まる親子の触れ合う時間』が大切であると感じました。

#### (5) 暗記・暗唱チャレンジ

##### ① 校長先生からの挑戦状

(チャレンジ47都道府県テスト)

対 象：4年生児童

内 容：47都道府県

時 期：2、3学期

家庭でのノーメディアの時間を学校からの宿題、自主学習などの時間として有効に活用してもらうために、「校長先生からの挑戦状」を4年生に示し、47都道府県の暗記に挑戦してもらうこととした。

児童は、各自が各家庭で取り組み、自信がつくと休み時間に校長室に行ってチャレンジを受ける。その場で採点が行われ、満点が取れば合格でき、合格証がもらえる。合格者は各クラスに張り出される。

普段は入る機会のない校長室に入り、緊張しながらもチャレンジする。何回もチャレンジする児童も多く、努力して合格した喜びはとても大きい。



◆ 校長室での様子

## ② 暗 唱

対 象：6年生児童

内 容：日本国憲法暗記（前文の一部）  
雨にも負けず暗記（野口英世）  
千年万年（まどみちよ）  
天地の文（宮沢賢治）

時 期：1、2、3学期

6年生の3クラスで実施し、各家庭で自主的に覚えてきたものを学級担任がテストして間違えずに唱えることができれば合格となる。日本国憲法前文、他3つの課題については共通して実施。それ以外はクラス担任が選んだ課題を与えた。3月に行われた「6年生を送る会」で1～5年生に6年生全員で天地の文の暗唱を披露した。

## (6) 宿泊体験学習

（心を育てる豊かな体験活動）

### ① セカンドスクール

（平成27年11月16日～20日）

少子化と情報化に伴い、児童の生活体験や他の人との関わりが狭められ、基本的な生活習慣、勤労意欲、コミュニケーション能力が低下している。そこで、村内5つの小学校すべての5年生を対象に、学校別に4泊5日、独立行政法人 国立那須甲子青少年自然の家（以下「自然の家」という。）

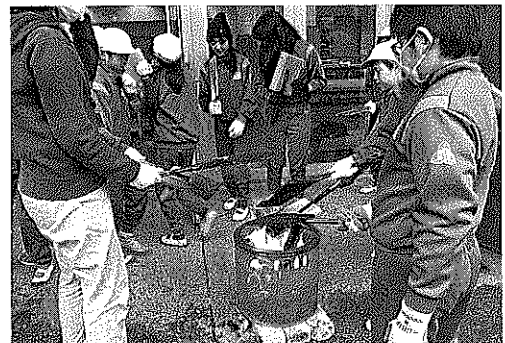
を家庭と学校に置き換え、同年齢による共同生活を実施している。この間、児童は保護者とメディアから完全に切り離される。

担任は自然の家に通勤し、自然の家を教室に日常の授業を行う。勤務時間が終わると担任は退勤し、自然の家職員と教職を希望するボランティアの大学生が7人程度の班に分かれ児童と共同生活を行う。

共同生活では、困っているときは「助けて」と自分の口で助けを求め、協力して解決することを指導した後で、ボランティアを中心とした家族で、キャンプや野外ハイキングなど様々な活動を計画させながら、規則正しく生活させる。

メリットとして次の三点が挙げられる。

- テレビやゲーム、携帯電話等のない、家庭とは違う環境の中で4泊5日の長期宿泊生活を送ることで、子ども同士の触れ合いを深め、わがままをしないなどの生活力や自立心を養うことができる。
- 学校の授業を自然の家の施設や環境を活用して、学校ではできない授業や活動を行うことで、学習の幅を広げたり、活動を充実させたりすることができる。
- 自然の家の職員や大学生の支援員の方々と触れ合うことで、多様な人との関わりを持つことができる。



