

実りの秋！



朝夕少しずつ涼しくなって過ごしやすくなり、こどもたちの活動も活発になってきました。こどもたちにとって、実りある秋にできるよう、安全に配慮した生活を指導していきます。



1 愛のチャイムについて

小平市では、こどもたちに愛のチャイムで家に帰るように呼びかけています。10月になり、16時30分に設定されました。これから暗くなる時刻がだんだん早くなります。暗くなってのこどもの一人歩きは、事件や事故に巻き込まれる危険性もあります。「愛のチャイムで家に帰る」という習慣を身に付け、帰宅時刻を守るよう、ご家庭でも話し合ってみてください。

(愛のチャイム・・・4～9月は17時30分、10月～3月は16時30分)。

2 公共マナーを守って遊ぼう

地域の方からマンションの共有スペースで、「こどもたちが大勢で集まって騒がしい」「駐輪場の自転車が乱雑で困っている」というご連絡をいただきました。学校でも公共マナーについて指導しますが、ご家庭でも①マンション内は遊び場ではないこと、②自転車は通行の妨げにならないように停めることなど、具体的な声かけにご協力をお願いいたします。

3 秋の夜長にインターネットの利用時間に注意

秋の夜中、こどもたちが家で過ごす時間が増えるため、ネットやゲームの使い方が乱れるとの声をよく耳にします。インターネットの利用時間についてご注意ください。

○体と心への影響

長期の使用は、視力低下、肩こり、睡眠不足など、体の不調につながります。また、依存傾向が強まるとイライラしやすくなったり、集中力が続かなくなったりする問題も指摘されています。

○学力への影響

ネットやゲームの時間が長いと、どうしても勉強時間が減ってしまいます。また、脳の発達にも影響を与え、集中力や自制心が低下する可能性があるという研究結果も出ています。

○トラブルのリスク

知らない人とのやりとりや、高額課金、いじめや誹謗中傷など、ネットには様々な危険が潜んでいます。

～家庭のルールを親子でつくろう！～

時間：「1日〇時間まで」「夜〇時間以降は使わない」「読書した時間と同じだけ使う」など具体的な時間を設定する。

場所：「リビングで使う」「自分の部屋には持ち込まない」など、利用する場所を決める。

内容：「知らない人とはやり取りしない」「高額課金は絶対にしない」など、守るべき約束を明確にする。

夜が長くなる季節だからこそ、家族でトランプやボードゲームをしたり、一緒に読書をしたりする時間を大切にしてみませんか。ネットやゲームと上手に付き合い、充実した秋の夜を過ごしましょう。

