



市川市立妙典中学校だより 臨時特別号

息吹 05



学校教育目標 未来を拓く妙典中学生 ~明るく・正しく・美しく~

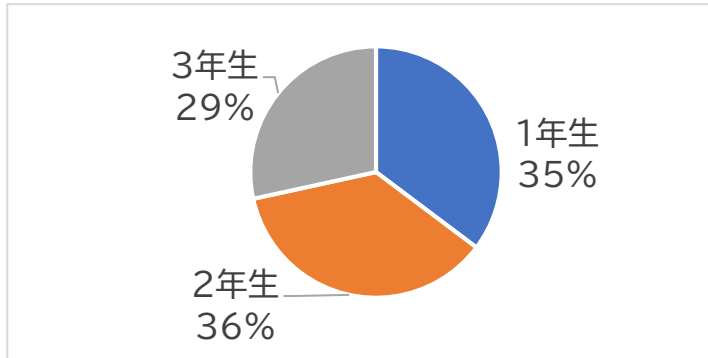
〇ふれあいを大切にする生徒 〇進んで学ぶ生徒 〇頑張り抜く生徒 令和5年11月27日

〔 表題「息吹」は、妙典中校歌、2番の歌詞「♪～世界の息吹うけとめて、生きる力を身につけん～♪」から付けました。「05」は令和5年度を表しています。生きる力を身に付け、未来を拓く妙典中学生の育成を目指します。 〕

