

# 一期一会

自律	目標に向かって自分自身を律する
感謝	思いやりや感謝の気持ちをもつ
貢献	将来社会に貢献する態度を養う

2021.7.16 第15号



8日(木)、9日(金)の2日間、キャリア教育の一環として1年生は農業体験学習、2年生は職場体験学習、3年生は高校説明会を実施しました。

13号でもふれましたとおり、キャリア教育は、一人一人の社会的・職業的自立に向けて必要な基盤となる能力や態度を育てることを通して、キャリア発達を促すことを目指しています。

それぞれの活動を終え、意識も大きく変化した2日間だったのではないのでしょうか。



【1年 農業体験学習】



【2年 職場体験学習】



【3年 高校説明会】

12日(月)に学校訪問がありました。

学校訪問は、学校の様子を小林市教育委員会に参観していただき、課題に対する助言やアドバイスをいただくものです。

全職員の授業を参観後に、大山教諭(英語)と本菌教諭(総合)の研究授業も参観していただきました。本校の課題である「対話力の育成」について内容の濃い研修会となりました。



【3A A Hot Sport Today】



【3B こすもす科 夢をつかもう】

## エンジョイ・マイライフの一部のために

日本講演新聞 2875号 水谷もりひと

『ここは今から倫理です』(集英社)は、雨瀬シオリの漫画である。高柳という高校の倫理の教師が、受け持つ生徒一人ひとりの「問題」と向き合う物語だ。

第5巻に「綿野」という、ぽっちゃり系の男子生徒が出てくる。彼は毎日朝から晩までスマホばかり見ている。登下校中も、お風呂の中でも、布団の中でも。



ある日、駅のホームで電車を待っている時、手が滑って持っているスマホを落としてしまった。スマホは線路に落ちた。そこに電車が来た。一瞬にして「心の拠りどころ」を失った綿野はパニックになった。

彼にとってスマホのない日常は何もかも無意味に思えた。お風呂に入ることも、寝ることも。学校でもスマホのない休み時間の過ごし方が分からない。だんだん生気を失っていく。「逃げる場所がない」とか「ど

こにも自分の居場所がない」など、そんなことまで言い出す綿野だった。

彼の気持ちに皆さんはどこまで共感できるだろうか。

我々は、もはやスマホを「モノ」として認識していないのかもしれない。近視・遠視の人にとってメガネが体の一部になっているように、スマホは「脳の一部」になっているのではないだろうか。

スウェーデンの精神科医、アンデシュハンセン氏はこの状態を「スマホが我々の脳のハッキングに成功した」と、著書『スマホ脳』（新潮新書）の中で述べている。

皆さんはこんな経験はないだろうか。仕事中に言葉の意味を調べようと検索サイトを開く。その時、メールが数件着信していることに気付く。「見たい」という衝動に駆られる。仕事だから見る必要はないのだが、「大事な連絡かもしれない」という思いが「見る」という行為を正当化する。

メールを確認すると、ついでに先ほどフェイスブックに投稿した記事にコメントや新しい「いいね」が付いていないかチェックする。

その時、ほかの人の投稿が目に入ってくる。つい読んでしまい、「いいね」まで押してしまう。そうこうしているうちに芸能人のニュースが3行だけ入ってくる。気になって「続きを読む」をクリックする。すると以前買ったことがある靴のメーカーの広告が出てきて、新製品のPRをしている。

今は要らないのでネットを閉じる。現実に戻った時、「言葉の意味を調べるんだった」と思い出し、もう一度検索サイトを開く。

ハンセン氏は言う。「あなたは自分の意志でスマホを取り出したと思っているなら、それは大間違いだ。次から次にクリックするよう誘導されているのだ」「iPhoneの開発者、スティーブ・ジョブズは時代の先を行っていた。それはテクノロジーだけでなく、それが脳に与える影響も知っていた」

確かに、ジョブズが、10代の我が子のスマホ使用時間を厳しく制限していたことは知られているし、マイクロソフトの創業者、ビル・ゲイツも子どもが14歳になるまでスマホを持たせなかったという。

フェイスブックで「いいね」の機能を開発したローゼンスタインという30代の技術者は、自分がスマホ依存症になりつつあることに気づき、本来親が子どものスマホ使用を制限するためのアプリを自分のスマホにインストールしていたそうだ。彼の言葉を借りると、「とにかくそれは薬物に匹敵するほど依存性が高く、度が過ぎて魅力的」なのである。

スウェーデンでは2歳児の半数がスマホをある程度使えて、11歳児の98%が自分のスマホを持っているという。日本ではどうだろう。

こんな警鐘本を読むと、スマホとの付き合い方を見直すきっかけになる。ハッとすることが大事、だと思う。

今や手放すことはできないのなら上手に付き合っ、て、「脳の一部」ではなく、「エンジョイ・マイ・ライフの一部」にしたいものだ。

ハンセン氏は最後にこう呼び掛けている。

「スマホとの付き合い方は大人が子どものよい手本になろう」

