

子どもたちと決めておきたい



メディアの使い方



現在、私たちを取り巻く環境はメディアとは切っても切り離せないものになっています。メディアのすべてが悪いのではなく、問題は使いすぎです。とくに、成長期にある子どもたちは、メディアの使いすぎによる悪影響を受けやすいため、この機会にメディアとの付き合い方を考えてみませんか。

～テレビ・ビデオ編～

- ・番組を選んで見る
- ・時間を制限する
- ・家族で一緒に見る



～ゲーム編～

- ・やるべきことを後回しにしてまで遊ばない
- ・ゲームをする時間や場所を決めて遊ぶ
- ・年齢にあった内容(種類)のゲームで遊ぶ



～パソコン・スマホ編～

- ・使用する時間、時間帯を決めておく
- ・生活のリズムが乱れる使い方はしない
- ・個人情報教えない
- ・自分が書かれていやなこと、言われたら傷つくこと、乱暴な言葉を使った書き込み、メールはしない



これらは、ほんの一例です。「子ども部屋にメディアを持ち込まない」なども一つの方法です。ご家庭の様子に合わせてオリジナルのルールを作っていただきたいと思います。そして、子どもたちがメディアとの付き合い方を考え、自分で選択していく力を身に付けてほしいと願っています。