

# 学校保健委員会だより①

裏面に生徒のアンケート（12月実施全校生対象）結果が載っています。



## メディアについて生徒も一緒に考えました

### 学校保健委員会のメンバー

学校医、学校歯科医、学校薬剤師、教育委員会、保健師、父母と教師の会長、副会長、学年部会長、母親委員の皆様。ご参加いただきありがとうございました。新生徒会の皆さん素晴らしい検討会でした！



生徒のメディアアンケート結果を報告、その後、学校、家庭、地域、生徒会ではどんなことができるのかを話し合いました。

### ◆ こんなことがある 心配 【実態】 ◆

- ・「テスト期間中でも友達から連絡がくる」
- ・「睡眠時間が削られている」
- ・「グループLINEが夜遅くまでくる」
- ・「写真までもが送られてくる」
- ・「会ったことのない人とのやりとり」
- ・「授業中居眠り」「私語」「視力低下」「体調不良」
- ・「一日10時間以上使っている人がいる」
- ・「グループLINE、SNSが深夜までくる」
- ・「集中していない」「眠くて元気ない」

親

生徒

### ◆ こんなことできそう 【対策】 ◆

- ・「親のいるところで携帯使用」
- ・「家族とのコミュニケーションをとる」
- ・「自分の居場所を認識させる」
- ・「ひとりぼっちの気持ちにさせない」
- ・「ルールを確認」
- ・「やっている内容を知る」
- ・「メディアの危険性を知る機会を」

親

自分たちの課題を踏まえ、生徒同士がメディアについて真剣に考え、話し合う時間をつくる

- ・「夜は人とのやりとりを止める。迷惑をかけない」
- ・「時間を管理する。めやす、約束」
- ・「夜のやりとりは考え直す姿にする」
- ・「自分はこんなになっているという自覚を持つ」
- ・「友達を巻き込まない」「注意し合える友達関係づくり」
- ・「友達とのゲームは、最初に何時までと確認し合う」
- ・「各委員会で活動にする」「クラス対抗もできそう」
- ・「使用時間と終了時間を親や家族に言う」
- ・「依存にならないよう趣味をつくる」

生徒

### 【ご指導】

#### 学校薬剤師 佐藤仁先生より

スマホは便利な道具。世界ともつながることができる。様々な勉強をしないとスマホを上手に使うことができない。便利な道具を上手に使うことができるように、しっかりと学習をすることが大事。

#### 保健師 梅津由希様より

幼児で叩いたりかんしゃくを起こしたりする子は、長時間メディアを観ている傾向にある。睡眠は、中学生で8~10時間。布団の中での携帯は睡眠妨害となる。勉強中、使用しなくても携帯が近くにあると集中力が無くなる。SNSは自分だけでなく友達の大事な時間をも奪ってしまうと思ってほしい。

# 飯豊中生のメディアアンケート結果 1



おうちで是非話題にして、話し合ってみてください。次回は、学校保健委員会一部のスクールカウンセラー講話「依存を知ろう～ネット・ゲーム依存にならないために～」の報告です。

