

1 研究のテーマ

心身ともに健康な生活を送る子どもをどう育てるか
～「メディアと健康」に関する健康教育へのとりくみから～

2 はじめに

私たちは、目の前にいる子どもたちが、楽しく生き生きとした学校生活を送りながら、心身ともに健やかに成長し、将来もずっと健康で充実したいい人生を歩んでほしいと願っている。

規則正しい生活習慣は充実した学校生活を送るために、また心身ともに健やかに成長するために欠かせないものであるが、睡眠不足や運動不足、朝食の欠食等、今の子どもたちの生活習慣の乱れは、かなり深刻であり、将来の健康生活をも脅かす心配も大いにあると考えられる。

中でも、ここ数年、スマートフォンやタブレット端末の急激な普及等もあり、子どもたちのメディア（ゲーム、スマホ、パソコン等、ここでは電子映像メディア機器を指す）との長時間の接触が、心身の健康および成長に悪影響を及ぼすことが危惧されている。NPO 子どもとメディア代表理事の清川輝基さんは、著書「人間になれない子どもたち」の中で「子ども期は、脳や自律神経、視力や筋肉など体の諸機能、それにコミュニケーション能力を発達させるかけがえのない時期、いわば臨界期である。“人間になる”ために重要なこの時期に、その機会と時間を“メディア漬け”の生活によって奪われた状態で過ごすことは、子どもの一生にとって取り返しのつかない重大な事態を招くことになる。」と述べている。

このようなことから、メディアと毎日の生活リズムが深く関係していることや、メディアとの長時間の接触が心身に及ぼす悪影響などについて理解させ、メディアとの接触を自己コントロールできる態度を身に付けられるようにすることをめざし、指導している。

研究の経過

2014年度：「メディアと健康」に関する理論研究，発達段階別指導計画の作成，指導略案および教材教具の作成，発達段階別指導計画による保健指導の実施

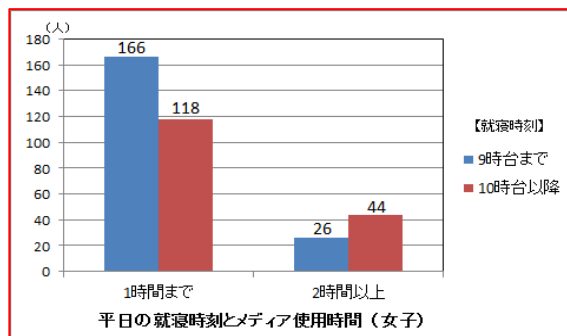
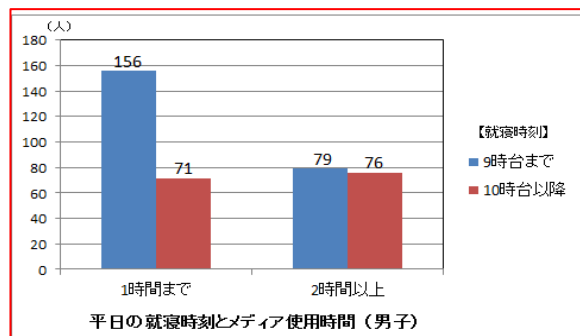
2015-2016年度：「メディアと健康」に関する理論研究発達段階別指導計画・指導略案および教材教具の修正，発達段階別指導計画による保健指導の実施，塩山市民病院・鈴木悦郎医師による学習会

2017年度：山梨大学・佐藤美理先生による学習会，3学年学級活動「メディアと生活時間について考えよう」指導案作成，塩山南小学校3学年授業実践

3 目的

2016年甲州市児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

【平日の就寝時刻とメディア使用時間 クロス集計】



(テレビゲーム(プレステ, Wii, DS, PSP など)やパソコンや携帯電話・スマートフォンで遊んだり、メールをしたりする時間＝メディアとした)

2016年「甲州市児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査」から、男女ともメディア時間が長いほど、平日の就寝時刻が遅くなるということがわかった。就寝時刻とメディア使用時間には関連性がある。また高学年になると、スマートフォンやタブレットの所持率の上がり、使用時間が長くなることが推測される。

