



池島魂



教育目標 「愛顔でより良い未来に向かって努力する子供の育成」

文責：校長

積極的なメディアコントロールで

自他の命を 自他の将来を 大切にしてください！



とても便利で楽しいスマホやゲーム、ついつい使いすぎていないでしょうか。知らない人とつながっていませんか？ 自分が送るメッセージは、相手に正しく伝わっていますか？ メッセージが思った通りに伝わらずにトラブルになったり、夜遅くまで長い時間使いすぎて自分の体を壊してしまったり、知らない人と会って命をなくしたりする事件もおきています。

数年前の「長崎っ子のためのメディア環境協議会」の調査によると子どもの7人に1人が裏面の（1）～（4）の状態になっていると疑われています！ 現在は、もっと多くなっていることが予想できます。

- 夜遅くまでスマホやゲームを手放すことができない
- おもしろ半分で友人の情報を勝手に拡散させる
- 撮影した写真を勝手に送ったり、写真をネット等にアップする
1つでも思い当たることはないですか？

自分を守るためにも、**自分を成長させる**ためにも、**友達を守る**ためにも絶対にやってはいけないことです。日頃の家庭生活で、食事や入浴、お手伝いや家庭学習などやるべきことがあります。

今、何を優先してやるべきなのか…？ 何に時間をかけるべきなのか…？
判断し実行するのは、実行して将来にむけての力を育むのは、自分自身最終的には自分自身です。

- 「起きる時間を決めてその時間に起きる」
- 「朝ごはんをしっかり食べる」
- 「その日の宿題、その日の復習をやる」
- 「寝る時間を決めてその時間に寝る」

授業をはじめ、部活動、朝や昼の活動、諸行事など、学校生活を充実させ、力をつけるために大切なことです！！

時計を必ず見ながら時間と行動を意識し、習慣にしましょう！

ご家庭でも、きまりをつくり厳守させたり、定期的に内容の確認をしたり、ご指導をお願いいたします。

スマホやゲームの悪影響

危険！ 子どもが（１）～（４）の状態に

（１） ネットやゲームの長時間利用・依存

睡眠、脳科学、依存症の研究者等は、就寝２時間前にスマホ、タブレット等の電子画像画面から離れることを推奨しています。ゲームや動画、アプリ等の電子メディアの長時間利用が健康的な生活習慣や効果的な学習習慣の阻害要因となっています。

（２） ネット・電子メディア利用による

乳幼児や低年齢児への影響

電子メディア利用の低年齢化による子どもの成長・発達への影響が懸念されています。視聴覚や脳、運動、睡眠、親子関係等への影響が指摘されています。

（３） SNS による友人・知人トラブル

SNS の文字や画像のメッセージでは、自分や相手の思いや考えは、直接会って話すことに比べて、表情や声の情報がなく伝わりにくく誤解が生じてトラブルの原因となっています。友達同士の写真をネットにアップしている投稿を見かけます。しかし、ネットにあげられることを友達は望んでいないかもしれませんし、切り取られて悪用されることもあります。

（４） SNS をきっかけに起こった犯罪トラブル

（被害・加害）

被害児童生徒のうち SNS 等で知り合った人から裸等の写真などを要求され、子ども自らが撮影して相手に送信する「自撮り被害」が４割を占めています。使い方次第では、子どもが被害者にも加害者にもなりえるということを知っておいてください。



最幸の愛顔のために
将来に向けたよりよい力を身に付けるために、「元気ですか？」「寝た時間は？」「起きた時間は？」「朝食を食べましたか？」等、朝の会では毎回健康観察を続けています。



池島魂



教育目標 「愛顔でより良い未来に向かって努力する子供の育成」

文責：校長

「愛のあふれる使用契約書」

スマホ18の約束

アメリカのマサチューセッツ州のあるお母さんが、13歳の息子が欲しがっていたスマホをクリスマスプレゼントで渡す際、どうすればネットから守り、健全な使い方ができるかを考えて18か条にしたものが、全米で話題となりました。内容が的確で、かつ愛にみちあふれたものになっています。

