



いきいき通信 No.5

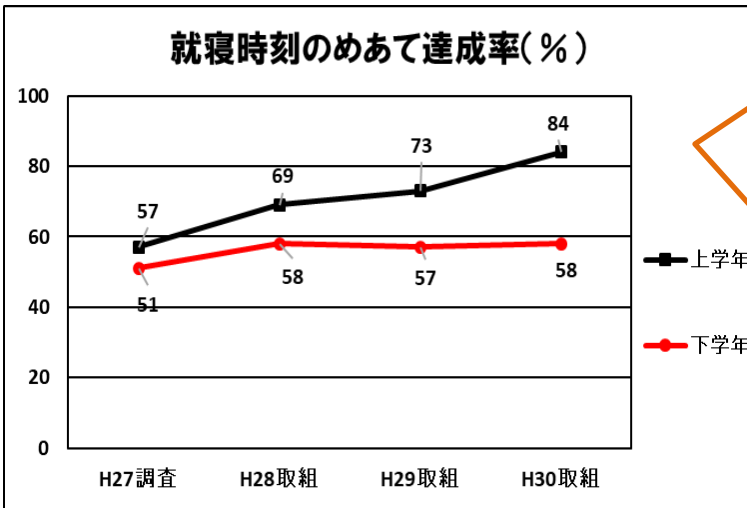
伊部小学校 元気いきいき部会 2020.7.1 発行

今年度もメディアスリム化大作戦に取り組みます！

元気いきいき部会の今年度の目標は、「**望ましい生活習慣で元気いきいき伊部っ子**」です。

平成25年度、子どもたちの実態調査で夜ふかし傾向、遅寝が増え、その原因として「電子メディアの使用時間」の影響が大きいことが分かったことから、メディアスリム化大作戦の取組がスタートしました。平成27年度にも同様の実態調査をしましたが、取組の継続が必要な状況でした。「メディアスリム化」は手段で、目的は「早寝」を含む基本的な生活習慣を身に付けることです。7年目となった今年度も、備前中学校区の5つの小学校と中学校のみんなで取り組みます。(今年度第1回は、7/3～7/9です。)

ご家庭の協力のおかげで、寝る時刻のめあてを守る子が増えています。



※年間に実施した取り組みの平均値です。

本校では、寝る時刻のめあてを「**下学年は9時まで、上学年は10時まで**」としています。低学年の頃からメディアスリム化大作戦に取り組んできた上学年では、成果が現れてきています。

今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で、家で過ごす時間が増えていますが、メディアと上手に付き合い、生活習慣を整えて、学習や運動に意欲的に取り組んでほしいと思います。今後もご支援ご協力をお願いします。「笑顔あふれる楽しい学校」に！

メディアスリム化ソング 備前中学校区小中一貫教育推進協議会健康教育部会 制作

メディアスリム化 みんなでチャレンジ！
 メディア 減らして ぐっすり眠れば
 ぱっちり目覚め もぐもぐご飯
 集中できて 学習ぱっちりだ！
 頭 すっきり メディアスリム化

メディアスリム化 みんなでチャレンジ！
 メディア 減らして ルールを作れば
 ゲーム スマホ 時間を決めて
 元気いっぱい 運動全力だ！
 体 すっきり メディアスリム化

メディアスリム化 みんなでチャレンジ！
 メディア 減らして 会話をふやせば
 友だち 家族 にこにこ笑顔
 きずな深まる いいこと いっぱいだ！
 心 すっきり メディアスリム化

昨年度、備前中学校区の小中学校で、メディアスリム化大作戦の取組の活性化に向けて、テーマソングを作成しました。伊部小学校のホームページでも聴くことができます♪



写真は、業間休みにドッジボールをしている子どもたちの様子。子どもたちの笑顔を支えるベースは望ましい生活習慣！