今年度は、3学年へのアウトメディアの授業を通して、自分の生活時間の改善につなげること、授業の事前事後にアンケート調査を実施し検証することを目的とする。

仮説：メディアと生活時間について考える授業を行うことによりメディア使用時間が減り、ルールを決めて守ろうとする意識や態度が高まると考える。

4 方法

「メディアと健康」学年別保健指導計画をもとに学級活動の指導案を作成、教材教具を修正し授業を行う。

- 1) 調査対象：甲州市立塩山南小学校3年生児童69名を対象とし、3年1組を介入群、3年2組を対照群とした。

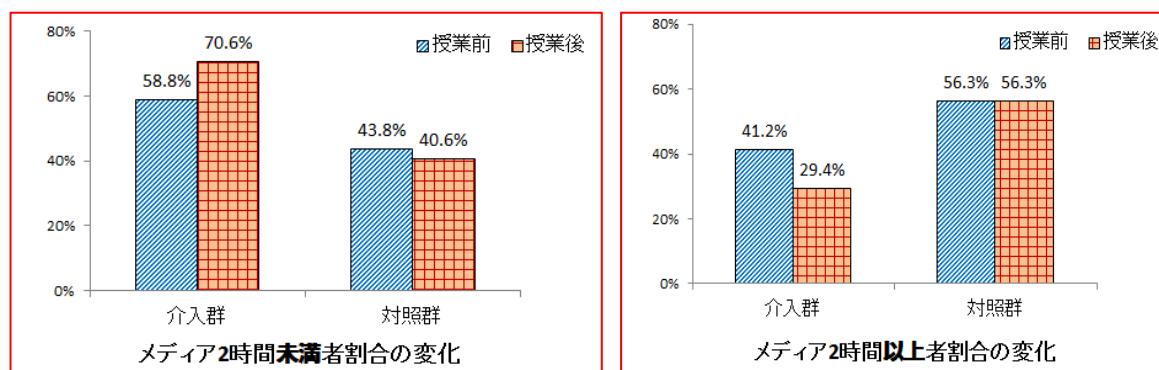
- 2) 調査時期：

	介入群 3年1組	対照群 3年2組
事前アンケート	平成29年8月28日(月)	平成29年8月31日(木) 9月6日(水)
【授業の実施】	平成29年8月30日(水)	平成29年9月7日(木)
事後アンケート	平成29年9月6日(水)	平成29年9月11日(月)

- 3) 調査内容：介入群と対照群に対しての事前事後アンケート調査（使用時間・使用時間への意識・ルール決定・ルールへの意識・授業後の理解を調査）と、授業の実施
- 4) 評価：授業事前事後アンケート調査結果（介入群と対照群の比較）、ワークシート感想、保護者からのコメント