◆ 焼き板作り

### <児童の感想より>

- 私は5日間ノーメディアを体験し、最初は、5日間も長いし、絶対（ゲームを）やりたくなると思っていました。そして、5日間テレビもゲームもない生活をしました。5日間は短く感じだし、楽しいことばかりだし、ふだんできないこともできだし、友情が深まる最高の思い出になりました。
- セカンドスクールでの1週間は、テレビもゲームもないものでした。とてもたいくつそう生活できるか不安でした。でも、夜の活動をしたり、友だちと話したりしながら過ごす5日間があつという間にすぎました。これからもノーメディアに取り組みたいです。
- セカンドスクールでは、テレビもなくメディアに接する機会がありませんでした。はじめは、がまんできるか心配でした。でも、みんなで話しをしたり、スポーツをやったりするとあつという間に、一週間がすぎてノーメディアもつらくなくなりました。家でも挑戦していきたいです。

### ② チャレンジスクール

(平成27年9月2日～4日)

西郷村内すべての6年生が参加し、中学校長の話を聞いたり、自然体験活動をしたりして、那須甲子青少年自然の家で2泊3日の宿泊をする。中学校への期待を膨らませたり、不安を解消し、中学校への接続をスムーズにすることを目的にしている。

村内5校の6年生が一堂に会し、学校がばらばらの班に分かれての交流を行う。

知らない友だちとの班による生活は、関わり合いという点ではセカンドスクール以上に苦勞する。しかし、知らない人とのコミュニケーションを通して、互いの良さを見つけ協力する中で友情を育み、主体的に活動する力が育つ良い機会となる。セカンドスクールと同様、メディアとの接触は一切なく、家庭とは違った環境で過ごす。

### <6年児童の感想より>

- チャレンジスクールでの生活は、テレビもゲームもない生活でした。「つまらないな。ゲームしたいな。」と思うときがたくさんありました。でも、その反対のいいところもありました。それはチャレンジスクールが終わって家に帰ってから、たくさんやりたかったゲームや見たかったテレビさえ見なくなりました。チャレンジスクールがすごくいい経験になったと思いました。家族にほめられ、びっくりされました。
- このメディアのないチャレンジスクールがすごく楽しかったと思った。メディアがなくても、同じ部屋になったみんなと何をするか考えて遊んだり、話したりして、3日間楽しく過ごせたからです。ソフトボールなどで知っていた人もいましたが、その他にも友達の輪が広がりました。



◆ 他校の友だちとキャンプの相談

### (7) ノーメディア・チャレンジ週間

水曜日のノーメディアデーだけでなく、1週間という長いスパンでメディアの接触時間を減らすことを目標に12月と2月の2回、「ノーメディア・チャレンジ週間」を実施した。ノーメディアめあてカードは自分のめあてを決めて行っているが、目標となる時間の目安がないと子どもたちも取り組みづらく、各家庭でも協力しづらいという先生方からの声から、今回はレベル1

からレベル5までの5段階の中から自分の目標となるレベルを選び実施した。

レベル1	夕食の時だけノーメディア ◇夕食の時にテレビやゲームを消すコース
レベル2	メディア1日2時間まで ◇番組や時間を決めて取り組むコース
レベル3	メディア1日1時間まで ◇番組や時間を決めて取り組むコース
レベル4	学校から帰った後、ノーメディア ◇メディアは朝だけのコース
レベル5	朝から寝るまで、ノーメディア ◇1日まったくメディアを見ない・しないコース

① 第1回ノーメディア・チャレンジ週間

(平成27年12月7日～12月13日)

◎ 「児童の感想」から

- テレビの誘惑に負けたので悔しかった。
- 土日は見ちゃったけどやればできるんだと思った。
- ふだんテレビをたくさん見るけど本当に見たいかをよく考えるようにした。

◎ お家の人の感想から (こんなことが良かった。)

- 子どもと一緒に過ごす時間が増えた。
- 時間を決めて取り組むのはいいこと。
- テレビを見ながらの勉強をやめることができた。
- 一週間という長い期間でも無理なく取り組むことができた。
- テレビが消えていると家族での話も増えて良かった。
- なるべくテレビを消し努力していた。

◎ お家の人の感想から (こんなことが難しかった。)