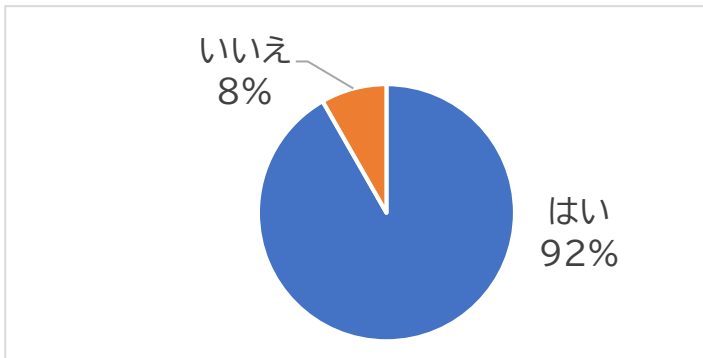
電子メディアに関するアンケート調査結果について

今回の臨時特別号では、先日実施しました、電子メディアに関するアンケートの結果を報告いたします。ご協力いただきました保護者の皆様に、心より御礼申し上げます。

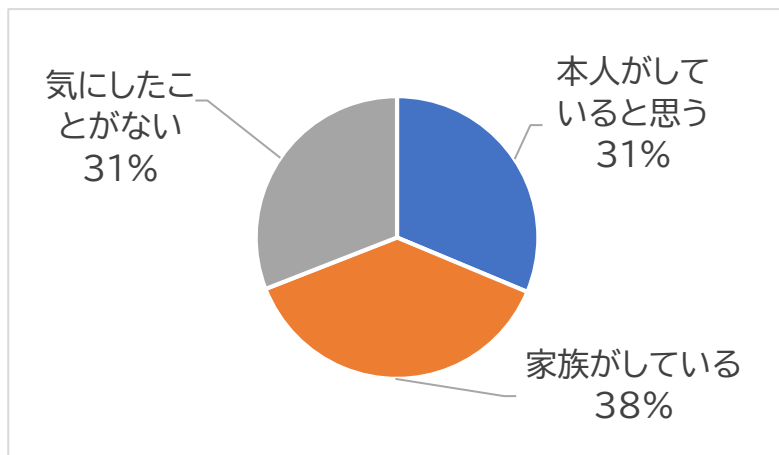
お子様は何年生ですか？ 回答数: 278



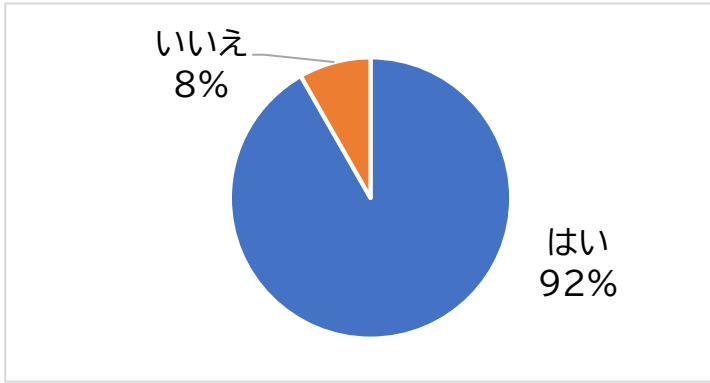
1 日ごろからお子様の睡眠時間を把握していますか？ 回答数: 278