5 結果および考察

- 1) メディア使用時間について

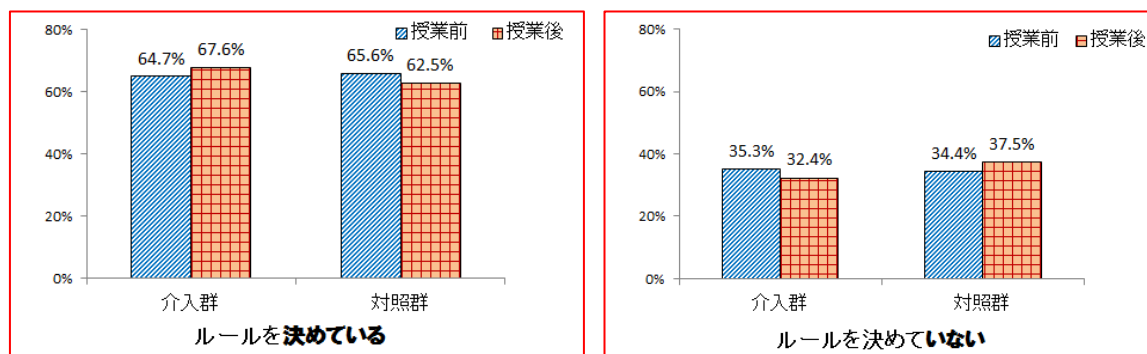


日本小児科医会より出された「子どもとメディア」の問題に対する提言(2004年)において、『1日の総メディア接触時間について1日2時間までを目安と考える』とされていることから、この2時間を基準にしてアンケート調査の結果を分析した。平日の総メディア接触時間が2時間を超える児童の割合について、対照群はほぼ変化が見られなかったのに対して、介入群については授業前41.2%であったが、授業後は29.4%と、減少傾向が見られた。ワークシートの記述には、「よくスマホで動画を見ます。前は2時間30分くらい見ていました。最近30分～1時

間しか見ないようになりました。これからもそうしたいです。」などの、使用時間を振り返る感想も見られた。

今回の授業を通して、児童が自分の生活を振り返り、実際にメディア接触の時間を制限するという行動に移すことができたと考えられる。

2) ルールについて



家庭でのルールの有無については、アンケート調査結果では、介入群、対照群ともに授業の前後で変化が見られなかった。また、児童のルールに関する意識もほぼ変化が見られないという結果であった。今回の授業のねらいが、過度のメディア接触により多くの時間が奪われていることに気づかせるということであるから、ルールについての意識や態度に変化は見られなかったとも考えられる。

しかしワークシートの「わかったこと、これから気をつけたいこと」の欄には、「ルールや約束を決めていなかったけど今度から決めようと思った」といったルールについての意識の高まりを感じる記述も見られた。一人ひとりが自分のメディア生活を振り返り、ルールを決めることの必要性は理解できている様子が感じられる。

また、授業の前段階ですでに7割近くの児童がルールの必要性を感じているというアンケート調査の結果は、今まで継続して行われてきたメディアと健康に関する指導の成果とも考えられる。

アウトメディアに関して、授業やとりくみを行うことによって児童の意識が変わることがアンケート調査の結果や感想からも読み取れる。また、ワークシート等からも、家庭で話し合い、行動を変容しようとしていることがわかる。

6 まとめ

本研究会では2014年度から「メディアと健康」に焦点を当てて、研究を進めている。

保健指導やアウトメディアチャレンジ、保護者への啓発等の継続したとりくみによって、児童の中にアウトメディアの知識が根付いていることを感じる。しかし、中には知識はあるが生活行動を変えられない子どももいる。家庭での過ごし方には違いがあり、学習したこと・知ったことを行動に移すためには、保護者の協力も必要不可欠である。

各校の児童の実態や、これまでのとりくみ内容により、指導の場面や方法等も変わってくる。今後の方向性として、各校実態に応じて活用できる、指導資料や教材の修正、児童や保護者への啓発資料作り等を行っていく予定である。また、メディアは「便利」「たのしい」というプラスの面と、「生活時間が乱れる」「危険が潜んでいる」「容易に加害者にも、被害者にもなりうる」というマイナスの面が存在する。そのことを児童が知り、情報収集等活用しながらも、自らメ

メディアとの接触をコントロールする力をつけていくことが必要なのではないかと考える。児童だけでなく、家庭へどう働きかけていけば効果的か、更なる検討をおこないたい。

●ご指導・ご協力いただいた先生

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 助教 佐藤美理先生

●研究メンバー

飯島かつ子（神金小） 橋爪由美子（大和小） 廣瀬千春（奥野田小） 川口夏美（菱山小）
雨宮二葉（塩山南小）

●参考文献・資料等

- ・「メディア漬け」で壊れる子どもたち 清川 輝基・内海 裕美（少年写真新聞社）
- ・ネットに奪われる子どもたち 清川輝基 古野陽一・山田真理子（少年写真新聞社）
- ・元気な脳が君たちの未来をひらく 川島隆太（くもん出版）
- ・気をつけよう SNS③依存しないために 小寺信良（汐文社）
- ・子どものネット依存 小学生からの予防と対策 遠藤美季（かもがわ出版）
- ・ネットリスクの読み方 ロジカルキット（NPO 法人青少年メディア研究協会）
- ・「子どもとメディア」の問題に対する提言
（社団法人 日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会）2004. 2. 6
- ・リーフレット 保護者のみなさまへ「無関心ではいられない子どものネット依存」
（青少年育成山梨県民会議）2013
- ・甲州市児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 2016
（山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座）
- ・Sedoc（少年写真新聞社）

