

本当は怖い携帯，スマホ

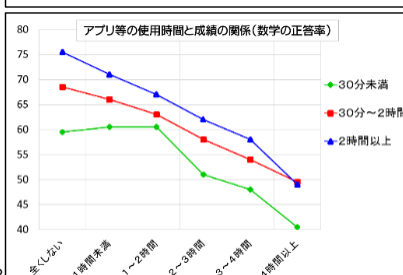
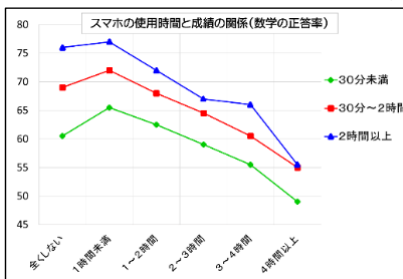
SNSによるトラブルを起こさない、巻き込まれないように情報通信機器の賢い使い方を学ぶため6月15日、全校生徒を対象に情報モラル教室を行いました（詳しくはホームページ参照）。本校生徒の情報通信専用機器の所持率は全学年ともに9割を超えており、携帯・スマホに加え、ゲーム機やタブレット型コンピュータが所持率を上げています。これから生きる子どもたちにとって情報通信機器は必須のアイテムで、怖い面を強調して遠ざけることは時代遅れとも言えます。しかし、これから紹介するのは何気なく使っているときこそ、その怖さに気を付けてほしいという内容です。

さて、宮城県仙台市が小・中学校児童生徒7万人を対象に7年間、携帯・スマホの使用と学習成績の関連について調査・分析した結果があります。下のグラフを読み解くことでその驚くべき内容を紹介します。まずはスマホ等の使用時間と数学の平均点では、①全く勉強をせず、スマホもしない生徒の平均点63点、②2時間以上勉強するが、スマホを4時間以上使う生徒の平均点58点、③2時間以上勉強して、スマホを使うのは1時間より少ない生徒の平均点75点、という関係にあります。さらにアプリを使用した時の状況は衝撃的です。全く勉強をしない生徒と2時間以上勉強する生徒（ただし、アプリ使用4時間以上）では10点以上の開きがあります。どんなに勉強をしようとも、スマホやアプリを長時間使用した児童生徒は使用しない児童生徒よりも成績が下がるということです。

これは脳科学の分野で脳の前頭前野の活動の低下が原因であることが明らかになっています。この部分は物事を考えたり、自分の行動をコントロールしたりする力の発揮に大変重要で、スマホやアプリの使用で血流量が減り、働きが鈍くなります。言い換えれば、脳は寝ている状況に陥ります。この現象はテレビやゲームで長時間遊んだときも同様です。つまり、2時間分の学習効果は消えてなくなったということが言えます。

さらに、アプリの使用はなぜスマホ以上に学習効果を打ち消すかを実験・調査した結果もあります。ここでは詳述できませんが、画面を見ていなくてもLINEの通知音に集中力が乱されることが原因と言われてい

ます。実験ではLINEの通知音とは別の音も鳴らして調べた結果、LINEだけに著しく反応があったということで、「どんなメッセージが…」「今の話の展開はどうなっているの」「早く返信しなければ…」と心が乱れる経験は使った人であればよく理解できるでしょう。いずれにしろ、脳の発達途上にある中学生の時期にスマホやアプリの使用により、取り返しのつかないことにならないようまずは家庭でのルールづくりから始めませんか。



チーム東中 栄光の足跡

☆第5回男鹿潟上南秋中学校総合体育大会☆

令和3年6月19日～20日

【柔道】〔女子団体〕優勝

〔男子団体〕準優勝

〔男子個人〕50kg級優勝・加賀谷陽太

同66kg級優勝・越前虎太郎, 同66kg級

準優勝・清水混大, 同60kg級3位・杉本

龍聖, 同73kg級3位・板垣英利, 同3位・福士凜生

〔女子個人〕57kg級優勝・林音芭, 同70kg級優勝・鎌田巴,

同48kg級準優勝・小玉星乃華, 同52kg級準優勝・佐藤あや

の, 同52kg級3位・笹渕季来

【ソフトテニス】〔男子団体〕準優勝

〔女子団体〕4位

【卓球】〔男子団体〕3位

〔男子個人〕優勝・齋藤快

〔女子団体〕決勝トーナメント進出ならず

【バスケットボール】〔女子〕優勝

〔男子〕4位

【軟式野球】3位

【バレーボール】決勝リーグ進出ならず

【陸上競技】〔男子総合〕優勝

〔男子個人〕共通200㍎1位・佐々木煌生, 共通800㍎1

位・伊藤龍翔, 同2位・伊藤拓海, 1年1500㍎1位・伊藤拓

海・大会新, 同2位・小林奏綺, 2,3年1500㍎1位・武田栞

大, 共通3000㍎1位・小林奏綺, 同2位・武田栞大, 共通走

幅跳1位・佐々木煌生, 共通400㍎2位・伊藤龍翔, 1年

100㍎3位・戸嶋綺星月

〔女子総合〕3位

〔女子個人〕共通800㍎1位・佐藤杏, 同2位・小林夕

尋, 2,3年1500㍎1位・小林夕尋, 同2位・佐藤杏, 共通400

㍎リレー3位・小林夕尋, 柏木愛子, 伊藤翼, 佐藤杏

【剣道】〔女子個人〕3回戦進出・加藤結衣



7月の行事予定

2	木	PTA授業参観(中止)
4	日	全県一斉部活動休止日
5	月	3年実力テスト
7	水	県総体激励会
8	木	市教育委員会委員学校訪問 3年福祉に関する講話
10	土	県中学校総合体育大会
11	日	県中学校総合体育大会
15	木	2年がん教室
16	金	コミュニティ・スクール学校運営協議会
18	日	全県一斉部活動休止日
19	月	三者面談～30日
20	火	3年偕生園福祉に関する講話
21	水	全校放送集会
22	木	海の日 東京2020オリンピック開会式
23	金	スポーツの日 夏季休業～8月22日