- 平日はきちんと取り組めた。休みの日はどうしてもテレビの時間が長くなってしまう。
- メディアに慣れている生活から離れるのは難しい。テレビやゲーム以外にできる楽しいことを再確認できると思います。
- 子どもたちより大人の方がノーメディアに取り組むのがなかなか難しいなど思った。

◎ ノーメディアの時間に何をして過ごしたか。

- 家の人との話、読書、工作、塗り絵
- 学校の話、手伝い、お昼寝、家族でトランプ、兄弟と遊んだ、将棋、ウノ、宿題、吹奏楽、漫画、お絵かき、ピアノの練習
- サッカー、ミニバスケットボール

② 第2回ノーメディア・チャレンジ週間

(平成28年2月7日～2月13日)

ノーメディア・チャレンジカード

本館が主催

本館が主催で実施する「ノーメディアチャレンジ週間」は、2月7日(土)から2月13日(金)までの1週間、本館が実施するレベル5からレベル1までの5段階の中から自分の目標となるレベルを選び実施しよう。

レベル1	夕食の時だけノーメディア ◇夕食の時にテレビやゲームを消すコース
レベル2	メディア1日2時間まで ◇番組や時間を決めて取り組むコース
レベル3	メディア1日1時間まで ◇番組や時間を決めて取り組むコース
レベル4	学校から帰った後、ノーメディア ◇メディアは朝だけのコース
レベル5	朝から寝るまでノーメディア ◇1日まったくメディアを見ない・しないコース

私は、今年(第2回)チャレンジカード、レベル  にチャレンジします

(新しいチャレンジカードはレベル  にチャレンジしました。)

取り組んだ期間を自分のペースで、努力しようとした結果、やりきれなかった日は、できなかった日は、反省し、次回に活かそう。

2月5日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日

取り組んだ感想を書いてください。

自分の感想
お家の人の感想
ノーメディアの時間に何をして過ごしましたか。

◆ 第2回ノーメディアチャレンジカード



◎ 保護者の感想から

- 次は上のレベルを目指して欲しい。
- 家族で読書の時間ができて良かった。今回は意気込みが感じられなかった。
- メディアから切り離された生活は難しさを感じました。

③ 選んだレベルの変化について

	第1回	第2回
レベル1	21%	18%
レベル2	32%	39%
レベル3	37%	33%
レベル4	6%	8%
レベル5	4%	3%

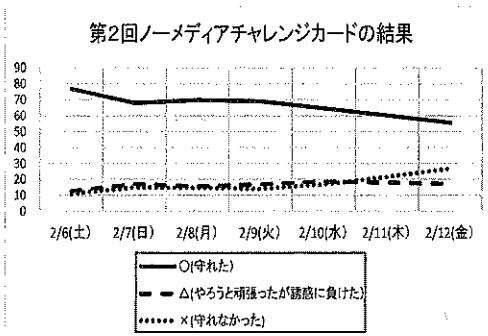
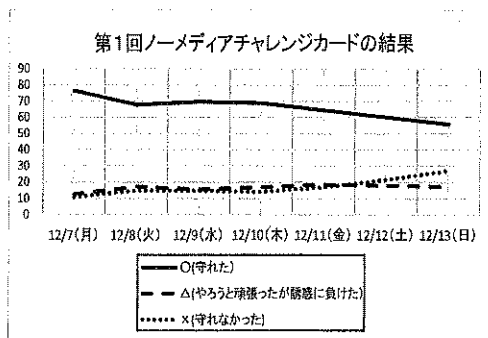
第1回はレベル3（メディア1日1時間）、第2回はレベル2（メディア1日2時間）を選んだ児童が多かった。

下の表からレベル1（夕食の時だけ）の児童がレベル2へ、レベル3（1日1時間）の児童がレベル2へ変えたためであった。

レベルは各家庭で相談して決めているので、各家庭での1日のメディア時間は2時間程度が適当だと考えている家庭が多いことが分かった。また、児童の38%はレベルを上げて挑戦を行い（■の範囲）、47%はめあてを変更せずにチャレンジした（□の範囲）、15%はレベルを下げて挑戦（☒の範囲）をした。

