

## コロナ禍の中、スタートした青森県支部地域活動の紹介

2020年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、依頼を受けていた殆どの講演は延期や中止を余儀なくされました。感染の収束は全く見通せない中ですが、今年度は4月から当支部へ講演依頼の申し込みが次々と入ってきています。今、学校現場は、臨時休業中にさらに増加した子どもたちのネットやスマホの長時間利用による生活の乱れや依存の問題、情報モラルやネットリスク等の指導とICT活用の推進という狭間で、対応の難しさに直面している状況にあります。

今回、私、内山が5月14日（金）に小・中・高校（39校）の保健主事で組織する北五学校保健主事会の依頼を受けて、研修会の講師を務めたので、ここにその内容の概要と参加者の声をご紹介します。何か一つでも読者の皆さまの活動の参考になれば嬉しいです。なお、保健主事とは、学校保健と学校全体の活動に関する調整や学校保健計画の作成、学校保健に関する組織活動の推進（学校保健委員会の運営）など学校保健に関する事項の管理に当たる職員で、全ての学校において任命されています。

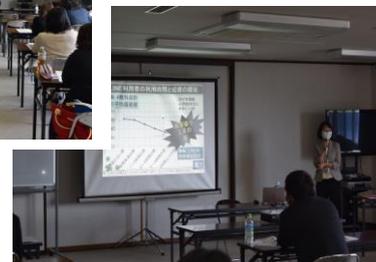
令和3年度 北五学校保健主事会研修会

### 学校におけるスマホ・ネット依存の予防教育

～メディアが子どもの体と心を壊す 危険現実性と危険可能性～

#### 【本日の内容】

- 1 ネット依存とは？
- 2 メディアへの長時間接触による健康被害
  - …脳の発達阻害と学力の低下
  - …視覚機能の異常
- 3 学校での指導・対応のポイント



※講演時間は90分

教材は THInet 内容開発教材委員会作成のスライドを用いて構成

#### 【参加者の声】…北五学校保健主事会事務局提供のアンケートから

##### ○スマホ・ネット依存について

- ・改めて理解することができました。予防する取組を計画し、子どもたちに呼びかけていきたいと思いました。
- ・初めて聞く話で、目の実験は面白いと思った。学校に帰ったらやってみようと思った。
- ・2年前の同じ講演よりも内容が新しくなっていてとても勉強になりました。今年度、学校でもスマホ・ネット等のメディアとの付き合い方について保健委員会で取り組むので、今日の内容を生かしてやってみようと思います。
- ・心身への影響についてよく分かりました。生徒への指導に生かしていきたいです。
- ・エビデンスに基づき、スマホの危険性を伝えていただいたので、納得して理解することができました。保護者の方々に伝えたいです。

## ○スマホによる目の障害について

- ・子どもたちを見ていて、視力の左右差がとても気になっていました。なぜだろう…と思っていた疑問が解決できました。他にもためになることが盛りだくさんで今後の指導に生かしたいと思いました。
- ・コロナのため室内にいる時間が多くなり、子どもたちの視力がかなり低下していたので心配していました。最近とても気になっていたので、興味深く参考になりました。資料もいただけて本当に助かります。参観日に資料として使いたいと思います。
- ・スマホを見る時は、より目になって筋肉が疲れて無意識のうちに脳が片眼しか見なくなっていくというお話に驚きました。参観日等で保護者に情報提供して行きたいと思います。
- ・とてもわかりやすく大事なことばかりで、研修に参加することができて良かったです。脳の発達をよく耳にしていたが、視覚機能の異常について詳しく知ることができました。予防できることが本当に大切だと思いました。今日の研修は、先生方はもちろん、子どもたちにも伝えていきたいと思いました。

## ○ICT 授業について

- ・一人一台端末で学校での ICT 時間が増える中、先生方の中でも子どもの健康への影響を心配する声が上がっていました。理論に基づいた説明は、大変勉強になり、学校でも周知していきたいと思います。
- ・あまりにもタイムリーな内容。学校で指導したいだけでなく、先生方（タブレット依存授業増）にも保護者にも伝えたいことが山盛り！！
- ・詳しい資料をたくさん準備していただき、丁寧な説明で分かりやすかったです。校内では、ICT 活用の推進を迫られ、一方で、今日のような健康面からの指導の大切さや取組についても話され、現場の教員としては矛盾と大変さを感じてしまいました。（正直なところ…）

## ○受診できる医療機関について

- ・昨年度、青森大学での教員免許更新制度に関わる講義で学習した内容に、さらに新しい情報が加わっていたので勉強になりました。青森県にスマホ依存の治療ができる病院が早くできればいいなと思います。

## ○今後の啓発活動について

- ・研修の内容は大変興味深く、保護者にも是非聞いて欲しい内容でした。学校の通信など少しずつでも情報を提供して行けたらいいと思いました。

## ○その他

- ・色々学ぶことができました。もう少し質疑やグループワーク等があれば嬉しかったです。
- ・もっと時間を増やした方が良かったと思いました。

※講義中、熱心にメモを取る先生方の姿がとても印象的でした。中学校区ごとにでもグループになり、情報交換や意見交換をする時間を設定すれば良かったと反省しています。

## 【編集後記】

今号から紙面を担当します内山です。どうぞよろしくお願ひします。北は北海道、南は沖縄まで全国津々浦々の読者の皆さまの取り組みの実践や研究などを記事にし、子どものネッリスク教育研究の充実を図っていきたくと考えております。いろいろな情報をお寄せください。お待ちしております (^\_-)。

📧 連絡先 E-mail [kodomo.netrisk@gmail.com](mailto:kodomo.netrisk@gmail.com)