第３回学校保健委員会

～保健給食部活動報告～

R6.1.25

（木）

【取組について】

1．第１回学校保健委員会の報告

２．メディアコントロール

★期末テスト前の１１月１０日～１６日メディアコントロ
チャレンジ

★４つのコースから自分で選んで実施

①コース：家に帰ったらノーメディア

②コース：メディアは１日６０分まで

③コース：メディアは１日９０分まで

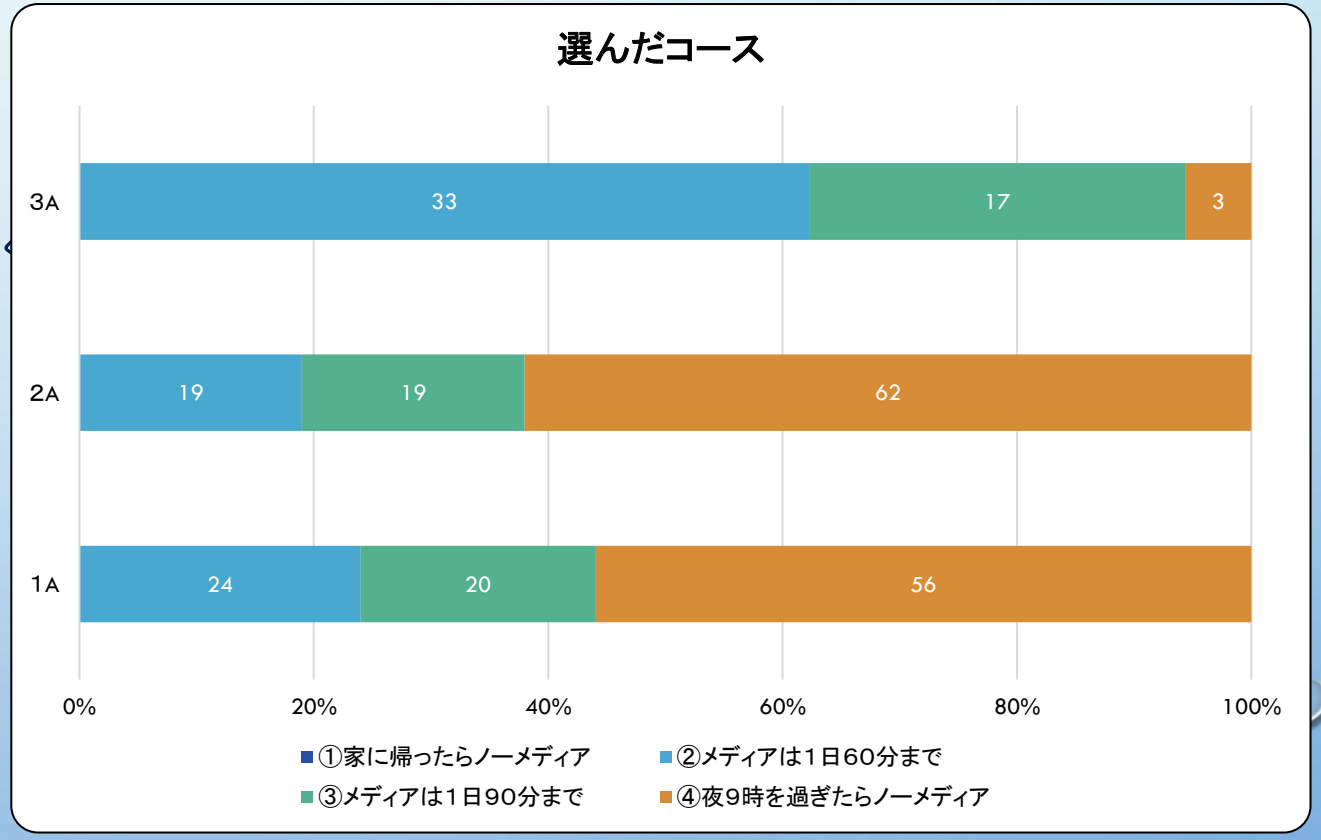
④コース：夜９時を過ぎたらノーメディア

学習でタブレットを使用する場合は除く

選んだコース

１・２年生では④コースが一番多

３年生では②コースが多かった

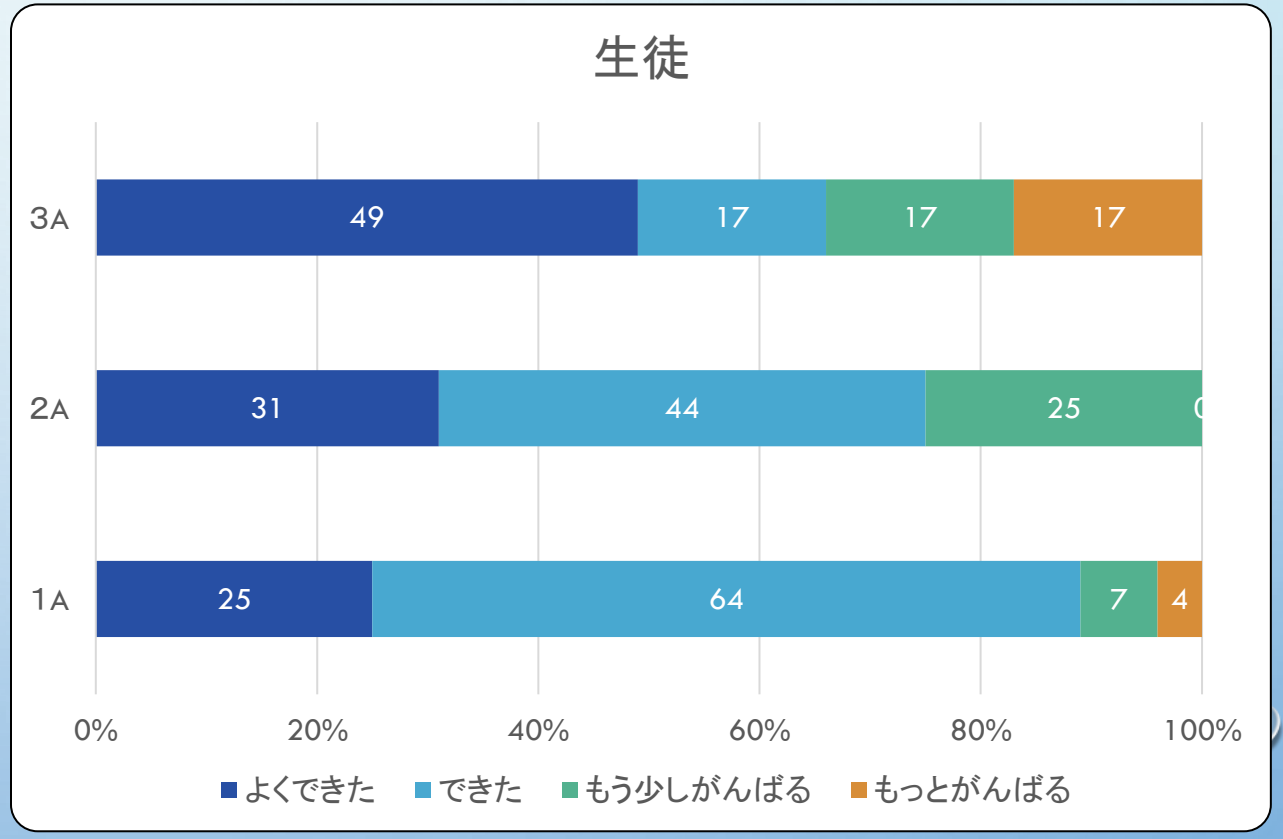


考察