第3学年 学級活動(2) 指導案

指導者 T1:教諭(担任) 中村 咲
T2:養護教諭 雨宮二葉

- 1 題材名 「メディアと生活時間について考えよう」
学級活動(2)-イ 基本的な生活習慣の形成 カ 心身ともに健康で安全な生活態度の育成

2 単元(題材)の目標

学級活動を通して、望ましい人間関係を形成し、集団の一員として学級や学校におけるよりよい生活づくりに参画し、諸問題を解決しようとする自主的、実践的な態度や健全な生活態度を育てる。

3 本時の授業

①日時 平成29年8月30日(水) 5校時(14:00-14:45)

②場所 3年1組教室

③児童の実態

④本時のねらい

- ・メディアとの過度な接触は良くないことを知り、自分の生活を振り返ることができる。
- ・メディアが日常生活の多くの時間を奪っていることに気づき、自分の生活リズムを見直し、改善していこうとする態度を育てる。

観点	ア 集団活動や生活への 関心・意欲・態度	イ 集団の一員としての 思考・判断・実践	ウ 集団活動や生活についての 知識・理解
評価 規 準	①生活時間とメディア使用について考える学習活動に、すすんで取り組もうとしている。	①自分のメディア接触時間や生活リズムを振り返り、見直すことができる。 ②望ましい生活時間について考えることができる。	①メディアとの過度な接触が生活リズムに影響することがわかる。

評価方法

- ・メディアに関するアンケート
- ・授業の感想
- ・ワークシート

事前活動・指導

- ・メディアに関するアンケートの実施

4 展開

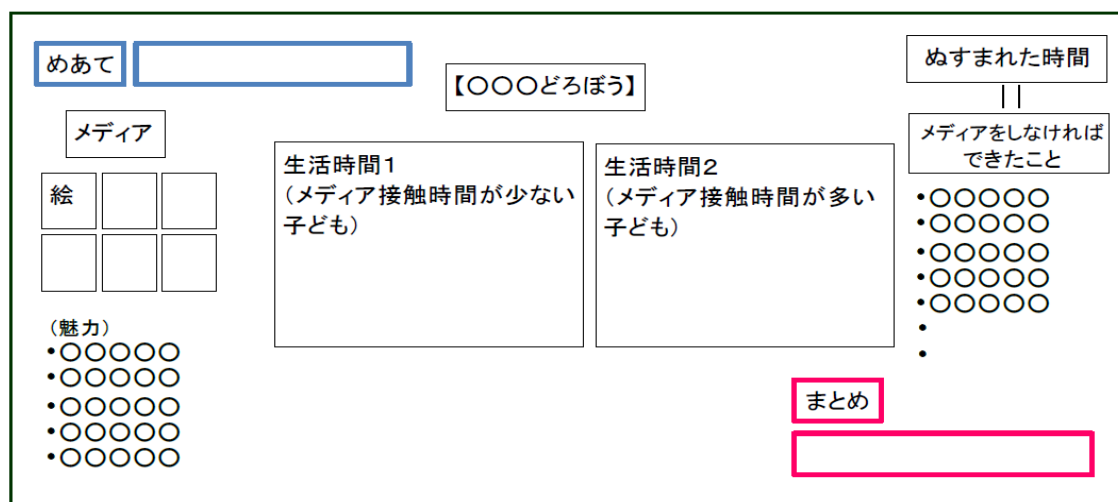
	学習活動 ■学習の流れ	指導上の留意点 ●教師の支援 □評価		教材 資料
		T1	T2	
導入 (6分)	1. 「メディア」について確認する。 ■昨年までのアウトメディアチャレンジをふりかえり、「メディア」は何があるかを思い出す。 ・ゲーム ・テレビ ・スマートフォン ・パソコン ・タブレット など ■ゲームなどのメディアは、どんな魅力があるか?	●メディアの種類を出させる。 ●授業内の「メディア」とは、電子メディアをさすことを押さえる。 ●出てきた意見を板書する。		(絵)メディア

