

よいよい生活習慣を身につけよう！

活動の名称

自分でつけよう！いい習慣！

団体等の名

勝央町立勝央北小学校

活動に含まれる（連携している）団体等

- 幼稚園 保育所 小学校 中学校 高等学校 中等教育学校 特別支援学校
児童館 公民館 図書館 PTA 子育て・教育支援団体、NPO 企業・事業所
病院・保健所 早寝早起き朝ごはん運動・家庭教育支援に関する実行委員会・協議会
行政（教育委員会） 行政（保健・福祉部局） 行政（その他の部局）
その他（

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

基本的な生活習慣アンケートの結果等から、家庭でのテレビ視聴やゲームの時間が長いこと、家庭での学習時間が短いことがわかり、家庭での時間の使い方に課題があると考えた。

そこで、基本的な生活習慣の定着や生活リズムの向上を目指し、独自の取組を継続して行っている。



◆ 主な活動内容

○小中PTAが密に連携し、「メディアダイエット」に取り組んでいる。スマートフォンや携帯電話の使い方について、各家庭で「我が家のルール」を作ることで生活習慣、家庭学習習慣の向上を図っている。

○家庭学習強化週間を年5回（中学校の定期考査に合わせて）設け、時間や内容を「家庭学習カード」に記録し家族で振り返っている。

○児童の保健委員会活動で、日めくり生活リズムカレンダーを全校児童分製作し、冬休みの生活リズム向上の啓発に役立っている。

○児童が自分で弁当づくりに取り組む「“お”弁当の日」を計画的に実施し、家族との時間の共有を図るとともに、栄養教諭と連携して栄養バランス等の授業を実施している。

○OPTA学校保健・給食委員会において各学級の委員と担任から取組を発表・交流し、研修を行っている。

◆ 活動の成果と今後の展望

家庭での生活時間がメディア漬けにならないよう、家庭学習にしっかり取り組ませる「家庭学習カード」の提出率は100%になった。

メディアダイエットの取組において、スマートフォンや携帯電話に関して全家族で「我が家のルール」を作った。取組を生かせるようにPTA評議員会等で説明し、意識の高揚を図ることができた。

アンケート等は次年度以降も継続し、児童の実態をきちんと把握し、成果の検証をしながら、取組のさらなる充実を図っていく。

家族で取り組む活動をPTA活動として企画していきたい。