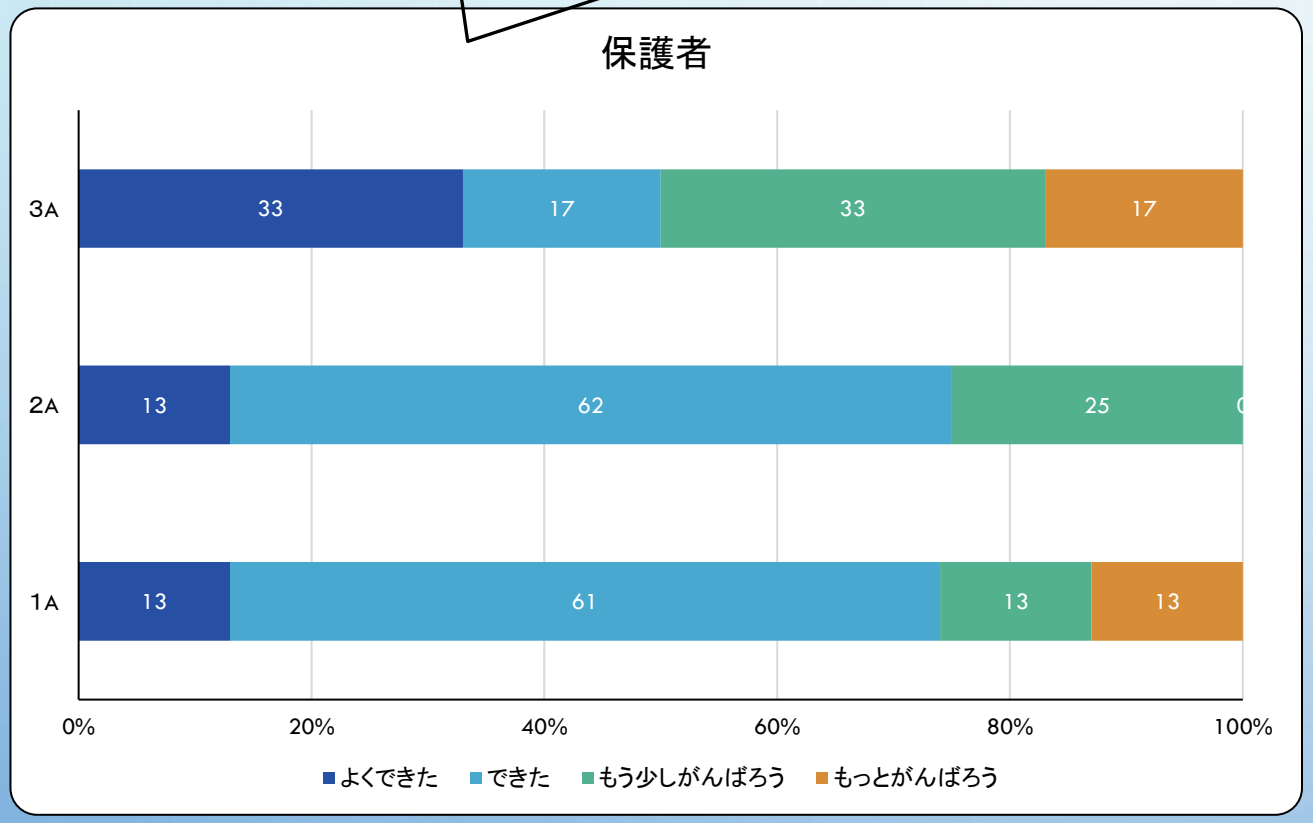
★全体的にはテスト前と言うこともあり、メディアをコントロールできていたようである。

★もっとがんばる、もう少しがんばると答えた生徒も少数見られたのが気になる。

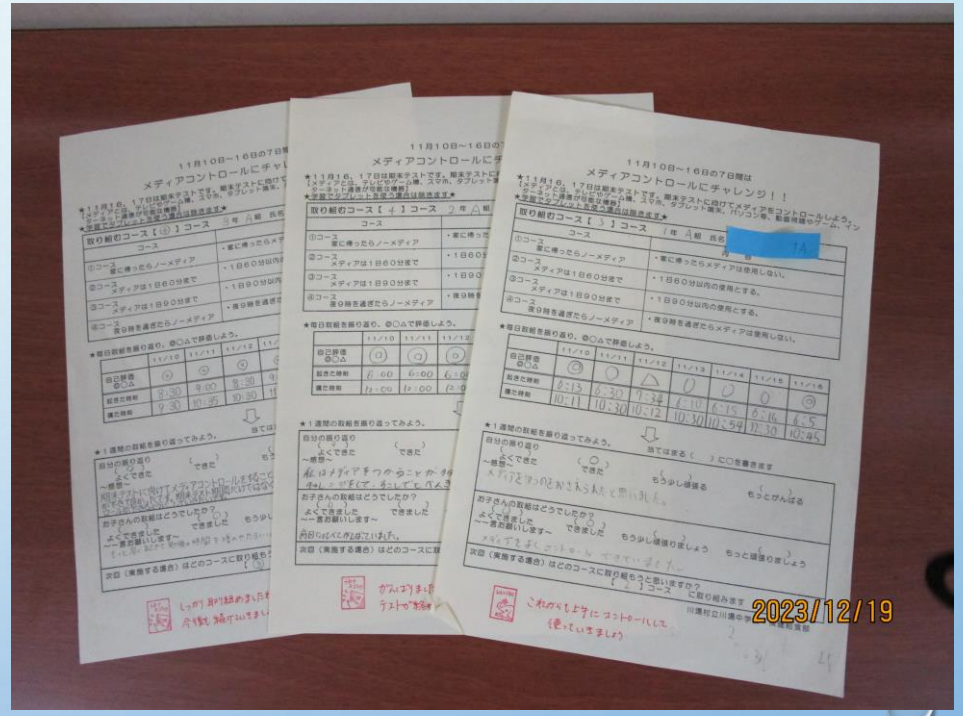
★期間中、インフルエンザにかかってしまい、実施できない生徒がいた。（特に３年生）