	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい ・うれしい ・こうふんする ・おもしろい ・ストレスはっさん など 	●めあてを知らせる。		
めあて メディアと生活時間について考えよう				
展開 (29分)	<p>2. 過度なメディア接触が生活にあたる影響を考える。</p> <p>■「メディアばかりしていると、メディアが〇〇〇どろぼうに変身し、〇〇〇を盗む。」 〇〇〇には何が入るか？ → ㉔ ㉕ ㉖</p>		●出てこないようならヒントを出す。	(絵)じかんどろぼう パワーポイント ワークシート
	<p>■メディア接触時間が少ない子どもと、多い子どもの平日の生活をくらべ、何をする・何ができる時間が、「じかんどろぼう」に盗まれているか、考える。 ①個人で考える。 ②班で出し合い、発表する。</p> <p>■メディアを「じかんどろぼう」に変身させないためには、どんなことに気をつけたらよいか考える。</p>		<p>●2人の平日の生活を説明する。</p> <p>●正解不正解ではなく、たくさんの意見を出させる。 <input type="checkbox"/>盗まれた時間を考え、記入している。ア-① <input type="checkbox"/>メディアが多く時間を奪っていることに気づく。 ウ-①</p> <p>●「盗まれた時間」は「メディアをしなればできたこと・時間」であることを伝える。</p> <p>●盗まれた時間を振り返らせ、まとめについて意見を出させる。</p>	<p>パワーポイント</p> <p>(表)生活時間1 (表)生活時間2</p> <p>ワークシート ①個人 ②班</p>
<p>まとめ ◎おうちの人とメディアのルール(する時間・場所など)を決める ◎ゲームは1日30分以内、メディアは1日2時間まで</p>				
			●まとめを記入させる。	ワークシート
まとめ (10分)	<p>3. 自分の生活を振り返り、見直そうとする。</p> <p>■今日の授業でわかったこと、これから気をつけたいことを、ワークシートに記入する。</p> <p>■感想を発表する。</p>	<p>●わかったこと、感じたことを記入させる。 <input type="checkbox"/>自分の生活を振り返り記入できる。 イ-① イ-② ウ-①</p>		ワークシート

事後活動・指導

- ・メディアに関するアンケートの実施
- ・ほけんだより配布(授業内容の再確認と保護者への周知)
- ・全校アウトメディアチャレンジ(11月)

《板書計画》



【授業後の研究協議】

授業者から

- 導入で今日の発育測定時のミニ保健指導の内容を入れ、つながりが作れた。
- 特別支援の子ども達も授業に参加できていた。

観察者から

- これまでの南小の取組の定着を感じることができた。積み重ねがあるので、子ども達に内容がすっと入る。→ “メディア” という言葉、“じかんどろぼう” がすぐに出てきた (おたよりなど?)、
- 班での話し合い活動もよくできていた。
- “じかんどろぼう” にしぼったことが良かった。
- 「盗まれたこと」という投げかけに、「はなこさんが出来ていて、たろうさんが出来ていないこと」と付け足したので、内容を理解した様子だった。
- 自分の生活に置き換えて考えられていた。
- ▲授業者が「メディア使用が絶対にダメということではない」と伝えていた。授業案に入れたい。
- ▲時間がなく、最後のまとめを授業者が言ってしまったが、子ども達から出させたほうが良かった。
- ▲まとめの部分は、班から前を向く形に席を戻した方が良かった。

