



# 保健だより

平成27年11月16日  
浜松市立横山小学校  
保健室

## ＝ 平成27年度・学校保健委員会を行いました！ ＝



11月10日（火）健康委員会・児童（3～6年）・職員・PTA保健体育委員・希望参加保護者のメンバーで“メディアと上手につきあおう～インターネット及び電子ゲーム機等の使用ルールを考えよう～”について勉強しました。

### ◆◆◆ 次のようなことを行いました。 ◆◆◆

#### 1. 保健体育委員長さんのお話



今日は、メディアについて勉強します。

日ごろ、みなさんもアウトメディアの日などで色々意識して気をつけていることもあると思います。

今日の学校保健委員会の中で話し合い活動がありますが、みなさんからいい意見がたくさん発表されると思います。

この時間が、有意義な時間となるようよろしくお願いします。

#### 2. 健康委員会による発表《議題提案・実態報告》

健康委員会による発表では、メディアとゲームについてのアンケート結果を、パワーポイントを活用しながら、分かりやすくみなさんに伝えました。

##### 【横山小学校の児童の実態】

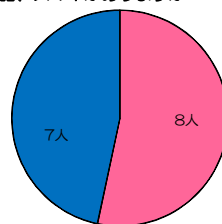
メールやSNS（ライン・ツイッターなど）ができるゲーム機や音楽プレイヤー、携帯電話、スマホがあると答えた人は15人中8人いました。自分の物は持っていないけど、家族の物を使っている人がほとんどでした。

また、使用するルール（時間やその他のルール）が決まっている人も多いことが分かりました。

ゲームでは、好きな時間やっている人と、全くやらない人がいることがこのアンケートで分かりました。



メールやSNS（ライン、ツイッターなど）  
ができるゲーム機や音楽プレイヤー、携帯電話、  
スマホがありますか



■ある ■ない

### 3. グループでの話し合い活動

光が丘中学校でのルールを参考にして、縦割りグループごとに横山小ルールを考えました。



### 4. グループごとの発表

- 【1班】・寝る直前までゲームやインターネットをやらない。  
(寝る前にゲーム等をやると、目や脳が興奮して眠れなくなるから。)
- 【2班】・携帯電話やインターネットに保護者設定(パスワード設定)をかけてもらう。  
・ルールを守らなかったら使用禁止になる。
- 【3班】・ゲームをやってもいい時間は、夜9時まで。  
・ゲームをやってもいい時間は、平日＝1時間・休日＝1時間30分

### 5. 指導講評(校長先生のお話)

#### ●5人で世界につながるネットワーク

「5人の人を介するとオバマ大統領につながる」と言われています。人は色々な人とつながっていて、知り合いから知り合い…と、たどっていくとオバマ大統領とさえつながることができるのです。



#### ●インターネットの影響力は大きい

コンビニの冷蔵庫の中で寝ている動画をインターネットに投稿した少年がいましたが、そのせいでお店は閉店しました。また、お店の情報やその少年、家族の名前もインターネットで全世界に知られてしまい、その後の少年とその家族の生活の大きな障害となりました。少年は、就職したくても就職することが出来なくなってしまったのです。

#### ●1日は24時間 ～ルールはあっても、守る気がなければ意味がない～

横山小の校訓は【みんな仲良く 自分から 力いっぱい】です。

『ルールを守るのも自分から！守れるかが一番大事！』です。

1日は24時間。そこから睡眠時間(8時間)＋学校にいる時間(約10時間)を引くと、たった6時間。その6時間をどう過ごすかが大事になってきます。お風呂・食事・宿題・明日の準備など。貴重な時間の多くをゲームで使ってしまうのはもったいないことですね。