保護者の方も生徒とほぼ同様の結果となりました。



自分で選んだコースに取り組み、毎日自己評価を実施し、就寝・起床時刻も記入。
最後に振り返りを行い記入。



生徒から

・守ることができなかった。次はもっとがんばりたい。

・テスト前と言うこともあり、だいたい守ることができた。勉強に

しっかり取り組めた。

・テスト前だったので、しっかり取り組めた。テストが終わってもメディアをコントロールして使っていきたい。

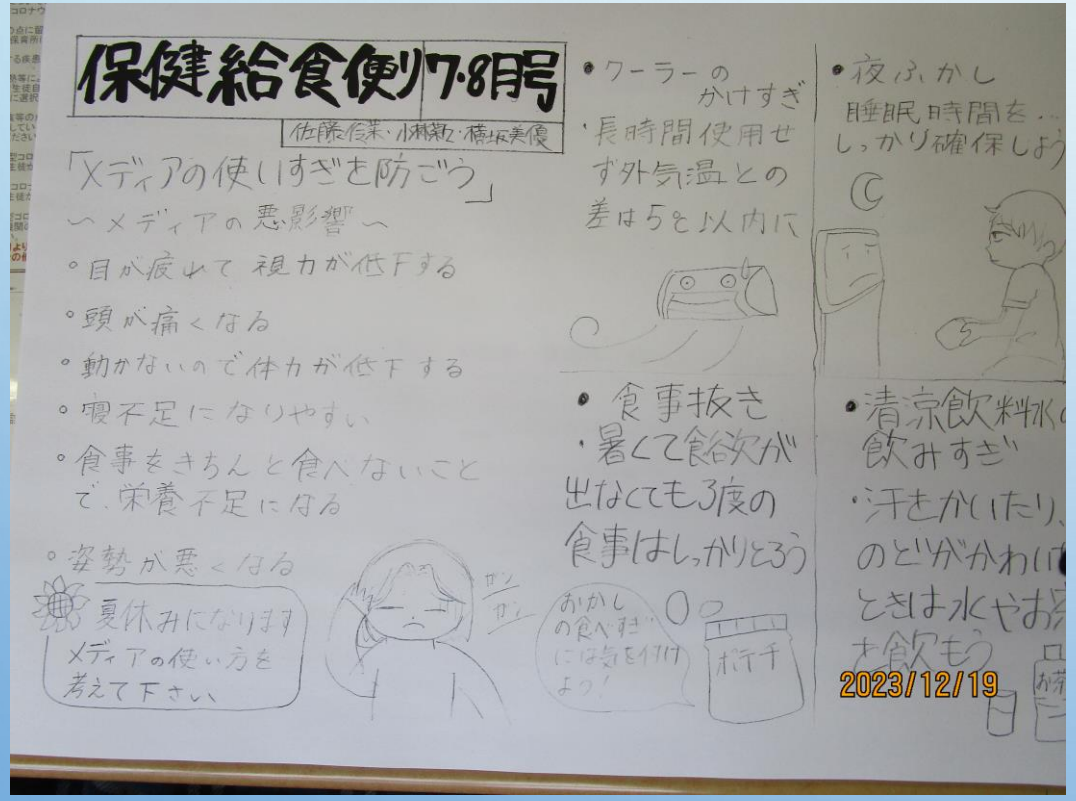
保護者の方から

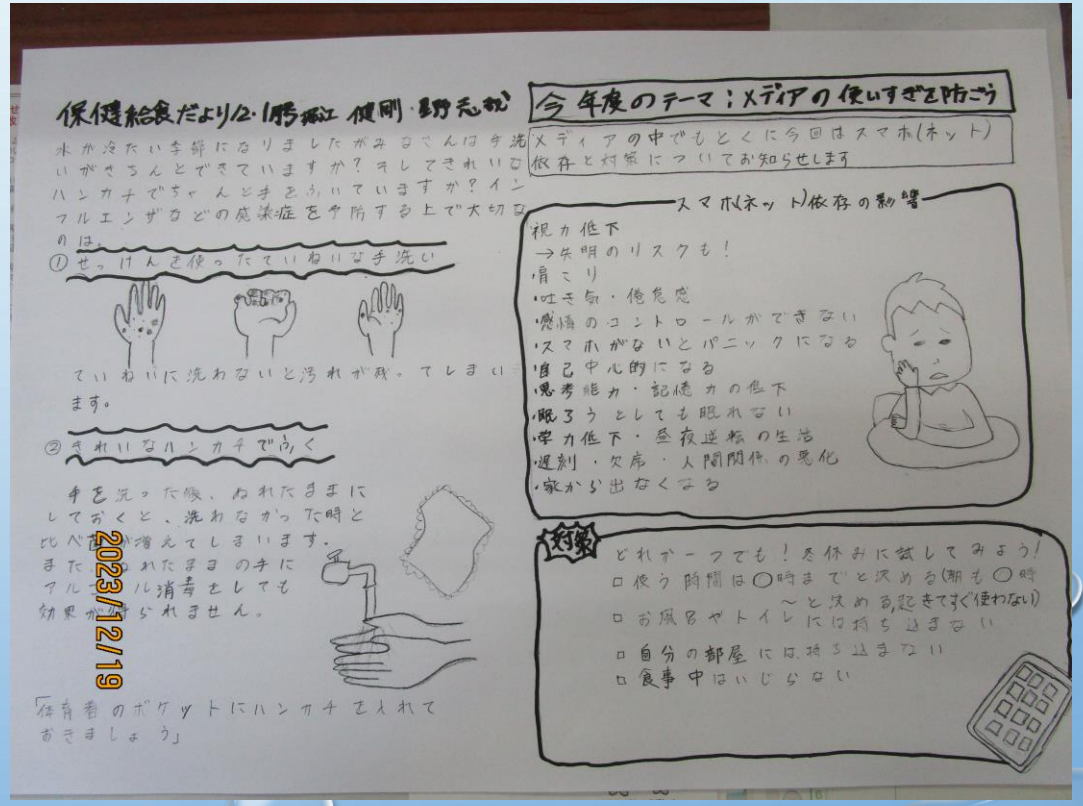
・勉強の間に息抜き程度に使っていましたが、使い過ぎという感じではなかったです。次回は②コースにチャレンジして欲しいです。

・「夜９時を過ぎたらメディアを使用しない」ではなく、テスト期間だけでもいいので、メディアは使用せずしっかり勉強して欲しいです。

3．おたよりの作成

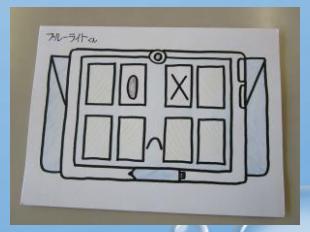
★夏休み前・冬休み前にメディアに関する内容でお便りを作成しました





４．メディアに関する標語の作成

★メディアの使用時間を減らして、自分の体を大切にしよう
★メディアを長時間使ったら、目を休めよう
★メディアを使用する時は、３０センチ以上目を離そう
★メディアは勉強の半分くらいにしよう
★インターネットを使い過ぎると勉強をする時間が少なくなって
　学力が下がってしまうので気をつけよう



５．世界エイズデーの取り組み

お　わ　り