

令和4年11月4日

保護者 様

須賀川市立第一中学校長 八木 沼 孝夫

### メディアコントロールの取り組みについて

初冬の候、皆様には益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。また、日頃より本校の教育活動にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、体育祭や秀麗祭を終え、2学期期末テストに向けて、どの学年も良い緊張感の中で学習に励んでいる様子が見られます。

そこで、今回も生徒会学習部の取り組みとして、2学期の期末テストに合わせ、第2回のメディアコントロールを実施していきたいと思っております。より良い学習環境を自分で作り上げていくことや、自覚的にメディアを制限する力を育成することを目標として取り組ませたいと考えております。

つきましては、ご家庭において、前回同様のご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

### 記

#### 1 ねらい

各家庭でメディア（スマートフォン・タブレット・パソコン・テレビ・電子ゲーム・携帯電話等）を使っている時間を減らすことで、日常生活におけるメディアとの関わり方を考えるとともに、メディアを利用している時間を家庭学習・読書・家族団らんの等の時間に充て、より良い生活リズムを確立する。

#### 2 実施期間 令和4年11月4日（金）～11月17日（木）の14日間

#### 3 実施方法

- 本人・各家庭の実状に応じて、目標・参加者等を設定する。
- チャレンジ翌日に、学校でチャレンジカードに結果を記入する。  
（カードは実施期間終了後に一度持ち帰り、保護者の方からコメントをいただきます）

#### 4 実施内容 ～家庭の実状により、以下から選択してください～

- (1) チャレンジ目標の設定 [メディア…スマホ・タブレット・パソコン・テレビ・電子ゲーム・携帯電話等]
  - ① 1日中ノーメディア
  - ② 帰宅後はノーメディア
  - ③ メディア使用は1日2時間まで
  - ④ 夜9時以降はテレビを消す。ゲームをしない。
  - ⑤ 家族で観るテレビを制限する。
  - ⑥ 家族独自の取組み その他  
例)・〇時以降はノーメディア  
・スマホはなし、テレビ・ゲームは1時間まで など
- (2) 参加者の設定
  - ①家族全員 ②本人のみ ③本人と（ ）※兄・妹等

（事務担当 学習部 ●●●●）