



# 学校メディア宣言 実践例 in 矢上小学校

長崎市立矢上小学校の皆さんが、早速「学校メディア宣言」を実施していただきました。  
取組例をご紹介します♪



♪担当の先生より♪

学校全体で一年間取り組みます。夏休みまでやってみて、改善することが出たら、またみんなで集まって考えていきましょう。

## ●令和6年6月13日（木）代表委員会実施

議題：矢上小のメディア宣言を決めよう  
～1日のメディア時間を3時間までにする～



### 柱1：休日と平日と利用時間の設定を変えるか。⇒「変えない」で決定

- (賛成) ・休日ぐらい使いたい。  
(反対) ・外遊びもしてほしい。  
・提案理由の「規則正しい生活」にならない。  
・低学年に、変えるとわかりにくい。  
・家族との時間も作りたい。

### 柱2：利用する時間は3時間でいいか。⇒「2時間」で決定

- (賛成) ・「最大3時間」とすれば、自分で選べるのでいい。  
・使えないとストレスがたまる。  
・家族もテレビを消すの？→自分のスペースに移動する。  
(反対) ・脳や身体、視力への影響が心配。  
・帰宅後の時間を考えると、3時間したら他に何もできない。  
・県でも9時までと言っている、長すぎる。  
・頭の中が、メディアのことでたくさんになる。  
・家で他のことをする時間も大切。(本を読む等)

### 柱3：メディアを止める時間や休憩する時間を宣言に入れるか。⇒「入れる」で決定

- (賛成) ・眼科で「30分につき5分の休憩が大事」と言われた。  
・寝る前30分から1時間前には止めた方が寝つきがいい。  
・1時間前は早い。お母さんがニュースを見ているから30分～1時間にしたらどうか。



♪児童の感想♪

休日は、ゲーム三昧したくなるけど、みんなの話を聞いて、今日決まったことは、守ろうと思いました。



**決定** 矢上小学校メディア宣言

「1日のメディア時間は2時間まで。  
寝る30分～1時間前に止めよう。  
30分毎に5分の休憩をとろう。」

★決まったことは、幟に書いてアピール！★

