

斜里町青少健だより

第35号 2022.12

斜里町青少年健全育成
町民総ぐるみ運動推進協議会

斜里町公民館ゆめホール知床
Tel.0152-22-2222

子どもたちのメディア「機器」の利用にルールを!

小学6年生・中学3年生、義務教育学校6年生・9年生を対象に行われた全国学力学習状況調査によると、斜里町の子どもたちがメディアにふれる時間は、令和3年度と比較して増加傾向にあります。

テレビ、ゲーム、パソコン、スマートフォン等のメディア機器は楽しく便利ですが、使い過ぎると子どもたちの就寝時間や生活リズムに大きな影響を及ぼします。特にインターネットに接続できる機器は、ちょっとした油断や少しの間違えでトラブルや犯罪に巻き込まれたり、気づかないうちに加害者になっていることがあります。各家庭で話し合いメディアリテラシーについて考えましょう。

メディアリテラシーとは? 次の3つを構成要素とする、複合的な能力のこと。

- **メディアを主体的に読み解く能力。**
- **メディアにアクセスし、活用する能力。**
- **メディアを通じコミュニケーションする能力。特に、情報の読み手との相互作用的(インタラクティブ)コミュニケーション能力。**

インターネットに関わる危険

●個人情報の流出

不正なアプリ、コンピュータウィルスの感染により個人情報が盗まれる被害。

●代金請求、詐欺

不適切なサイトへのアクセスによる架空請求など。

●誘い出しによる性的被害、暴力行為

SNSを通して、見知らぬ人と気軽に会うことで被害に遭う。

●日常生活への悪影響

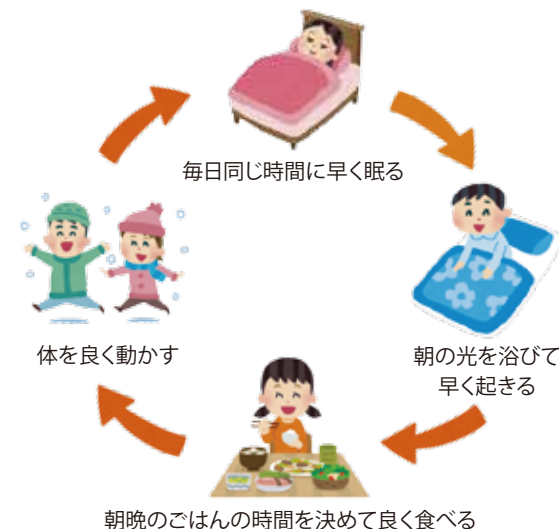
SNSやゲームなどに没頭して、生活リズムを崩す。

インターネット上にある不適切な情報は、「フィルタリング」機能を設定することで、ある程度防ぐことが可能です。しかし、最も大切なことは家庭内で**さまざまなメディア機器の利用のルールを話し合い、保護者自身が正しい使い方を態度で見せる**ことです。「定期的に端末利用状況を保護者が確認をする」「他人に迷惑をかけない」と言った基本的なことから話し合いをすすめ、各家庭でメディアの利用に対するルールを決めていきましょう。

規則正しい生活を! ~早寝・早起き・朝ごはん~

斜里町の中学3年生・義務教育学校9年生は早寝・早起きについて良い傾向にあります。一方、小学6年生・義務教育学校6年生は令和3年度と比べて、早寝・早起きの習慣が、まだ身につけていない現状があります。

生活習慣は連鎖しています。一度、生活リズムを崩してしまうと「朝起きられない」「朝ごはんを食べない」「体がだるいから動きたくない」「動かないから眠れない」という悪循環に陥ってしまいます。冬休みだからこそ、早寝・早起き・朝ごはん
で一日の生活習慣を整えていきましょう。



~利用施設案内~

※各施設の市外局番は「0152」です。

【知床博物館】

- 場所 本町49 (Tel 23-1256)
- 利用時間 9:00~17:00
- 休館日 月曜日、祝日(月曜日が祝日の場合は火曜日も) 年末年始(12月28日~1月3日) ※28日は館内清掃のため臨時休館となります

【ゆめホール知床】

- 場所 本町4 (Tel 22-2222)
- 利用時間 9:00~22:00
- 休館日 月曜日、年末年始(12月27日~1月3日) ※12月27(火)・28日(水)は館内清掃のため、臨時休館となります。

【町営スケートリンク】

- ※天候により変更有、休業日は赤い旗を立てます
- 場所 文光町51 (Tel 23-1775)
- 利用時間 9:00~11:30、13:00~16:30、18:00~20:00
- オープン前に新聞折込チラシでお知らせします

※各施設の利用について、小中学生は学校で決められた時間までに帰宅しましょう。
※夜間は保護者と一緒にご利用しましょう。

【図書館】

- 場所 文光町51 (Tel 23-3311)
- 利用時間 10:00~19:00
- 休館日 月曜日、年末年始(12月28日~1月3日)

