

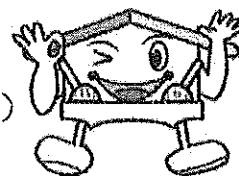
家族で話し合って、「わが家のやくそく」を決め、夏休みに取り組んでみましょう。

中学校 2 年生

やくそく	(やくそく) 1日、1時間 家族全員 ノーメディア
感 想	(実行して感じたこと、気づいたこと) 実行して、読書の時間が増えたと感じました。また、読書に集中しているとあっというまに1時間過ぎていました。 (実行して難しかったこと・大変だったこと・改善点) 集中していても、スマホが気になってつい手がのびてしまうこと。 (実行したことから今後生かしたいこと) ノーメディアをすることで読書や絵をかくなどスマホやゲーム以外のことで別の楽しみを見つけることができました。今後は少しずつノーメディアの時間を増やしていきたい。新しい自分を見つけるの時間を作りたいです。
保護者の感想	(チャレンジ中の取組の様子やチャレンジ後の変容等を踏まえ、励ましの言葉を記入ください。) とても良い「わが家のやくそく」を提案してくれました。子供だけでなく、親も時間が空けばスマホを見ているので、3回の「ノーメディア」は良い機会でした。これからもこのやくそくを継続していけると最高だと思います。 (お子様への具体的なアドバイスや継続取組のための工夫等がありましたら記入下さい。) 自分だけのノーメディア時間だけでなく、家族全員を巻きこんでノーメディア時間を作って欲しいです。

応募先 所属する学校に提出してください。

※応募時にいただいた氏名、学校名等の情報を目的以外に使用することはありません。



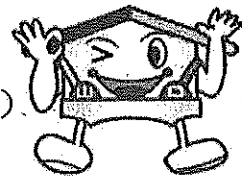
家族で話し合っ、て、「わが家のやくそく」を決め、夏休みに取り組んでみましょう。

中学校 2 年生

やくそく	(やくそく) 家族皆でお風呂上がりには ストレッチをする。
感想	(実行して感じたこと、気づいたこと) 家族と一緒に取り組んでいるから「皆やっているからやろう」という意識が出て、長続きしました。最近あまり一緒にいる時間がなかったから、共に時間を共有できて嬉しいです。誰かの智恵で押したりして協力もでき、家族の絆が深まった気がします。 (実行して難しかったこと・大変だったこと・改善点) 塾や残業で帰りが遅くなり、時間がとれなかった日もありました。その場合は自分がないため、ちょっと早起きして朝に荷造りすること、早起きの習慣もつきました。しかし、寝ぼうした日はできなかったため、生活習慣を見直したいです。 (実行したことから今後生かしたいこと) 家族と一緒に時間を共有する楽しさ、早起きの生活習慣の重要性を学びました。そこで、平日の朝、私が起きるのが遅くて家族と一緒に朝ご飯を食べられないことに気がつきました。だから、早寝早起きの生活習慣を中学生の今のうちから整えて、家族と一緒に過ごせる時間を増やしたいです。
保護者の感想	(チャレンジ中の取組の様子やチャレンジ後の変容等を踏まえ、励ましの言葉を記入ください。) 部活や塾、忙しい学生生活を送るなかで、家族と過ごす時間にストレッチをしたり、体を動かしたりしてみんなが楽しむ企画を考えてくれてありがとうございます。家族みんな楽しく過ごすことができて有意義で幸せを感じる時間でした。(お子様への具体的なアドバイスや継続取組のための工夫等がありましたら記入下さい。) これからも家族みんなが楽しむ時間を大切にしよう。

応募先 所属する学校に提出してください。

※応募時にいただいた氏名、学校名等の情報を目的以外に使用することはありません。



家族で話し合って、「わが家のやくそく」を決め、夏休みに取り組んでみましょう。

中学校 2 年生

やくそく	(やくそく) (1日の出来事を話す。 (家族全員が話す。))
感 想	(実行して感じたこと、気づいたこと) (1日の出来事を話すのは、今までやってきたことなのに、あらう 楽しく話すことができた。家族と過ごす楽しさやありがたさ などを、改めて感じる事ができて良かったです。 (実行して難しかったこと・大変だったこと・改善点) 葉巻しかたり、大変だったりすることは全くありませんでした。 (1日の出来事だけでなく、1日のスタート、例えば「今日は何が あるんだ?」や「今週の休み何がある?」などの会話を、とも、と増やし (実行したことから今後生かしたいこと)をいいたいなと思いました。 今までやってきた通り、毎日継続したいと思います。また、今後も 更に会話を増やして、楽しい毎日を送りたいなと思いました。 家族の明るく雰囲気をつくりだすために、今回を きっかけにたくさん話そうと決まっています。
保護者の 感想	(チャレンジ中の取組の様子やチャレンジ後の変容等を踏まえ、励ま しの言葉を記入ください。) 夏休みということで、家にいる時間が多かったので、部活動での話や 学校で出会って話して、先生方との会話を嬉しそうに話してくれました。 普段から、この日の出来事は話している子が、自然に会話がでる様、 雰囲気作りを大切にしていきたいと思いました。 (お子様への具体的なアドバイスや継続取組のための工夫等があり ましたら記入下さい。) 食事のときや、寝る前、決めた時間に話をすると良いと思います。

応募先 所属する学校に提出してください。

※応募時にいただいた氏名、学校名等の情報を目的以外に使用することはありません。