【児童の感想 (わかったこと・これから気をつけたいこと) の一部】

- ・ルールを決めていたけれど、守っていなかったからこれからがんばる。
- ・そんなにいろいろな時間をぬすまれるなんて、びっくりした。メディアのことをいろいろ知ったから、これからも気をつけようと思った。
- ・メディアをする時間をいつも決めて居なくてテレビをいっぱい見てしまうのでしっかり時間をきめてやっていきたいです。
- ・時間をきめてメディアをすると、じかんどろぼうにぬすまれないことがわかりました。そしてこれから、お母さんと時間をきめてメディアをすることにします。
- ・たろうさんが 16 こも時間をぬすまれていたので、私はそうならないように気をつけることと、ルールや場所、時間をしっかりきめます。なるべくメディアより勉強をします。

【保護者からのコメントの一部】

- ・ルールを守って気持ちよく生活しようね!“じかんどろぼう” よくわかります。家族で気をつけていきましょう。
- ・学校から帰ってきて、さっそく「ルールを決めて見るんだ!」と意気込んでいたので、今後も声かけをしながら守っていってもらおうと思います。
- ・楽しいこと (ゲームや TV) は集中しているため時間が「あっ!!」という間に過ぎてしまい、決められている時間をオーバーしてしまうので、今回の授業で学んだことを思い出して上手にメディアとつきあってほしいです。
- ・メディアの授業を毎年していただいてありがたく思います。授業でやった内容など家でも話してくれました。約束は決めてあるのですが、どうしても守れなかったりすることもあるので、再度ルールの確認をする良いきっかけになりました。
- ・時間を決めて守ることは、メディアだけではなく、これから生活していく上で大切になってくると思うので、メディアの時間・生活時間について子どもと話し合っていけるように心がけます。

資料2 ワークシート

資料3 ワークシート記入

3年 組 番 名前 _____

メディアと生活時間について考えよう

① メディアばかりしていると、メディアが ○○○どろぼうにへんしんしてしまいます。○○○の中にひらがなを書いてください。

【 ○○○ どろぼう 】

② 「たろうさん」の生活では、何の時間がぬすまれていますか？

自分で考えたこと	班で出てきたこと
・ の時間	・ の時間
・ の時間	・ の時間
・ の時間	・ の時間
・ の時間	・ の時間
・ の時間	・ の時間

③ メディアを「じかんどろぼう」にへんしんさせないためには、どんなことに気をつけたらよいでしょうか？ () の中にことばを入れましょう。

まとめ

おうちの人と()をきめる。

ゲームは1日()分まで、メディアはぜんぶあわせて1日()時間までにする。

④ わかったこと、これから気をつけたいことを書いてください。

おうちの人から

3年 組 番 名前 _____

メディアと生活時間について考えよう

① メディアばかりしていると、メディアが ○○○どろぼうにへんしんしてしまいます。○○○の中にひらがなを書いてください。

【 じかんどろぼう 】

② 「たろうさん」の生活では、何の時間がぬすまれていますか？

自分で考えたこと	班で出てきたこと
・ トイレ の時間	・ 手つたい の時間
・ はみがき の時間	・ の時間
・ しゅくだい の時間	・ の時間
・ ねる かん の時間	・ の時間
・ したく の時間	・ の時間
・ 車には人の時間	

③ メディアを「じかんどろぼう」にへんしんさせないためには、どんなことに気をつけたらよいでしょうか？ () の中にことばを入れましょう。

まとめ

おうちの人と(ルール(時間・場所))をきめる。

ゲームは1日(30)分まで、メディアはぜんぶあわせて1日(2)時間までにする。

④ わかったこと、これから気をつけたいことを書いてください。

ルールをきめていなかったけれどメディアをみて、ルールをきめようと思った。

おうちの人から

毎日だらだら見ていたので、今回の授業でハルヒに話をした。どんなルールがあるか話し合っ「できる事」を言われる声掛けをありがとうと思います。

資料4 事前事後アンケート用紙

メディアについてアンケート

3年 組 番 名前 _____

① あなたは、1日どのくらいテレビを見たりゲームをしていますか？【 平日(月)～(金) 】
(ビデオ・パソコン・スマートフォン・タブレットも入れて)