【児童館】

- 場所 青葉町29-6 (Tel 23-5245)
- 利用時間 10:00~17:45
- 休館日 日曜日、祝祭日、年末年始(12月28日~1月3日)

【海洋センター体育館】

- 場所 朝日町20 (Tel 23-2911)
- 利用時間 9:00~21:00 (土日、祝祭日は17:00まで)
- 休館日 年末年始(12月29日~1月3日)

小・中・高校からの共通のお願い

- ①休み中の生活設計には家族も参加し、相談にのる。(学習・生活・旅行・家の手伝い・健康管理等)
- ②冬期間の自転車の使用は絶対させない。
- ③喫煙、飲酒、薬物使用は絶対させない。
- ④買い物がある時以外は、店に出入りはさせない。
- ⑤友人関係での外泊はさせない。
- ⑥家族そろっての食事や話し合いを通して、明るい家庭の雰囲気づくりを心がける。
- ⑦進んで挨拶をさせる。
- ⑧マッチやライター・ナイフなどの危険物を持ち歩かせない。
- ⑨知らない人から声をかけられてもついていったり、車に乗ったりしないように注意する。
- ⑩知らない人から電話番号を聞かれても、教えないように注意する。
- ⑪テレビの視聴やゲーム・携帯・インターネットは時間を決める。
- ⑫ネットやSNS(LINE・facebook・twitterなど)の利用マナーを守っているか、保護者が定期的にチェックする。また、青少年にふさわしくないサイトへのアクセスはさせない。

冬休みの期間

- 12月23日(金)～1月15日(日) 知床ウトロ学校
〔帰宅時間 前期 17:00 後期 17:30(部活動所属6年生含む)〕
- 12月24日(土)～1月18日(水) 朝日小学校
〔帰宅時間 16:00〕
- 12月24日(土)～1月17日(火) 斜里小学校
〔帰宅時間 17:00〕
- 12月24日(土)～1月12日(木) 斜里中学校
〔帰宅時間 部活動以外は18:30〕
- 12月24日(土)～1月16日(月) 斜里高
〔帰宅時間 21:00〕



新型コロナウイルス 感染症の予防

子どもたちが健康で安全な
生活を送るために

手洗い

〇正しい方法で洗いましょう

さっと洗っただけでは、爪の裏や手のしわ、指紋の間についたウイルスが水分で浮き出て、手のひらに広がってしまいます。

〇細かく洗いましょう

細菌が残りやすい手の甲、指先、爪の間、親指の付け根、手首も洗うようにした方が効果があります。

〇清潔にしましょう

洗い終わったら、清潔なハンカチやタオルなどで、よくふき取り乾かします。(ハンカチは共用しないこと。)

咳エチケット

〇マスクを着用する(口・鼻をおおう)

〇マスクがないときは、ティッシュやハンカチで口・鼻をおおう

〇マスクがなく、とっさのときは袖で口・鼻をおおう

3密回避

〇密閉・密集・密接をさけましょう

〇3つの密が重ならない場合でも、「リスクを低減するため、できるかぎり「ゼロ密」を目指しましょう

〇屋外でも、密集・密接には要注意！ 人ごみに近づいたり、大きな声で話をするのは避けましょう

小学校のきまり

- 1.生活時間を守る。
 - 早寝・早起き・朝ごはんを励行する。
 - 学習のため10時まで友達を誘わない。
 - 学校で決められた時刻までに帰宅する。
- 2.健康で安全な暮らしを心がける。
 - ソリ遊びなどの雪遊びは、路上を避け、広場や公園で行う。
 - 天気のよい日は戸外で運動をして、体をきたえる。
 - テレビの視聴やゲーム、インターネットは時間を決める。
 - 外出する時は、行き先・帰宅時刻などを家族に告げる。
 - 歯みがき、うがいを習慣づける。
 - 金銭の貸し借りや無駄づかいをしない。

中学校のきまり

- 1.生活の計画に従って、規則正しい生活と計画的な学習に心がけること。
- 2.外出の際は、中学生らしい身なり(髪型・服装)になるよう配慮すること。
- 3.外出は普段同様、原則18時30分までとする。
- 4.夜間の外出、飲食店・カラオケボックス等への出入りは保護者同伴とする。
- 5.公共の施設(B&G体育館・図書館等)を利用するときは、職員の指示に従いルールやマナーを守り、迷惑のかからないように利用すること。

高等学校のきまり ～生徒心得にもとづいて～

- 1.夜間外出時時刻は21時までを限度とし、規律ある生活を心がける。
- 2.バイク・自動車等を絶対に運転しない。
- 3.酒類を提供する店やパチンコ店への出入りはしない。
- 4.高校生にふさわしい服装を心がける。
- 5.髪型の加工(パーマ・染色・脱色等)、ピアスをしていない。
- 6.無届けのアルバイトをしない(アルバイトは届出制)。終業時刻は、20時までとする。
- 7.男女間の交際は常に高校生であることを自覚し節度を保ち、公明かつ健全であるよう努める。