

新ひだか町アウトメディアチャレンジ

アウトメディアって？

アウトメディアとは、テレビ、ゲーム機、スマホ、パソコンなどの電子メディアを使う時間をコントロールすることです。単に禁止するのではなく、「自分の生活を見直し、上手に付き合っていこう」という意味です。

どうしてアウトメディアチャレンジに取り組むの？

子どもの発達段階において、年齢に応じた体験が大切です。電子メディアを長時間使用することで、結果的に様々な体験をする時間が無くなってしまいます。また、本町においては平均的に学習時間より電子メディアに接する時間の方が長いことが、各種調査結果からもわかっています。

子どもたちだけでなく、家族みんなでテレビやゲーム等の時間を少なくし、家族で会話をしたり、読書をしたり、勉強にいつもよりしっかり取り組んだりするなど、豊かな「時間」「心」「つながり」をもってほしいという考えから、町全体で「アウトメディアチャレンジ」の取組を進めていきたいと思っています。ぜひご協力ください。

新ひだか町アウトメディアチャレンジ5カ条

まずはこの中からできることから取り組んでみましょう。この他にも取り組めそうなものは家族で相談して、取り組んでみましょう。

1. 勉強の時は、テレビやスマホは消そう。
2. 食事の時は、メディアから離れよう。
3. 寝る1時間前にはメディアを使わないようにしよう。
4. メディア使用時間は2時間以内にしよう。
5. 1日ノーメディアにも取り組んでみよう。



新ひだか町教育委員会