

NO!!

ノーメディアだより

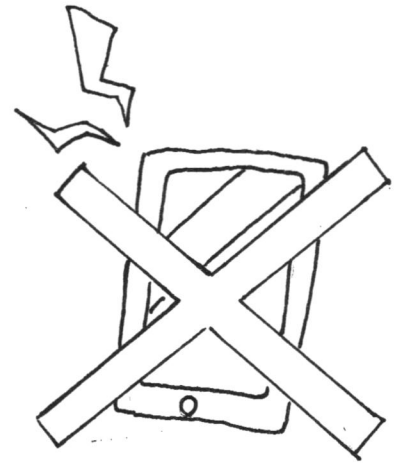
R16月20日

保健委員会

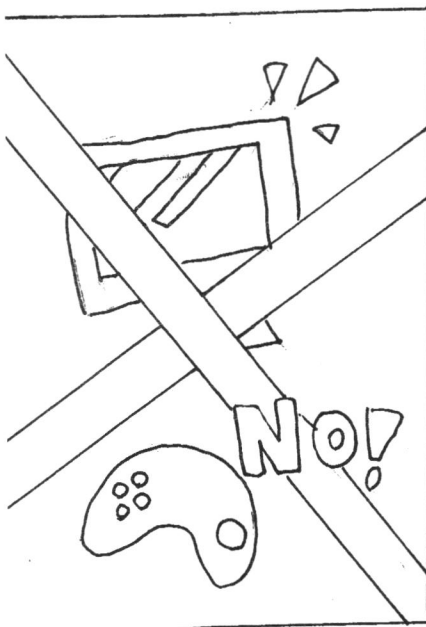
保健委員会では、6/25(火) ~ 6/28(金)に、ノーメディア週間を行います。

目的は、メディア依存を防ぐき、かけ作りとともに、普段メディアに使っている時間を、他のことのために有効的に使ってもらうことです。

昨年と同様、できる人は完全ノーメディアを目指してもらいたいのですが、難しい人は、「テレビはみない」、「スマートフォンは使わない」、「メディアは30分以内」、など、自分が達成できそうな目標から始めていくのが良いと思います。



自分から活動に参加し、メディアの使い方を考えましょう!



取り組みの例

- メディアを一切使わない
- テレビをみない
- スマートフォンに触れない
- メディア時間は30分まで
- 動画時間を15分減らして勉強する
- LINEをしない

など...

※ ノーメディアカードは、なくしたり、出されたりしないでください!!

ノーメディアカードは、6/25(火)に配布します。

- 保護者の方へ -

今回のノーメディア週間は、小学校でも同様におこなわれています。そのため、比較的にこないやすいと思いますので、各家庭で進んでノーメディアをおこなってみてください。

この期間が、各家庭で日頃のメディアの使い方や時間の使い方を見直す機会になればと思います。

ご協力よろしくお願いいたします。

