



## 学校保健委員会 ～スマホ・ゲームの脳に与える影響～



▲発表を行う保健委員



▲磯村先生の話聞き入る児童

昨日、「子どもとメディアについて考えよう」というテーマで「学校保健委員会」を開催しました。会には、5・6年生の児童に加え、30名を超えるPTAワゴンチーム活動の保護者の方々が参加してくださいました。会では、最初に、保健委員会の児童から、男川っ子が「テレビや動画、ゲームなどで、1日にどれくらい画面を見ているか」について調査した結果の発表がありました。そして、その実態を受け、講師としてお招きした予防医療研究所代表の磯村毅先生から、「スマホ・ゲームの脳に与える影響」について話を聞かせていただきました。画面を見るということは同じでも、テレビで番組を見るのとスマホでSNSの動画を見るのでは、脳に与える影響が大きく違うことを、具体的な事例や研究から明らかになった数値をもとにわかりやすく教えていただきました。5・6年生の子供たちは、今後の自分の人生に関わる大きな問題として、このことを自分ごと

ととらえ、磯村先生の話真剣に耳を傾けていました。これからの世の中、スマホなどの電子デバイスを全く使わないというわけにはいかないでしょう。それらの機器を、自分の意思でいかにコントロールして使うことができるかがとても大切です。お子さんがスマホ・ゲームの“依存症”にならないように、いつ、どれくらい、何のために使うのか、ご家庭でよく話し合っていたいただくと幸いです。

### ＜磯村先生の話から＞

- \* テレビは依存症にならないが、スマホ・ゲームはアルコールや麻薬と同じで、依存症になる危険性がとても高い。
- \* 子供にスマホを持たせるのは、中学生くらいでコミュニケーション能力が確立した後、できるだけ遅い方が良いでしょう。
- \* スマホ・ゲーム依存症になり脳の発達に支障をきたすと「4ない人間」になる。
  - ① 考えない      ② 我慢できない
  - ③ 頑張れない    ④ 思いやれない



### 今年2回目の授業参観

昨日、今年2回目の授業参観を行いました。制限なしでの参観でしたので、お子さんの頑張りを間近で見ただけでした。きっとご家庭では、お子さんをたくさんほめてくださったことと思います。



### 内田様からの本の寄贈

本日、大平西町の内田様が「男川小の子供たちが本に親しめるように」と、今年も本の寄贈をしてくれました。子供たちが多くの本に親しみ、心が豊かになるよう、読書指導を重ねていきます。

