

# かつしかの

# きょういく

第116号



## 親子のコミュニケーションを増やすために 「ノーテレビ・ノーゲームデー」を推進しています

親子が会話し、気持ちを十分に伝えあうことが、親子間の信頼関係を深めます。しかし、昨今、本区においても、会話を始めとする親子のコミュニケーション不足が指摘されています。

今年4月に実施した「確かな学力の定着度調査」の学習意識調査によると、本区の子どもの平日のテレビ視聴時間は、小学4～6年生で100～125分、中学生で130分にもなります。また、ゲームをする時間は、小学4～6年生で40～50分、中学生で45分となっています。

家庭学習にあてることで、学力が向上します。◆テレビやゲームに代わる時間を運動にあてることで、運動不足が解消します。◆本区では、自分のことを好きだと感じられる子どもが、小学4～6年生で約60%、中学生では約41%にとどまっています。子どもの自己肯定感を育むためには、親が会話を通じて気持ちを受けとめ、心を安定させてあげることが必要です。テレビやゲームを休むことで、家族が団欒する時間が確保できます。

### 保護者は子どもに寄り添って

このように、「ノーテレビ・ノーゲームデー」の過ごし方やその効果は様々です。しかし、大切なことは、何をして過ごすかを親子で話し合い、一緒にその活動に取り組むことです。

そこで、本区では、毎月10日を「ノーテレビ・ノーゲームデー」と設定し、「たまにはテレビやゲームから離れ、家族で会話をしながら過ごそう」と各家庭に呼びかけています。

### テレビやゲーム時間の縮減による効果

◆テレビやゲームをせずに早く就寝することで、生活リズムが改善します。

そのためには、保護者の皆様には、普段から、子どもの生活面や学習面に関心をもち「一日の出来事を聴いてあげる」「宿題で分からないことがあった時には、一緒に考えてあげる」といったように、子どもとのコミュニケーションを心がけていただきたいと思います。

◆テレビやゲームに代わる時間を

地域教育課 ☎(5654)(8588)9