



まほろばの丘から



令和5年10月3日 文責 校長 江口 尋信

「太宰府市宣言」 家庭でインターネット使用のルールづくりを

今日で前期が終わり、明日から6日間の秋休みに入ります。各学年の学年だより等には、「基本的な生活習慣を大切に過ごしましょう。」ということが書かれています。今回は、基本的な生活習慣に大きな関わりをもつスマホやパソコン、タブレット等の利用について考えてみたいと思います。

内閣府の「令和4年度 青少年のインターネット利用環境実態調査」によると、小学生（4年生以上）のインターネット利用率は、男子98.6%、女子96.5パーセントとなっています。低学年の子どもたちは調査対象外ですが、スマホやゲーム機の普及を踏まえると、ほとんどの小学生がインターネットを利用していると考えて間違いのないだろうと思います。接続器として、ゲーム機を利用している小学生は75.5%、自宅のパソコン・タブレットが57%、スマホが43.8%という結果が出ています。利用目的は、「動画を見る」が68.6%で最も多く、以下、「検索する」（65.9%）、「ゲームをする」（64.7%）、「投稿やメッセージ交換をする」（55.6%）と続きます。

インターネットは大変便利なものですが、気になる数値も示されています。それは、インターネットの利用時間です。土日を除く平日において「3時間以上インターネットを使っている」小学生の割合は52.7%にも上り、平均は213.7分という結果が出ています。

話をスマホの使用に限定しますが、スマホを使用している子どもの家庭のうち、17%の家庭はスマホ使用のルールがないということです。そのことから、スマホが使い放題になっている子どもも少なくないのではないかと心配しています。KDDIの調査では、小学生の13.7%がスマホ依存と考えられるという結果が出ています。スマホ依存になると、昼夜が逆転する・成績が著しく下がるなど様々な問題が起きているにもかかわらず、スマホ使用をやめられず、使用できない状況が続くとイライラし落ち着かなくなるなど、精神的依存の状態になるのだそうです。こうなると、家庭のルールでは対応ができなくなり、医療機関での適切な治療が必要となるケースも少なくないということです。

西中のテニスコートに面したフェンスに「太宰府市宣言」という垂れ幕が掲げられています。「太宰府市宣言」とは、もうずいぶん前になりますが、太宰府市小中学校のPTAが中心となって、全市的に取り組むことにしたスマホ使用の共通のルールです。内容はたった一つ。午後10時から午前6時まではスマホ・ケータイを使用しないということです。

＜太宰府市宣言＞

午後10時～午前6時までは、スマホ・ケータイは使いません。

スマホやパソコン、タブレット、ゲームなどの機器は、上手に利用すれば便利だと思います。しかし、長時間に渡って使い依存的な状態になると、昼夜逆転による睡眠不足、生活意欲の減退、理由のないイライラ、学習成績や体力の低下など、様々な副作用をもたらします。子どもたちは、まだまだ発達途上にあり、「便利で面白い」情報をもたらしてくれる機器に対して、自律的に関わる能力を十分に備えていません。わたしたち大人が上手に導いてあげる必要があるのではないかと思います。

ぜひ、ご家庭でインターネット（スマホやパソコン・タブレット、ゲーム機などの）利用について話し合い、「我が家のルール」を作っていただければありがたいと思います。