

お子様が心身ともに健やかに成長していくためには、乳幼児教育のパートナーである保護者の皆様が自己充実し、生き生きと輝いていることが不可欠です。そこで今回、『共に育つ』という観点から、保護者の皆様をはじめ関係者全員で情報を共有したいと考え、「共育だより」を発行することにいたしました。

第1号となる本紙では、黒髪校区の小学校・中学校・幼稚園・保育所等で構成している「幼保小中連携の健康・安全部会」における昨年度からの取り組みをご紹介します。

ノーメディアデーについて

急速に進む情報化により、便利な世の中へと変化し続ける現代社会ですが、長時間のメディア使用によって子どもたちの健康へ様々な影響があることが分かってきました。また、低年齢からメディアに触れ続けることによる「ネット依存」や、犯罪、事件等に巻き込まれるリスクが高まることなどを考慮し、私たち健康・安全部会では、各施設においてメディアを使わない日＝「ノーメディアデー」を毎月1日に実施することにいたしました。この活動は、昨年開催された校区の「ミニ集会(※)」においても紹介され、現在、黒髪小学校・桜山中学校では少しずつ取り組みが始まっています。(※)校区青少年健全育成協議会が主催する、地域における青少年の健全育成・非行防止等の実践活動を促進するための集会です。

本園でもそれぞれのご家庭の生活スタイルに合わせてできることから実行していくことで、メディアとの関わり方を改めて見直し、生活リズムを整えたり、家族とのコミュニケーションを深める(例えば:絵本の読み聞かせやかるた等)ことに繋がりたいと思っています。3学期は2月1日、3月1日に行います。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

【メディアとは?】

○スマートフォンやタブレット等のネットに接続できる機器だけでなく、テレビやネットに接続できないゲーム機器等、全てを含みます。

【メディアの長時間使用が続くとどのような影響があるのか?】

①体に与える影響

○視力低下・・・右表参照

・平成30年度の文部科学省学校保健統計調査で、裸眼視力が1.0未満の者は、小学校及び高等学校で過去最高。中学校でも、過去最高だった昨年度と同程度の高い割合。

・小学校はH27年度から4年連続、中学校はH25年度から5年連続で視力が低下。

★文科省は「スマートフォンなどの普及で画面を近くで見る機会が増えた影響もあると考えられる」とコメントしています。

○睡眠不足 ○体調不良 ○体力の低下

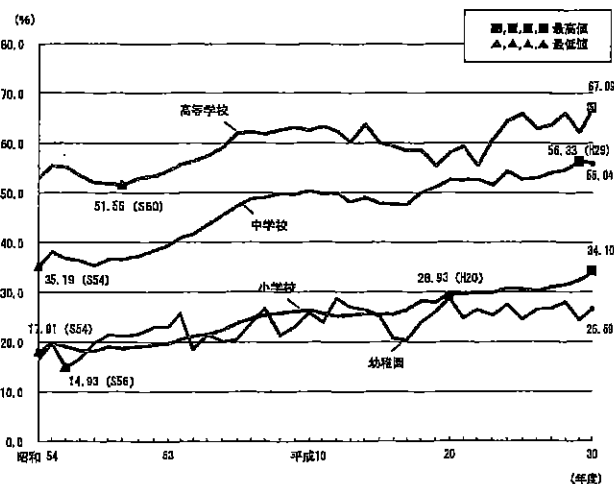
②心に与える影響

○感情をコントロールできなくなる

③日常生活に与える影響

○生活のリズムが乱れる(遅い就寝時刻⇒遅い起床時刻)
○コミュニケーション能力が低下する

○「裸眼視力1.0未満の者」の割合の推移



平成30年度の文部科学省学校保健統計調査(全国)