・ 1時間より少ない ・ 1～2時間 ・ 2～3時間 ・ 3時間以上

② 自分が、ゲームをしったりテレビを見る時間をどう思いますか？

・ 多い ・ ちょっと多い ・ ちょうどいい ・ 少ない

③ あなたの家では、ゲームをしったりテレビを見るときルールを決めていますか？

・ きめている ・ きめていない

④ ルールをきめて、ゲームをしったりテレビを見ようと思いますか？

・ 思う ・ 思わない

⑤ 授業をうけて、メディアのやりすぎ(じかんどろぼう)が、大切な時間をうばうことがわかりましたか？

・ よくわかった ・ わかった ・ あまりわからなかった ・ ぜんぜんわからなかった

ずいぶん・遊びがき・宿題・明日のしだく・お手つだい・トイレ・外で遊ぶ・家族のふれあい
 ...などたくさん時間が、メディア（じかんどろぼう）にぬすまれていました。

自分でも班でも、みんな、しんけん（じんけん）に考えていました。いろいろな時間がぬすまれちゃったことがわかったね！

③ 大切なのは・・・

どろぼうから家を守るには鍵をかけることが大切。じかんどろぼう（メディア）から時間をぬすまれないためには、ルールを決めることが大切！

〇おうちのひととメディアのルール（する時間・場所など）をきめる。

〇ゲームは1日 30分まで、メディアはぜんぶあわせて1日 2時間までにする。
 （「子どもとメディア」の問題に対する提言 日本小児科医学会「子どもとメディア」対策委員会）



保護者の方へ

3年生で、担任の先生と一緒に「メディアと生活時間を考えよう」という授業をさせていただきました。

これからの時代、電子メディアは生活にかかせないものだと思います。しかし、便利・楽しいからと制限なく使っていると、お子様に必要な時間（学習の時間や健康に関わる時間（睡眠・運動など）、自然にふれたり、友達と体を使って遊ぶ時間など）が、あっという間にメディアの時間にうばわれてしまいます。（私自身も、気づくと「こんなに時間がたっていたの!？」となることがあります(>_<))

絶対禁止ということではなく、上手にメディアとつきあっていくためにはどうしたらいいか、自分の家庭ではどんなルールが必要かなど、ご家庭で話題にさせていただければありがたいです。

※ワークシートに、「おうちのひとから」という欄があります。ご記入いただき担任まで提出をお願いします。（9/8(金)まで）

3年生 特別号
 堤山南小学校保健室
 H29. 9. 4
 おうちのひととよんでください

ほけんだより

「メディアと生活時間について考えよう」
 3年1組で授業をしました！

（この「メディア」とは、テレビ・ゲーム・パソコン・タブレット・スマホなどの電子メディアをさします。）

8/30（水）、3年1組で「メディアと生活時間」についての勉強をしました。メディアを多くの時間使用すると、しなくてはならないことや、ほかの時間がメディアにうばわれてしまうことを知ることができました。

