

◆『家庭・学校・地域が連携した子どもの生活習慣づくりの取組』

自ら学ぶ力をつける家庭教育の啓発

～メディアの時間を考え望ましい生活習慣を身につけるために～

長崎県長与町立長与小学校PTA

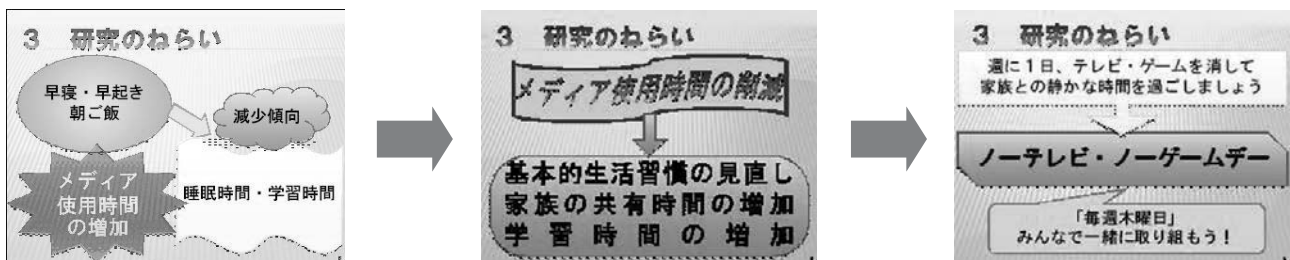
1 学校の概要

本校は、長崎市のベッドタウンとして発展してきた長与町の中心部に位置し、児童数705名（世帯数535戸）の大規模校である。「笑顔いっぱい・元気いっぱい・夢いっぱい」を学校テーマとし、地域の方々の力強い支援をいただきながら、その実現を目指して日々の教育活動に取り組んでいる。

2 研究の目的・経緯

本校では、以前から望ましい生活習慣（早寝・早起き・朝ご飯）づくりを呼びかけてきた。しかし、近年、睡眠時間、学習時間が減少傾向にあり、その原因として浮かび上がったのが、テレビ、ゲーム、パソコン、携帯電話などのメディアの使用時間の増加である。

そこで、PTA会員にメディア時間の削減を呼びかけることによって、家族の共有できる時間を増やすこと、さらに基本的な生活習慣の見直し、最終的には家庭学習時間の増加につなげることを目的に研究を進めた。



今年度の具体的な取組として、「週に1日、テレビやゲームを消して家族と静かな時間を過ごしましょう」ということで、毎週木曜日を『ノーテレビ・ノーゲームデー』とし、生活習慣の見直しをすることにした。なお、木曜日が無理な家庭では、他の曜日に週に1日設定してもらうようにした。

3 具体的な取組内容

(1)取組についての呼びかけ

PTA総会で「ノーテレビ・ノーゲームデー」の趣旨及び取組について、説明を行った。また、各家庭にはポスターを配付し、理解と協力を促した。その際、「朝ごはん簡単レシピ」の募集も行った。

(2)「ノーテレビ・ノーゲームデー」の見える化

データ化するため、毎週金曜日、各学級（21学級）で子どもたちの挙手による実態調査を行った。その結果をグラフに表して、児童の下足箱付近2ヶ所に掲示した。



〔啓発用ポスター〕

(3)家庭教育学級の開催

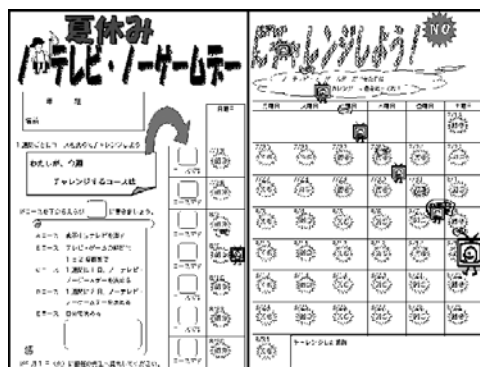
保護者に対して、メディアの与える影響を認識してもらうため、家庭教育学級で、メディアの現状から生活習慣改善まで一貫性をもたせた講演会を開催した。

- 第1回 「メディアが子どもに与える影響」
- 第2回 「家庭におけるルールづくり」
- 第3回 「現代社会の食について」
- 第4回 「読みかけの本をいつもそばに」

(4)「長崎っ子のこころを見つめる」教育週間と夏休みの取組

「長崎っ子のこころを見つめる」教育週間では、メディア使用のルールづくりのための参考資料を配布した。また「ノーテレビ・ノーゲームデー」の現状把握のため、アンケートを実施した。

