



見沼のほとり

第 3 号
令和6年5月31日

学校教育目標 主体的に生きる人間の育成 《意欲・健康・豊かな心》

デジタル社会を生きるために

校長 金子 慎一郎

入学式から54日が過ぎ、学校にとって大きな行事の一つである体育祭も盛大に開催することができました。改めて3年生の姿に感動し、その力強さに感銘いたしました。保護者の皆様にも生徒が活躍している姿を見ていただけたかと思います。また、6月1日（土）からは学校総合体育大会が開催され、運動部の生徒は日頃の練習の成果を發揮して頑張ってくれと期待しています。壮行会では部長さんの力強い言葉を聞き、会場で応援したいと思いました。3年生にとっては最後の大会になり、それぞれの種目において持てる力を出し切ってほしいと思います。

さて、さいたま市では6月を「いじめ撲滅強化月間」に位置付けています。最近、担任に相談をしてくる生徒の中で、LINE、インスタグラム等のSNSでの書き込みによるトラブルが増えているように感じます。その中には対面で相手の表情を見ながら会話をしていれば、そこまでトラブルにならないようなことがあります。短い文字のみのコミュニケーションによって、伝える側が相手の表情を見ずに言葉を返すことによってエスカレートする案件や、第三者が記載内容を見て事実を知らないにも関わらず勝手に広め、複数で相手を傷つけている事案が発生しています。SNS上では集団で行為を行っている意識が生まれぬのか、言葉の暴力に歯止めがかからずに攻撃し続けてしまう様子が見られます。

学校ではトラブルの防止の意味も含めて、人間関係プログラム等を活用しコミュニケーション能力の向上に努めるとともに、携帯スマホ安全教室等でSNSの利用について指導をしております。各家庭でもスマホの利用やSNSの利用についてはルールをしっかりと決めていただき、買い与えた責任者として管理していただきたいと思います。

ところで、アンデッシュ・ハンセンの「スマホ脳」という本を図書室で借りることができました。なぜこの本を借りようとしたかという、トラブルの原因となっているスマホですが、私たちの生活に必要なアイテムになっていて、身近にないと不安になることがあります。では、どのように利用していいのかわかりたくなり、この本を借りることにしました。この本の中に「デジタル時代のアドバイス」が掲載されていたので紹介したいと思います。

- 自分のスマホ利用時間を知ろう。1日に何度もスマホを手に取り、どのくらい時間をかけているのか把握するために、アプリを使ってみるといい。そうすれば、スマホに奪われている時間が一目瞭然だ。自分を知ることが、変化への第1歩になる。
 - 毎日1～2時間、スマホをオフに。毎日2時間、オフにすることを周りの人にも伝えておこう。そうすれば返事がないという怒りのメッセージが届いたり、人をイライラさせたりせずすむ。
 - 人と会っているときは、スマホを遠ざけ、一緒にいる相手に集中しよう。そうすれば一緒に楽しくすごせるはず。
 - あなたがスマホを取り出せば、周りも伝染する。取り出さないようにすれば、それが連鎖反応になって、皆があなたを見習うはずだ。
 - スマホを寝室に置かない。少しでも眠れないなら置かないほうがいい。朝起きるために目覚まし時計を買おう。
 - 集中力は必要な時は、スマホを手元に置かないで、隣の部屋に置いておこう。
- なるほどと思えるアドバイスですね。皆さんも参考にしてみてください。私も実践してみます。