① メディア＝じかんどろぼうに変身！



メディアばかりしていると、みんなの大切な時間がじかんどろぼうにぬすまれちゃう！

メディアばかりしているって？
 メディアがみんなのじかんどろぼうにへんしん

② なんの時間が、じかんどろぼうにぬすまれている？

ふたりの時間をくらべてみると・・・

朝 8 9 10 11 12 1PM 2PM 3PM 4PM 5PM 6PM 7PM 8PM 9PM 10PM 11PM 夜

朝 8 9 10 11 12 1PM 2PM 3PM 4PM 5PM 6PM 7PM 8PM 9PM 10PM 11PM 夜

朝 8 9 10 11 12 1PM 2PM 3PM 4PM 5PM 6PM 7PM 8PM 9PM 10PM 11PM 夜

うら も見てください。

「メディアと健康」 学年別保健指導計画

保健教育研究会 甲州支会 生活習慣の定着に向けた保健指導グループ

全体の目標

- ・ ゲームやテレビなどのメディアと、毎日の生活リズムが深く関係していることを理解できるようにする。
- ・ メディアとの長時間の接触は、心身の健康に悪影響を及ぼす恐れがあることを理解し、自分の生活時間について見直してこうとする態度を育てる
- ・ アウトメディア(メディアとの接触時間を減らすこと)により、豊かな「心、時間、つながり」が生まれることに気づき、メディアとの接触を自己コントロールできる態度を身に付けられるようにする。
- ・ 毎日を健康に過ごし、心身ともに健やかに成長するために、また、将来の健康生活に向けて、望ましい生活習慣を身に付けられるようにする。

学年	テーマ	ねらい	指導の内容	留意点等
1年生	ゲームとけんこう	ゲームをやり過ぎるといろいろな害があることや、ゲームとの上手な付き合い方について理解し、実践しようとする意欲を高める。	クイズを通して、ゲームのしすぎが体や心に及ぼす影響について知り、ゲームをする時のルールを理解する。 (時間・姿勢・視力・集中力・ゲームの内容 等)	<ul style="list-style-type: none"> ● 毎日を健康に過ごすためには生活習慣が大切であることを伝え、自分の生活を振り返らせ、ゲームをする際に自分でできる注意を確認できるようにする。 ● 学習したことを家庭で話し合うような資料を用意し、機会を設ける。 ● 個人のプライバシーを配慮したり、おとし教育にならないように留意する。
2年生				
3年生	メディアと生活リズム	●メディアが、日常生活の多くの時間を奪っていることに気づき、自分の生活リズムを見直し、改善していこうとする態度を育てる。 ●長時間のメディア機器への接触が、子どもたちの生活リズムをくずし、心身の発達のにぎまに気づく。	<ul style="list-style-type: none"> ● 甲州市思春期調査の結果を通して、自分たちが、メディアと毎日どれくらい接触しているのかを知る。 ● メディアに長時間接触していると、生活リズムが乱れ、心身に悪い影響がでることを理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 自分の生活に、ゲームなどをしている時間がどれくらい入っているのか、この指導を通して確認させる。 ● たろさんの生活リズムを立て直すには、何が必要かを考えることにより、メディアとの接触が生活リズムと深く関わっていることをおさえる。
4年生				
5年生	メディアと心の健康	長時間のメディア接触は、心の発達に影響を及ぼす恐れがあることを理解し、メディアとの接触を自己コントロールすることの大切さがわかり、心をよりよく発達させるために必要なことを実践しようとする意欲を高める。	<ul style="list-style-type: none"> ● メディア使用時とそうでない時の脳活動のちがいを理解する。 ● メディア接触により脳活動が低下する状態が続くと、人間らしい心の成長に影響を及ぼすことがわかる。 ● 人間らしい心について考え、よりよい心の成長のために必要なことについて理解を深める。 ● メディアとの接触を自己コントロールすることの大切さについて理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 保健学習「心の健康」について振り返らせる。 ● 脳活動の実験結果の写真を効果的に活用する。 ● よりよく心を成長させるためには、いろいろな経験が必要であり、メディアの良い点と悪い点を理解して、上手につき合うことの大切さを確認する。
6年生			<ul style="list-style-type: none"> ● メディアとの接触を自己コントロールすることの大切さについて理解する。 ● アウトメディアにより、豊かな「時間、こころ、ぎずな」が生まれることに気づく。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 成長期はいろいろな経験を積み重ねることが大切であることに触れ、メディアの良い点悪い点を理解して上手につき合うことの大切さを確認する。 ● 各自のメディアとの関係を見直し、依存状態を確認する。

*ここでの「メディア」は、電子映像メディア機器(ゲーム、携帯電話、スマートフォン、パソコン)等)を指す

*参考文献 資料:「メディア漬け」で壊れる子どもたち(少年写真新聞社)、ネットに奪われる子どもたち(少年写真新聞社)、元気な脳が君たちの未来をひらく(もん出版)、気をつけようSNS(依存しないために)(汐文社)