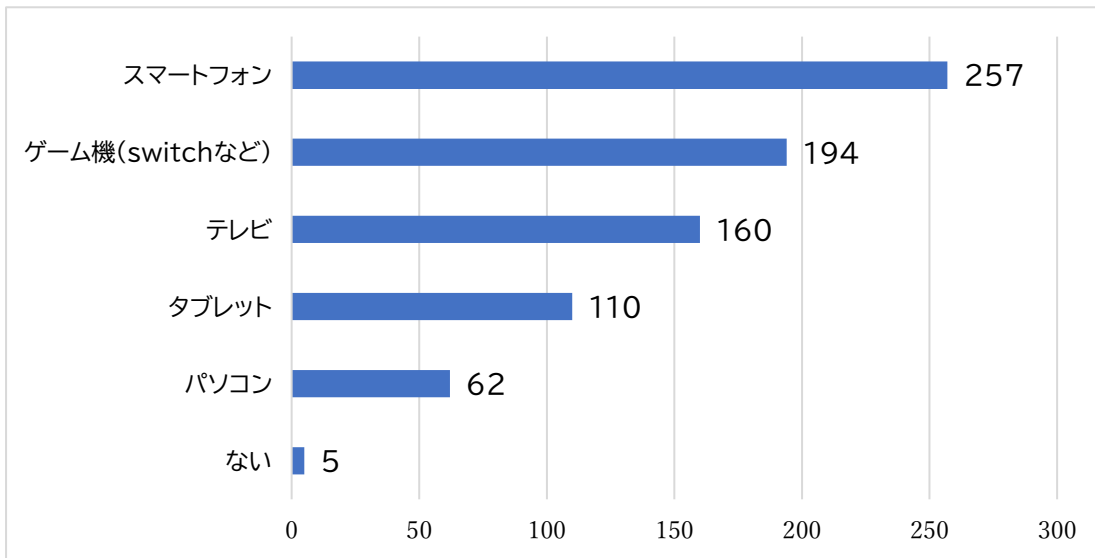
2 質の良い睡眠をとるための工夫をしていますか？ 回答数: 278



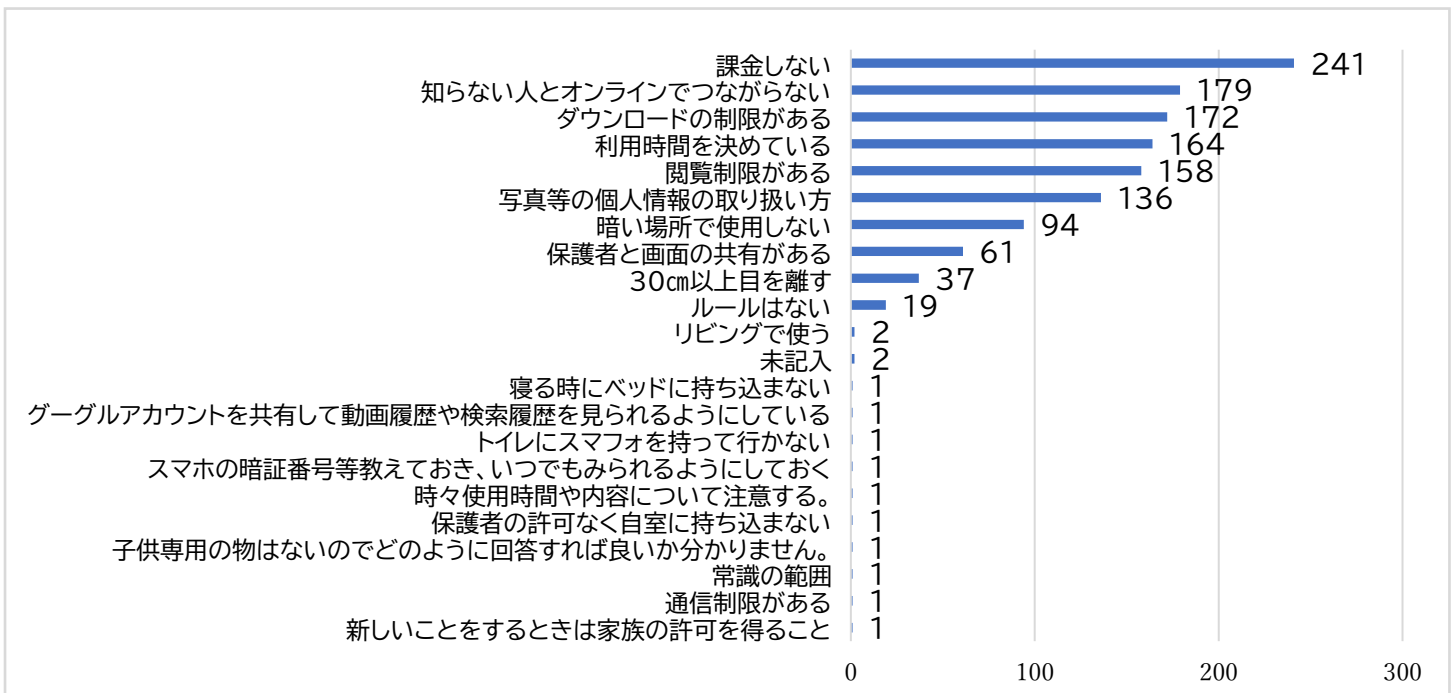
3 帰宅後のお子様の時間の使い方について、把握していますか？ 回答数: 278



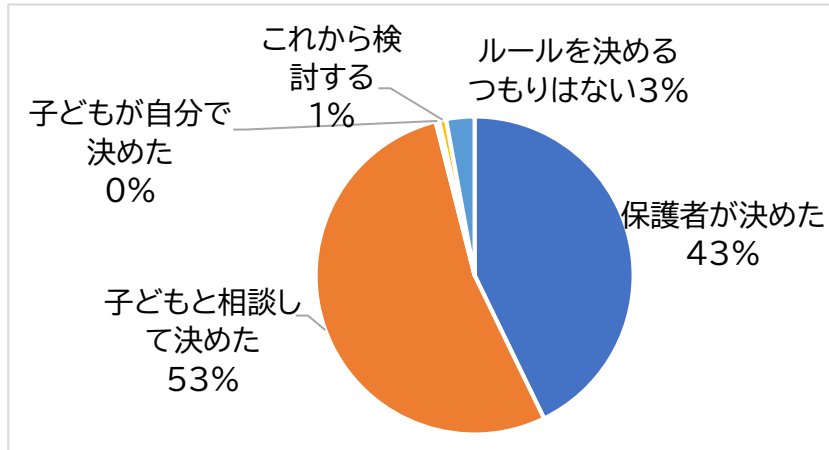
4 学校で配付したタブレット以外に、ご家庭でお子様専用に使できる電子メディア媒体を選んでください。(複数回答) 回答数: 278



