

学校保健委員会だより No.2

高鍋西小学校

11月22日に、小中合同の学校保健委員会を開催し、『メディア』についての研修を行いました。その内容と参加者の感想を紹介します。

参加者の感想

☆ 今日の講演を聞き、改めてスマホアプリやゲームなどの危険性を再確認した次第です。私も、大学生の4年間、空いた時間をゲームに費やしてしまいました。今でも「なぜ？」と後悔しております。あのゲームの時間で、やれたこと、得られたことがもっとあったと思います。

現在、アウトメディア期間を設けていただいておりますが、期日、期間だけとは言わず、常日頃から取り組んでいければ…とっております。ありがとうございました。

☆ 未成年者だけではなく、今の時代、親にも大切なお話でした。分かっているつもりで、日頃から子どもとのコミュニケーションは、とっているつもりでした。しかし今回お話を聞いて、自分が一番、ネットやSNSについて分かっていなかったと思います。まずは、1週間がんばってみます。一度しかない人生。今しか今の子ども達とは関わられません。大切に使います。

☆ 娘は生まれた時から、既にスマホがある環境にあり、泣き止ませるためにスマホを見せたりしたこともありました。私の古いスマホを使わせており、LINEや通話はできないものの、いろいろなアプリを入れて遊んでいます。寝ているかと思っていたら、布団の中でスマホを使用している時もあり、どうにかしないといけないと思っております。

朝、テレビをつけないことから、まず実践してみようと思っております。

☆ コロナ禍になってから、子ども達にゲームを買い与えました。家では平日15分・休日は30分と、自分達で時間を決めています。講演の中で「ゲームについて雑談できる関係であるか」がとても重要であると話された時、子ども達が私や主人に「ゲームでこんなこと…」と話す度に『ゲームの話ばかりだなあ…大丈夫かなあ…』と、少し心配になっていましたが、気軽に話してくれるのは、悪いことではないんだなあ…と思えました。

スマホやネットの利用は、まださせていないので、今後、中学校高校と上がっていく中でぶつかる問題にどう対処していくか、スマホを利用するために、いろいろな手順を踏んでいくことを親子でしっかり話し合いをしていくことが大切であることを知ることができてよかったです。

ネットやゲームは、今、避けられない現状であるので、健康を害しない程度にうまく付き合っていくことを考えるきっかけになりました。メディアリセットも家族を巻き込んでやってみたいと思えました。ありがとうございました。

☆ ゲーム・ネット・スマホが体と心に与える影響の大きさに驚きました。家では、オンラインゲームはさせていませんが、学校から帰って来るなり、まずゲームをしてから他のことをしています。時間を守って使っているので、まだ安心ですが、テレビを観る時間が長いのが気がかりです。メディアリセットに取り組めたらいいな…と思うのですが、家族の協力がないと難しいです。



私たち保護者がまず、メディアに依存していないか、考える必要があると思います。スマホ検索の話で、自分が信じたい情報を選んでいる…との話にドキッとしました。また、検索の傾向をスマホが記録しているとのことで、これも怖いな…と思いました。メディアを正しく使わないと逆にコントロールされてしまう怖さがあります。少しでもできることから取り組みたいです。

- ☆ 先生の話聞き、「はっ」とすることが多かったです。親としては、「忙しい」と理由をつけて与えてしまったデジタル機でしたが、将来不安しかありません。まさにキれる子とは自分の子ではありませんか？…と思いました。暴れたり、外で騒いだりしていると、つい「うるさい。」と思って、他人に迷惑をかけるくらいなら…と室内で遊ばせる…。親は仕事でかまっていられず、スマホや動画に頼っていました。家庭だけでは難しい時代です。是非、地域で子ども達や親を支えてほしいです。この子達が大人になると、今以上にモンスターペアレント等キれる親も増えるのでは…と、感じます。先生達ご苦労様です。

雑談の大切さ、よくわかります。この講話の夜、子どもと本を読みました。「これ。読んでみて。」と、とても難しい本の漢字を読んだ我が子に、成長を感じる時間がもて、褒められた子どももとても嬉しそうでした。少しずつですが、一緒に何かに取り組む時間を増やしたいと思います。ありがとうございました。

- ☆ 演題を見て、だいたいどんな話なのか、想像していましたが、実際に講師の方の話を聴き、レベルの違いに驚きました。「ゲーム・ネット・スマホの世界は、子どもにこう見えている」という内容は、気が付かなかったことでしたし、子どもともっとコミュニケーションを取りたいと思いました。また、デジタルサービスの契約についても考えたことがなかったし、子どもに教えてあげなくてはならない…と思いました。私たち大人がスマホやSNSを初めて手にした時代、知った時代は、大人になるにつれて自然と理解していくのだろう…とざっくり考えていましたが、今の子ども達には危ないな…と思いました。



一番最後の「ママのスマホになりたい」も、涙が出ました。この講演は、毎年希望者のみのようですが、保護者全員（お父さんもお母さんも）が受けるべきだと思います。

本当によいお話でした。ありがとうございました。

様々な意見や感想をいただきありがとうございました。

今回の研修会の内容は学校保健会で作成した『高鍋すこやか通信』にまとめられています。私たち教職員も研修会に参加し、すごく勉強になりましたし、もっとたくさんの人にお聞かせしたい内容でしたので、資料をよくご覧になってください。

さて、もうすぐ冬休みです。クリスマスやお正月など、いろいろなイベントがあり、子ども達は楽しみにしているようです。しかし近年、(子ども達の話をお聴くと) 自由な時間が増えた分だけ、メディア(ネットやゲーム)の時間が増える傾向にあります。楽しく過ごすことはすごくよいことだと思いますが、せっかくの長い休みですので、メディアだけではなく、もっと実際の体験でもいろいろなことに挑戦してほしいと思います。

冬休み前に、今一度、お子様と一緒に、メディア(ゲーム)との付き合い方について、ご家族で話題にしてみてください。