



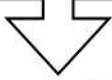
☺ こんにちは、子ども相談室です ☺

今年も残すところ、あとわずかになりました。みなさんにとってこの2学期はどのよ
うに過ごせましたか？ 楽しみにしていた行事が中止になってつまらなかったとか、
逆に自分の時間をいっぱい楽しめたとか、みなさんはいかがですか？

今回は、デジタル化の中で大切にしたいことのお話です。

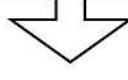
現代は、身近にデジタル機器があり、すぐに手にすることができます。学校でもリ
モート授業が行われたり、一人一台タブレットが導入されたりしています。
それらの使い方は学校では教えてくれますが、お家での使い方はどうでしょうか？

使いすぎはこんなことが・・・



- ・スマホやタブレットなどの光は刺激が強いので、夜に暗いところで見るとなかなか寝つけられないこともあるよ。
- ・画面を見続けると目が疲れ、視力が悪くなることもあるよ。
- ・脳の一部分だけを使うことになり、「自分で考える」ことが苦手になるとも言われているよ。

ルールを決めて使いましょう



- ・1日の利用時間を決める。
(例：1日〇分まで、夜何時まで)
- ・食事中には使わない。
- ・使う場所を決める。
- ・休憩する時間をとる 等々。

相談受付時間

月・火・木・金 8:30～17:15

水 10:30～19:00

土・日・祝日と12月29日から

1月3日までは、お休みです。

0800-200-3218 (通話料無料)

大人の人は 0595-63-3118 へおかけください。

ことし 今年もぱりっ子モールが開催されました！

11月23日（火・祝）午後1時から、名張市武道交流館いきいきで、「子どもの権利を考

える週間行事」ぱりっ子モールが開催されました。この行事は、ぱりっ子会議に参加してい

る子ども達が中心になり、イベントの内容や目的を考え、準備をしてきました。

今年は、カフェ・お化け屋敷・ゲームセンター・・・大きな絵を描くなど、楽しいお店をたくさん

出店しました。新型コロナ対策で、大きな声を出せない分、笑顔で心のこもった「いらっしゃいませ」

「ありがとうございました」の声があちこちのお店から聞こえてきました。



【豆知識】：猫は一匹二匹...、馬は一頭二頭...。では、ウサギは？

みなさんは、ウサギの数の数え方を知っていますか？

実は、ウサギは鳥を数えるのと同じように、一羽二羽と数えることが多いのです！

この他にも、生き物や物によって数え方が異なるものがあります。不思議ですね。

保護者の方へ・・・

子ども相談室は、子どもが生まれながらに持っている「生きる」「育まれる」「守られる」「参加する」権利を守り子ども自身が「自分は守られている」という自己肯定感をもつことができるよう支援していきます。相談は子どもだけでなく、保護者の方からのご相談も受け付けております。子育てで気になること、辛いこと等ございましたら、お気軽にお電話ください。

大人の方は 63-3118 まで