<スマホ18の約束>

大切なグレゴリーへ。あなたはこれからiPhoneをもつことができます。でもこのプレゼントを受け取るには、ルールや規則が伴います。あなたがテクノロジーに振り回されることなく、うまく活用できる大人になるために、健康でしっかりした青年に育てることが私の役割であることを分かってくれることを願います。

- 1 これは私の携帯です。私が購入し支払いをしました。利用料金も私が支払いをします。この携帯は、あなたに貸しているのです。私って優しいでしょ♡
- 2 パスワードは私が常に把握します。
- 3 これは「電話」です。鳴ったら出ること。「もしもし こんにちは」と礼儀正しく言いなさい。もし画面に、「ママ」が出たら必ず出なさい。
- 4 学校がある日は夜の7時半、週末は9時に私に電話を預けなさい。あなたが、友達の親に直接電話できないようなら、そんな友達とは電話もメールもしてはいけません。
- 5 携帯電話は、学校に持って行ってはいけません。メールをのやり取りをする友達とは、学校で直接話をしなさい。会話は、絶対的な人生のスキルです。
- 6 携帯電話が床に落ちていたり、破損したりした場合の修理費用はあなたの責任です。芝刈り、ベビシッター、誕生日のお祝いのお金であなたに払ってもらいます。こういうことは起こります。準備した方がいいわよ！
- 7 テクノロジーを他の人に嘘をついたり、バカにしたりするために使わないこと。他の人を傷つけるような会話にはかかわらないこと。

- 8 面と向かって言えないようなことは、携帯電話を通してメールなどを送らないこと。友達の親がいる前で言えないようなことは、携帯電話を通してメールなどを送らないこと。
- 9 私にオープンに共有できる情報だけをWEBで検索しなさい。何か質問したいことがあれば人に尋ねなさい。なるべくママに聞いてね。
- 10 公の場では電源を切るか、マナーモードにすること。
- 11 あなたは失礼なことはしない子です。iPhoneを持ってても変わらないでください。
- 12 他の人にあなたの写真や、他の人の写真を送ったり受けとったりしないこと。あなたがいくら賢くてもそういうことをしたくなる時期がやってきます。悪い考えです。インターネットは、あなたよりも非常に巨大で強力です。これほどの規模の中で情報を消すのは難しいし、風評を消すのも難しいのよ。
- 13 膨大な数の写真やビデオを撮らないこと。すべてを記録する必要はありません。自分自身の体験を大切に。体験は永遠に残るものよ。
- 14 時々、家に携帯を置いていきなさい。そしてその選択に自信をもちなさい。携帯電話は、生き物でもないし、あなたの一部でもありません。携帯電話なしでも暮らしていけることを覚えてください。取り残されることを恐れるのではなく、むやみに流行に流されない器の大きい人間になりなさい。
- 15 新しい音楽やクラシックなど、いろいろな曲をダウンロードしなさい。あなたの仲間が聴いている音楽だけでなく、様々な音楽を聴きなさい。あなたの世代は、最も音楽にアクセスできる世代なのよ。この利点を活用して、視野を広げなさい。
- 16 ワードゲームやパズル、知能ゲームで時々遊びなさい。
- 17 上を向いて歩きなさい。あなたの周囲の世界に目を向けなさい。景色を眺めたり、鳥のさえずりを聞いたり、散歩したり、知らない人と会話をしてみてください。ネットで検索せず、思考しなさい。
- 18 あなたは、約束を守れないかもしれません。その時、私はあなたの携帯を没収します。その時は話し合しましょう。もう一度はじめからやり直します。あなたとわたしは、常に学んでいるのです。いっしょに答えをだしていきましょう。

この「使用契約書」をすべての家庭に厳守してほしいというわけではありません。前号でお知らせしたように、スマホやタブレットに関わるネットやゲームは、使い方次第で悪影響を与えます。

「この18か条の約束で、一番大切だと思うのはどれか？」

「ご家庭でも、同じような約束はあるか？何が必要なのか？」

各ご家庭で考えていただければありがたいです。