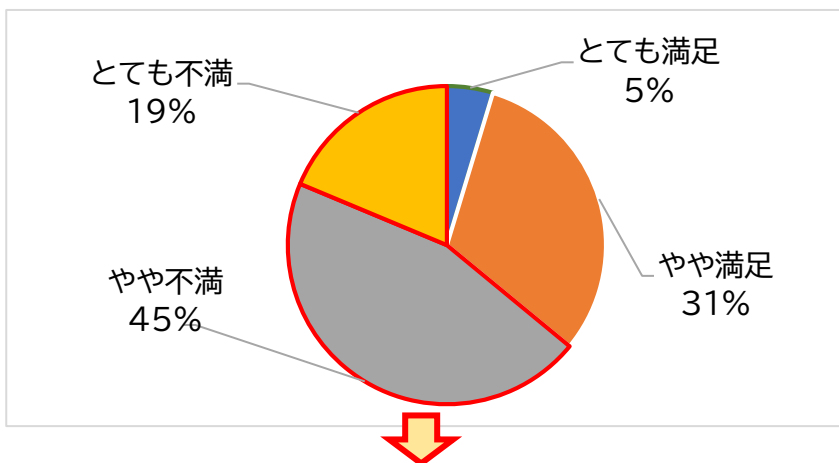
5 4で選択した電子メディアについて、家庭内のルールを質問します。当てはまるものすべてを選んで下さい。(複数回答) 回答数: 278



6 家庭内のルールはどのように決めましたか？ 回答数: 278



7 お子様の電子メディア媒体の使い方について、どのようにお考えですか？ 回答数: 278



8 7でやや不満・とても不満と答えた方は、特にどんなことが不満ですか？ 回答数: 169

- 利用時間が長い。どんどん利用時間が長くなっている、やるべきことをやらずに、睡眠時間を削っていつまでも使っている。など(多数)
- 使用時間の約束を守らない。隠れて使っている。制限を勝手に解除される。
- 勉強中や食事中にも使用している。いつでもスマホを優先している。
- 姿勢が悪い。視力や耳への影響が心配。
- 画面を見せないで、交友関係がわからない。危険なことがチェックしきれない。
- 学校支給のタブレットで動画を見ている。
- 依存気味。

多くのご家庭で利用時間や使い方に、不安や不満があることがわかりました。
スマホは2010年頃からわずか10年で急速に普及した電化製品であり、利用者が急激に増加したという背景があります。使い方や危険を熟知する前に、様々な年齢層で自由に利用できるようになり、それがトラブルの発生を促していると言われています。

また近年、新型コロナウイルス感染症の流行により、急速かつ強制的に社会全体のデジタル化が進展しました。今やスマホやインターネットなどは、私たちの生活に不可欠なものとなりました(今後、さらなるデジタル化の加速化が予想されます)が、電子メディアの利点だけでなく、そのデメリットも十分に理解した上で利用させることが大切です。

9 7でとても満足・やや満足と答えた方は、上手に利用させるコツを教えてください。

回答数: 58

- ・携帯購入時に買い与えたのではなく貸し与える事を説明して、使い方などの話もして守っているから、使い方に違和感があったら使えないようにしている。
- ・本人専用の端末ではあるが、家族が料金を払っている間は家族から借りている認識でいらっています。たまに LINE 等の SNS の内容のチェックもして、安全に使用できているか確認しています。
- ・ゲーム機本体を親の所有にしている。子供は「借りている」という意識なので、相談して決めたゲーム時間もちゃんと守ってくれる。
- ・スマホやゲーム機は、使用させる(買い与える)前に子供と使用方法での約束を話し合い、親側で制限アプリを入れて管理をしている。
- ・リビングなど親の目の届くところでのみ使用させる。スマホやタブレットを自分の部屋に持ち込まない。
- ・日頃から、家族みんなで会話をすること。話し合いは、いつでもできる環境を整えている。
- ・勉強中はスマートフォンの着信音が鳴らないようにする、テレビを見る時間は食事中のみなど、子供本人がルールを決めて電子メディアを使い過ぎないようにしている。親がルールを勝手に決めるより、子供自身にルールを決めさせた方が守れる気がする。
- ・定期的に話し合う。使用ルールが守られなかったら声をかけたり、ひどい時は一時的にタブレットを預かるなどして、厳しすぎないが自由すぎない感覚を持ってもらえるようにしています。
- ・何故ダメなのか、危険なのかを理解するまで話してから与えたので親が規制をかけてもそれが普通と思ってくれています。
- ・全ての事に対して、自分で決めさせる。電子メディアに限らず、ルール決めは本人で考えさせ、決定権は親ではなく子供がすること。そうすることで、全ての責任を本人に持たせる。

