

## 子どもに迫るスマホ依存症の恐怖

歩いている、食事中でも、とにかくどこでもいつもスマートフォンいじっているような人を見かけませんか？ 最近では携帯電話も便利になり、スマートフォンでカーナビや音声検索、テレビ閲覧から写真撮影まであらゆることができるようになりました。しかし、携帯電話の便利さに比例して、携帯電話から離れられなくなっていますか？ 日常生活に支障が出るレベルにまでスマホにハマってしまう「スマホ依存症」が、とても増えています。家族や友人などの人間関係にも悪い影響を与えてしまうのが「スマホ依存症」です。本校の生徒は大丈夫でしょうか。

### ◇ スマホ依存症とは・・・？ ◇

スマホを24時間触っていないと不安になってしまう人達のことです。日本のみならず世界中で問題となっており、スマホが気になって現実のコミュニケーションを阻害するという「Phubbing(ファビング)」という新しい英語まで生み出してしまいました。ネット中毒の人の脳の損傷状態はアルコール中毒や薬物中毒と同程度の状態にまであるとの研究結果もあるようです。

### ◇ スマホ依存症チェックリスト ◇

次の項目について、親子でチェックしてみてください。あてはまる項目に印を

No.	チェック内容	チェック欄	
1	スマホを忘れてしまった日は、とても不安になる		
2	TPOをわきまえず、無意識にタッチパネルを触っている		
3	「スマホの充電ができるかどうか」「Wi-Fiがあるかどうか」などで、入るお店を決める		
4	財布を忘れていても、スマホだけを持っていることがある		
5	朝、目が覚めて寝転がったまま、ニュースやSNSをチェックする		
6	わからないことは、すぐにスマホで調べる		
7	スマホの充電器を忘れたら、つい買ってしまうので、いくつも予備を持っている		
8	着信していないのに、スマホが振動した錯覚に陥る		
9	スマホを握ったまま眠ってしまう		
10	食事中にスマホを見ていることが多い		
11	スマホの電波の届かない（届きにくい）ところには行きたくない		
12	フェイスブックなどに書き込むネタを作るために行動することがある		
13	もしソーシャル・ネットワーキング・サービスがなかったら、人間関係がなくなると感じる		
14	会議や宴会中などでもフェイスブックやツイッターが気になり、スマホをみてしまう		

※ 7個以上チェックが付いたら要注意！ 10個以上チェックが付いたら、完全にスマホ依存症です。

## ◇ スマホと中学生 ◇

中学生がスマホ依存症になるということは、少なくとも学校にいる間は持ちこんでいないのですから、可能性としては低くなります。依存症は困ったものですが、スマホ自体は悪いものではないと思います。せっかくのハイテク機器ですから、良い面、悪い面を理解したうえで使いこなすようにしたいものです。くれぐれもスマホに使われている状況には陥らないように自分をコントロールしなくてはなりません。

しかし、中学生は、まだまだ自分で自分を管理することが難しい年代です。保護者の手助けが必要です。生徒がスマホをどのように使っているか、いつ使っているか、どれくらいの時間使っているか、誰と通信しているか、どんなアプリを使っているか、など保護者が知っておかなくてはなりません。携帯電話等によるトラブルも少なくありません。契約者は保護者なのです。子どもに与えている保護者として携帯電話等の管理をしっかり行う義務があると考えます。家庭でのルールを決めて、生徒に守らせる必要があります。

## 留学生が先生

11月24日(火)に1年生とI組で「留学生が先生」の授業を行いました。ハダニ ハト先生(アルジェリア)、ハットモイティ先生(イソ)、ホニヤン アスキク先生(アルメニア)、ヨサニ先生(セルビア)、チュー知先生(台湾)の5人の先生をお迎えして各学級で授業を行っていただきました。

これは、国際理解教育の一環として行っているもので、外国と日本の文化の違いや外国人から見た日本の良さなどの話を聞き、いろいろな国や人に対する思いやりの気持ちや、他人を理解する心を育てることを目的としています。

生徒は、先生の話に耳を傾け、目を輝かせて授業に臨んでいました。良い経験ができました。



保護者の皆様へ

### 体罰等実態調査についてのお知らせ

東京都教育委員会から体罰等の防止に向けた取り組みの依頼があり、生徒にアンケートを実施いたします。本校としても、「生徒とともに歩む教師」「生徒の良さを引き出す教師」「理解と誠実さで対応する教師」等を、目指す教師像として、全教職員で協力し生徒一人一人を大切にする教育を進めています。さらに保護者の皆様の御協力を得て、「安全な学校」「規律ある学校」づくりに取り組んでいます。

今回も、学校として、体罰や暴力のない楽しい学校生活づくりを目指し、生徒に「暴力はいけないこと」について講話を行い、各学級では、楽しく学校生活を送ることができるようにするために、生徒にアンケート調査を行います。

各家庭においても、お子様の声に耳を傾け、学校生活における出来事などについて話し合う機会をもつとともに、人を大切にすることや暴力はいけないということについて御確認の上、何かお子様について心配なことがあれば、いつでも、どんなことでも学校に御相談くださるよう改めてお願いします。

## 大田区立中学校PTA連合協議会 球技大会

11月29日(日)に都立美原高校ではバレーボール、大森スポーツセンターでは卓球の大会が行われました。本校は、両方の部に参加しました。バレーボールは初戦で優勝校の志茂田中と対戦し、残念ながらセットカウント0-2で敗れてしまいました。卓球は、予選リーグ(貝塚・田園調布・羽田)を1位で通過し、Aブロック1位リーグに進出しました。そこでは、矢口中には勝ちましたが、御園中に惜敗し、20校中3位という成績を収めることができました。

どちらの会場もOB等の応援もあり、盛り上がりました。各校の親睦を深めると同時に試合を通じてよい汗をかくことができた1日となりました。



## 蓮沼中鏡の訂正について

## 通算発行の号数が違っていました

今回発行のものが今年度第15号になります。5月12日と5月29日発行のものを両方とも第3号としてしまいました。5月29日以降のものすべてが号数に1プラスものとなります。