



神戸小学校 ほけんだより
平成 28 年 5 月 2 日
NOテレビ・NOゲーム
がっこう
1学期号

ほごしゃ
保護者のみなさまへ

かんべしやう
神戸小

レッツGO!

NOテレビ・NOゲームチャレンジ

の取り組みにご協力をお願いします

近年、テレビやゲームを長時間見たりしたりしていると、健康な心身の成長に悪影響を与える可能性が高くなることが指摘されています。

そこで、神戸小学校では、子どもたちがテレビを見たりゲームをしたりする時間を家庭学習に活用する「NOテレビ・NOゲームチャレンジ」に年間を通して取り組んでいます。

昨年度は、平均すると全校の94.4%の児童がそれぞれの目標を持って取り組みました。家庭学習では、宿題だけでなく読書や自主学習にチャレンジできた人が増えてきています。

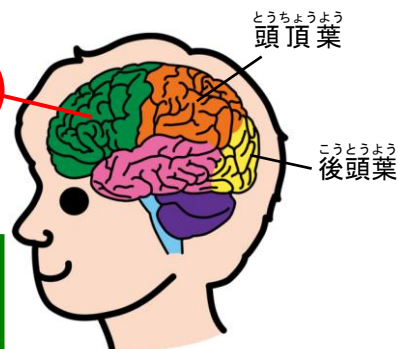
本年度は、毎月5がつく日(5日、15日、25日)に実施します。具体的な方法につきましては、裏面に掲載してありますので、お子様と一緒に読んで取り組んでいただきますよう、ご協力をお願いいたします。

テレビやゲームを長時間見たりしたりすると・・・

ぜんとうよう
前頭葉が働かなくなる!

ぜんとうよう
前頭葉が
働かなくなる・・・

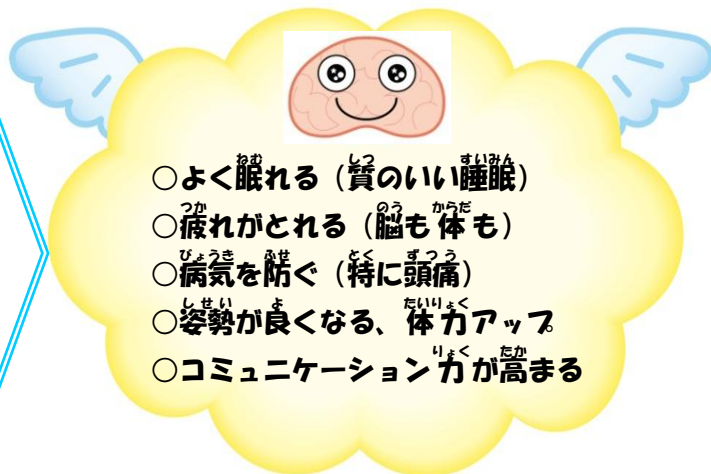
人間が、よりよく生きよう、
りっぱな人間になろうと
努力するところです!



- * イライラしたり、怒りっぽくなる
- * 落ち着きがなくなる
- * 顔に表情がなくなってくる
- * 集中力、記憶力、学力が低下する
- * 現実とテレビやゲームの中の出来事を混同して考えてしまう

などが懸念されています。

テレビやゲームの
時間が減ると・・・



- よく眠れる (質のいい睡眠)
- 疲れがとれる (脳も体も)
- 病気を防ぐ (特に頭痛)
- 姿勢が良くなる、体力アップ
- コミュニケーション力が高まる

NOテレビ・NOゲームチャレンジ やいかた

1. チャレンジシートは1学期の間、ずっと使います。いつも連絡袋に入れておき、なくさないように気をつけましょう。

2. チャレンジする日は、5がつく日（5日、15日、25日）です。

3. NOテレビから一つのコース、NOゲームから一つのコース、家庭学習から一つのコースを選んで取り組み、チャレンジシートに○をしましょう。また、どのコースにも取り組みなかった日は、「できなかった」に○をしましょう。

チャレンジシートの か かた れい 書き方の例			が っ き 1 学 期		NŌテレビ				NŌゲーム				か て い だ い し ょ う 家 庭 学 習			
					と り 組 ん だ コー ス に そ れ そ れ 〇 を し ま し ょ う。											
つ き 月	ひ 日	よ う び 曜 日	1	2	3	4	で き な か っ た	A	B	C	D	で き な か っ た	こ う 高	ち ゅ う 中	て い 低	で き な か っ た
5	5	木		○				○						○		
	15	日					○			○				○		

チャレンジシートが
パワーアップしました!

チャレンジして
ハンコをあつめよう!

決められた日に、チャレンジシートを担任の先生に見せてハンコかサインをもらおう!

3つ集めると、西先生からスペシャルハンコがもらえるよ!

5月26日(木)

+

6月27日(月)

+

7月19日(火)

→

にしせんせい
西先生のスペシャルハンコを
ゲットしよう!

どんなハンコかな?
たの
お楽しみに!

さらに!

「できなかった」が1回もないようにがんばろう! 教頭先生からスペシャルハンコがもらえるぞ!

NOテレビ
「できなかった」
が1回もない

+

NOゲーム
「できなかった」
が1回もない

+

家庭学習
「できなかった」
が1回もない

→

きょうとうせんせい
教頭先生のスペシャルハンコを
ゲットしよう!

あなたは
ゲットできるかな?

さらにさらに!

見事! パーフェクトを達成すると... 校長先生からパーフェクトハンコがもらえるぞ!

NOテレビ
すべて1コース
にチャレンジ

+

NOゲーム
すべてAコース
にチャレンジ

+

家庭学習
すべて自分の学年
のコースかそれよ
りにチャレンジ

→

こうちょうせんせい
校長先生のパーフェクトハンコを
ゲットしよう!

パーフェクト達成は
おめでとう!