



# 夢に向かって

為己 遂志 躍清

R5.6.8

NO.5

文責：学校長

## 藤沢中学生徒のインターネットとの付き合い方は？

私たちの生活において、インターネットはますます重要な役割を果たしています。中学生の皆さんも、学校や日常生活でインターネットを使用する機会が増えてきていることでしょう。そのため、保護者の皆様には、インターネットの使い方や安全な利用方法についてご理解いただくことが重要です。一関市ではスマホ・ゲームの利用について「居間9ルール」を作成し、情報モラルの啓発を行っています。

藤沢中学校の生徒たちにおいてはゲーム・スマホ、インターネット等の利用についてはどのような状況になっているのでしょうか？

みなさんも数年前から、ゲーム依存やネット依存などと言われる生徒が増加傾向にあることはご承知の通りと思います。そこで、スマホ等の長時間使用（依存症）になった場合にどのような被害が出てくるのか一例を紹介します。

### 1 健康被害

視力障害、睡眠障害となったり生活リズムが崩れたりします。昼夜逆転し、精神がイライラし、集中力に欠けるなど時には不登校の原因になることもあります。

### 2 学習能力の低下

学習時間が減少し、集中力が低下し成績が下がります。スマホ等の長時間の使用は成績を下げることで報告されています。統計では、一番成績がよいグループはスマホの適切な利用時間を決めて自己管理ができているグループだそうです。

### 3 コミュニケーション力の低下

体験や他人との直接会話の機会が減り、社会性が低下したり親子関係が希薄化したりします。

### 4 トラブルの発生

いじめや友人関係トラブル、犯罪に巻き込まれることも多くなります。一関市内においてもR4年度に55件（中3のみ）のトラブルが報告されています。

そこで前述の「居間9ルール」ではスマホは教育上のリスクの大きさから買い与えないことを推奨しておりますが、現実としてすでに買い与えているご家庭もあることでしょう。私の家の話になりますが、子どもたちに高校生になったときに1台ずつ貸しました。（買ってあげたのではありません。貸してあげていることを確認しました。）だから、約束を破ったら持ち主の私に返却してもらうということにしています。その約束とは、次の2点です。

①家の中での使用は、スマホは自分の部屋に持ち込まないこと。

②親がいつでも中身を確認できること。

この2点です。これを約束を破ったら2度と貸さないということにしました。

## では、どのようなルールをつくり、守っていけばよいのか？

しかし、もうすでにスマホを持っている生徒が大半を占めていることかと思いますが、やはり、子どもに使用させるうえでは、親と子どもで「ルール」をつくり、使用について管理をしていかなければなりません。そこでどんなルールをつくれればよいのかルールづくりの観点を紹介します。

### ポイント1：利用時間について

- ①利用時間は1日〇分。
- ②平日〇分 休日〇分。
- ③〇：〇〇分まで、最大〇分 など

### ポイント3：利用する場所

- ①リビングで
- ②部屋に持ち込まない
- ③置き場所は、テーブルの上 など

### ポイント2：利用の条件

- ①宿題と手伝いが終わってから
- ②学習中、食事中はさわらない。
- ③ゲームの開始と終わりを報告する
- ④ルールを守れなかったら〇〇する
- ⑤使っているアプリは〇〇とする

### ポイント4：すること

- ①目を休めること
- ②困ったことがあったらすぐ教えること
- ③利用した時間の記録を取ること
- ④週に1度は使用しない日をつくる

### ポイント5：しないこと

- ①課金はしないこと
- ②悪口を書き込まないこと
- ③人物が特定できる写真を載せないこと
- ④他人の写真は載せないこと
- ⑤個人情報は載せないこと
- ⑥友達とグループラインはつくらないこと（トラブルがとても多い）



上記は参考例ですが、とても重要なことだと考えます。ぜひ、親子でルールを決めてみてください。岩手県内だけではなく、市内においても、SNSを通じて出会った人が他県から会いにきた（連れ去る目的）という事例もあります。特に、中学生には、個人情報の共有や知らない人とのオンライン交流を避けるように管理する必要があります。インターネット利用はこれからの時代は必須です。とても便利で役立つツールですが、その危険性もよく理解したうえで、安全に安心して活用してほしいと思います。