また、夏休みも継続して取り組むために、「ノーテレビ・ノーゲームデー」をコース選択制にした「色ぬりカレンダー」を子どもたちに配布し、定着を図った。



〔コース別色ぬりカレンダー〕

(5)学校・地域との連携

学校とは、取組の内容や実践事項等、常に連絡を取り合い、学級担任より児童への啓発等、協力を得ながら実践を進めた。また、「学校支援会議」をとおして、地域の方々に「ノーテレビ・ノーゲームデー」の取組を紹介した。

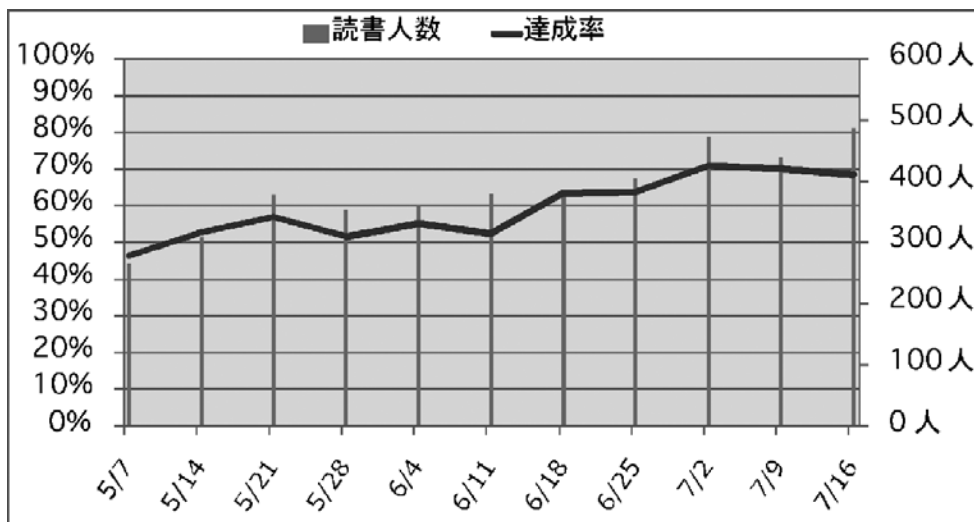
4 成果と課題

(1)成果

①達成率の向上

5月から取組を始めたが、下記のグラフのように、「ノーテレビ・ノーゲームデー」が次第に定着してきたことが伺える。

6月に、しばらく停滞した状態にあったが、取り組む児童が少なかった学級では、学級担任から呼びかけを行い、多かった学級には「がんばっていますね」とPTA役員が教室を訪問しワッペンを配った。また、全学級に再度呼びかけのポスターの掲示をお願いした。その結果、7月には1割増の全校の70%が実践できているという結果につながった。



〔ノーテレビ・ノーゲームデーの達成率と読書人数の推移〕

②読書をする子の増加

グラフにあるように、「ノーテレビ・ノーゲーム」の達成率の向上に比例して、読書をする子どもたちの人数が増えてきている。

③生活の見直しの進展

現状把握のため、取組から2ヶ月後に、保護者向けに簡単なアンケート調査を実施した。その結果は次のとおりであった。

アンケート項目	はい	いいえ	どちらでもない
お子さんから進んで取り組んでいますか？	68%	30%	2%
「ノーテレビ・ノーゲームデー」を設けてよかったですか？	91%	2%	7%
お子さんと会話する時間は増えましたか？	81%	12%	7%
取組の前後で、お子さんの様子は変わりましたか？	51%	1%	48%

また、具体的によくなったことも記述してもらったが、「早く寝るようになった」「読書、学習の時間が増えた」「兄弟または家族で遊ぶようになった」「お手伝いをするようになった」など、取組が目ざす方向に進んでいるコメントがあった。

(2)課題

①子どもが主体的に生活を見直せるようにするために

口頭や文書で「メディアの使用時間を考えて、望ましい生活習慣を身につけよう」という趣旨を呼びかけているが、「ノーテレビ・ノーゲームデー」のみがピックアップされているのも事実である。メディアを完全に排除するのではなく、子どもたちが主体的にメディアと共存し自らの生活を見直すことができるよう、家庭でのきっかけづくりができればよいのではないか。それには大人の意識も変えていかなければならないと考えている。

②小・中連携による取組へ

本校に在籍していない兄弟、姉妹がいる家庭において「ノーテレビ・ノーゲームデー」を実践する際に、家族内で足並みが揃わず苦戦しているという話もある。

これには、家族での話し合いの上、全員の協力が必要になってくる。学校・家庭・地域が連携し取り組んでいく課題だと言えるであろう。

幸い、長与中学校PTA（子どもが進学する中学校）の皆様からも賛同する趣旨の発言をいただいている。今後、中学校と連携し、継続して取り組んでいきたい。

5 問い合わせ先

団体名：長与町立長与小学校PTA（長崎県）

TEL：095-883-2004 FAX：095-883-3167

ホームページ：<http://www1.cncm.ne.jp/~makinoki/index.html>