



# いきいき通信 No.16

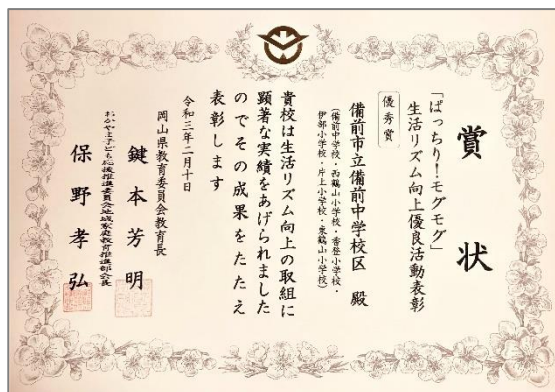
伊部小学校 元気いきいき部会 2021.2.18 発行

## メディアスリム化大作戦の取組が表彰されました！

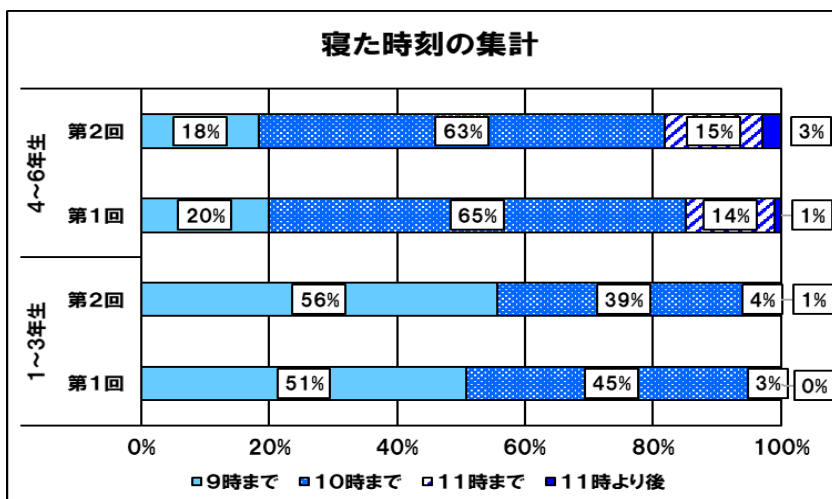
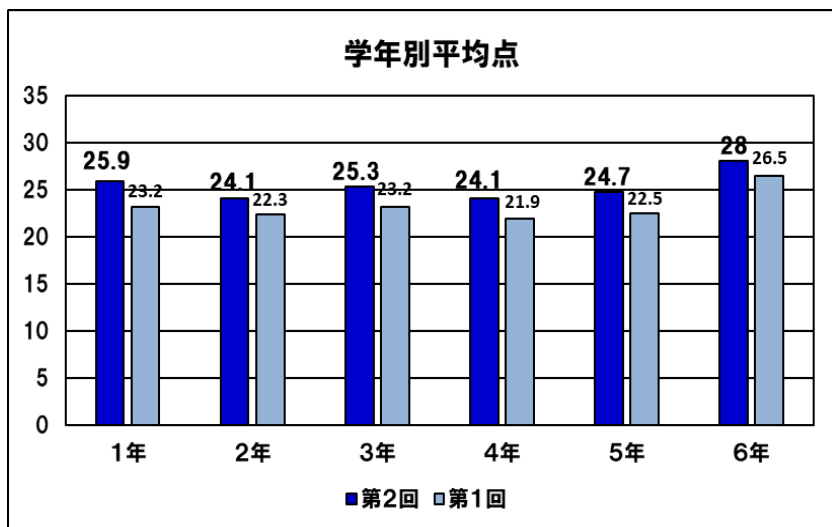
今年度、第3回となるメディアスリム化大作戦が、2月19日（金）～25日（木）の期間に実施されます。備前中学校区で取り組み始めて7年目となるメディアスリム化大作戦が、この度、「ぱっちり！モグモグ」生活リズム向上優良活動として、岡山県より表彰されました！地域全体で、継続して取り組んでいること

が表彰されましたが、それはご家庭のご協力があったからこそ成り立っていることです。いつもありがとうございます。後日、全校児童に表彰の記念品が届く予定です。

この取組を通して、将来的に子どもたち自身で今の生活について振り返り、改善に向けて行動できるようになってほしいなと思います。その力を付けるためには、ご家庭のご協力が不可欠です。子どもたちが望ましい生活習慣でいきいきと過ごすことができるよう、今回もご協力をよろしくお願いいたします。



## 第2回までの取組の結果から・・・



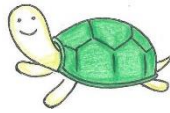
1週間の得点（35点満点）の平均は、どの学年も第2回の方がアップしていました！子どもたちの「やる気」が感じられます。

一方、寝た時刻では、10時以降に寝た人の割合がわずかに増えています。メディアスリム化大作戦は、メディアの時間を減らし、その分しっかり睡眠をとることが目的です。寝る時刻のめあては、「1～3年生は9時まで、4～6年生は10時まで」としています。習い事などで難しい日もあるかもしれませんが、できる限り意識して取り組んでほしいなと思います。



裏面に続きます！→

## 第2回の振り返りの紹介



### ★子どもたちの振り返り

<がんばったこと、やってみて気が付いたことなど>  
 テレビやゲームをせずにお手伝いをがんばった。

ゲットしたポイントの合計  
 35 ポイント

<がんばったこと、やってみて気が付いたことなど>  
 メディアがなくてもたのしかった。

ゲットしたポイントの合計  
 35 ポイント

<がんばったこと、やってみて気が付いたことなど>  
 メディアスリムが大作せんもがんばったけど、それをいかにして、メディアスリムがなくてもくしょをしてすごす時間をつくりたいです。

ゲットしたポイントの合計  
 34 ポイント

<がんばったこと、やってみて気が付いたことなど>  
 メディアをスリム化すると体を休めたり自分のことに時間を使えよかった。

ゲットしたポイントの合計  
 35 ポイント

<がんばったこと、やってみて気が付いたことなど>  
 メディアをしないときについたのあなをぬったり、お手伝いをしたり、次の日にすることをクラスでまめてるまめにコース本かならすしたりして計画を立ててしまふに。ごは人のときにテレビを消して家族みんなでお話をしたりできてよかったです。早くねておまろとスツキとおまて、朝の準備もハキハキできるので早くも、早ねを気をつけてメディアスリム化ができました!

ゲットしたポイントの合計  
 35 ポイント

メディアスリム化で気付いたことを普段に生かし、自分の生活の仕方をより良くして行ってほしいと思います!



### ★おうちの人からの一言

<おうちの人からひとこと>  
 ライコンコースが出来るように、勉強時間や入浴時間を自分で考えながらやっていた。メディア週間が終わっても続けてほしいなと思います。

<おうちの人からひとこと>  
 メディアの時間を減らすことで、外遊んだり、妹と遊んだり、読書をする時間が増えたように思います。普段もメディア時間と決めてはいるのですが、少しゆるんでいたのを再度メディアについて見直すいい機会になりました。

<おうちの人からひとこと>  
 メディアを減らした時間の分、早く就寝ができたことはよきことです。この調子を次回もがんばりましょう!

<おうちの人からひとこと>  
 メディアをなるべく見ないように、家族にも協力をお願いしていました。お手伝いを積極的にたくさんしてください。