1→1	1→2	1→3	1→4	1→5
11	15	2	1	0
2→1	2→2	2→3	2→4	2→5
3	18	14	1	0
3→1	3→2	3→3	3→4	3→5
1	5	15	4	1
4→1	4→2	4→3	4→4	4→5
0	1	2	2	0
5→1	5→2	5→3	5→4	5→5
1	2	0	0	1

④ 達成状況について



第1回と第2回のノーメディアチャレンジカードを見ると、はじめは○（守れた）が多く、その後○は少しずつ減っていく傾向が見られた。

土曜日、日曜日についてはメディア接触時間が増え、×が多くなるのではないかと予想していたが、第1回、第2回ともに大きな変化は見られなかった。休日であっても自分のレベルを決めて行い、保護者の声かけがあれば、メディア接触時間は減らせるのではないかと推測できることから、次年度は更に啓発活動に努めたい。

Ⅲ 成果と課題

1. 成果

- ① ノーメディアデー（水曜日）では、メディア接触時間がめあてとして設定していた1日平均1時間に抑えられてい

た。子どもたちや保護者が意識しながら生活をしてきた結果だと思われる。ノーメディアチャレンジ週間も合わせて行うことで、メディア接触時間を意識しながら生活する機会が増え、メディアコントロールができる児童が出てきた。

- ② ノーメディアチャレンジ週間では、見たい番組でもないのにテレビが長時間ついている家庭が多くあることが感想から分かった。また、低・中学年では家族で過ごす時間（家族の会話、手伝いなど）が増えたという感想が多数見られた。

高学年では読書の時間が増えたという結果になった。今後、チャレンジの回数を増やしたりを実施し、接触時間を減らせるようにしたい。

- ③ セカンドスクールやチャレンジスクール、親子竹とんぼ・万華鏡作りなどの体験活動によるノーメディア体験は、児童保護者の感想からとても効果的だった。

## 2. 課題

- ① 「各学年で身に付けたい力」や「都道府県暗記チャレンジ（4年）」「暗記チャレンジ（6年）」などのように、ノーメディアに取り組むことでできた時間をどのように活用すれば良いかを、もっと具体的に示すことができるようにしたい。

また、4、6年ばかりでなく「九九暗記チャレンジ（2年生）」や「ローマ字チャレンジ（5年）」など、他の学年でもチャレンジできる内容を考え実施できるようにしたい。

- ② 本年度は「家庭学習確認の時間」を帰りの会に設定した。その時間で担任から出される宿題の確認をしたり、1日の学習の反省をして理解不足の学習内容を見つけたり、明日の学習予定を担任から聞

くことで予習内容を決めたりして自主学習の内容を自ら決定し、家庭での学習が進んでできるようにしてきた。学校と家庭での学習をつなぐ時間として有効に活用できるようにしたい。

- ③ 本年度はノーメディア講演会の内容や様子とノーメディアチャレンジ週間の結果について保護者にお知らせした。各家庭でメディア接触時間について話し合う良い機会となった。他のノーメディアの取り組みについても、発信できるとさらに効果が上がるのではないかと思う。

- ④ セカンドスクール、チャレンジスクール、親子竹とんぼ作りなどの体験後に、ノーメディアチャレンジ週間を継続するなどの日常生活で継続できる方法について工夫が必要となる。

- ⑤ 清川輝基先生の講演会を行ったことで「メディア接触時間に係わる問題点」について地域や保護者の方々への啓発ができたことは効果的だった。本年度は日程や対象学年などの調整がつかず実施できなかったが、次年度は児童向けにも「メディア接触時間に係わる問題点」の講演会を設定するようにしたい。

- ⑥ メディア接触時間の推移を見ると、やはり高学年が長い時間接触している。一方、低学年は、ノーメディアに対して保護者からの声かけが有効である。1、2年生の早い段階から取り組みをすることで習慣化が図られ、高学年になってもメディア接触時間を意識しながら生活できる子どもに育つのではないかと思う。

そのために幼小連携、そして西郷第二中学校との連携をさらに図り、継続してノーメディアに取り組める環境を作っていく必要がある。

（研修主任：柏原永和）