「親が完全に管理する」、「子供と相談しながら管理する」、「基本的に子供に任せながら見守る」など、各家庭の状況に応じて、様々な成功例があることがわかりました。

いただいたご意見にもあるとおり、親が料金を払っている間は、子どもには「借りている」という感覚をもたせることも必要だと思います。

また、親が制限をかけて管理するにしても、子供としっかりと話し本人が納得した上で使用させることが、上手いくコツのようです。

多少失敗しても少しずつ自分で管理できるようにするなど、基本的に子供に任せ、見守っていく場合でも、何か困ったことがあれば、すぐに親や家族に相談できる環境があれば安心です。様々な危険を未然に防ぐためにも、お子様との日々の会話を大切にしてください。

〈ゲーム依存について〉

専門家が、ネット依存の研究や話し合いを重ねています。第一歩として、WHOの新しい診断基準では、インターネットのさまざまなコンテンツのうち、「ゲーム」のみ依存として定義されました(正式な疾病名は「ゲーム行動症」)。オンラインゲームへの依存は、アルコールや薬物の依存よりも、遥かに治療が難しいと言われています。なぜなら、インターネットがあまりにも日常にあふれているからです。

※ こちらの QR コードから、久里浜医療センターのゲームズテストでゲーム依存かどうかをすぐに判定できます。
ご興味のある方はアクセスしてみてください。



～まとめ～

インターネットの適切な利用（インターネットとの適切な距離の取り方を含め）については、社会全体で考えていく必要がありますが、まずは家庭や学校での指導が重要です。特に、スマホは学校外で使用することや私的な機器であることを考えると、家庭での教育が最重要だと言えます。

本校では、昨年度から引き続き、4月にスマホ安全教室を開催したり、定期的に学級や集会等でスマホ・SNSの使い方に関する注意や指導を行ったりしています。また、保健委員会からは、睡眠の大切さをよびかけ、睡眠不足を改善し、質の良い睡眠を確保するため、

「人を巻き込むメディアの使用は夜9時までにはしよう。」

「週に2日は早寝デーを作ろう」

と提案しています。今後も、継続的な取組を推進していきます。

スマホやSNS等の使い方を間違えると犯罪や事件等のトラブルに巻き込まれるだけでなく、「ネット上のいじめ」につながってしまうこともありますので、ご家庭でもスマホやSNS等の使い方について、以下のポイントを参考にして再度ご確認くださいませよう、お願いいたします。

〈スマホを便利に、安全に使うためのポイント（設定・ルール作り）〉

- ① フィルタリングをかける。（「かけていればそれで大丈夫」というわけではありません。定期的な確認が必要です。）
- ② 子供が自らを律することができるようなルールを、子供が主体的に考え、作る機会を設ける。
- ③ スマホの管理方法やトラブルが発生した時の対応について、明確にしておく。
- ④ ながらスマホはしない。
- ⑤ アプリを入れるときは必ず親に相談する。
- ⑥ 使う時間を決める。
- ⑦ 使う場所を決める。
- ⑧ 知らない電話番号からの着信には出ない。
- ⑨ 知らないメールアドレスからのメールは開封しない。
- ⑩ 電話番号を教えるときには、親に相談する。

ご家庭で話し合っていた際には、11月10日発行の生徒指導だより第7号（「SNSについて」）もあわせてご覧いただければ幸いです。

〈SNSトラブルを防ぐために〉 生徒指導だより第7号より抜粋

- ① 人の画像や人とのやりとりを許可なくアップしないこと。
 - ② 相手に直接言えないことはSNS上にも書き込まないこと。
 - ③ おやみに自分の個人情報をアップしないこと。
- ほかにもSNS上でのルールはたくさんありますが、自分自身の行動がその先にどう影響するかを考えることが大切です。

参考資料

- 「教育の情報化に関する手引」(文科省)
- 「インターネットトラブル事例集」(総務省)