

# ふしょうっこ日記

令和8年2月6日

## 学校保健委員会

昨日、学校保健委員会を行いました。講師の先生を迎えて、「インターネット社会を生きる子どもたちを守るために私たちができること～知って得する&知らないで損する情報、お伝えします!」というテーマで、話をさせていただきました。

まず、「どんな子どもたちを育てたいですか?」と質問されました。「相手の立場を想像する」「感情をコントロールする」「挑戦する」「目標に向かって計画的に行動する」「楽しさを感じる」「意欲的に物事に取り組む」等の子供たちの成長のためには、しっかりと「脳を育む」必要があるという話から始まりました。次に、「動画を見る」「黙読をする」「音読をする」の中で、脳がよく働くのは何をしたときですか?という質問でした。答えは、「音読」です。「より面倒で厄介な方法」のほうが脳はよく働くそうです。その後は、スマホの長時間使用と「学力」について、スマホと幸せホルモンとの関係、依存性のこと、そして、子供とデジタルをめぐる世界各国の動向について紹介していただきました。国家的な規制を始めている国もありますが、日本における規制は、まだ先になる可能性が大きいとのことでした。そこで、「スマホを持たせる時期を遅らせる」「実験的にスクリーン断ちをする」「親自身が、実験的にスクリーン断ちを試みる」等、大人がコントロールする必要があるとまとめられました。

何を大事にすべきかについて考える機会となりました。

