

家庭教育応援NEWS

福島県教育庁南会津教育事務所 総務社会教育課

親子の学び応援講座 ～下郷中学校区～

7月12日(水)、下郷中学校区において「親子の学び応援講座」が開催されました。ネットやスマートフォンなどの情報機器の使い過ぎが心や体に及ぼす影響について、ネット健康問題啓発者養成全国連絡協議会公式インストラクターの小杉一浩様にご講演いただきました。



ネットやゲームにのめりこんでしまうと・・・心や体、生活に様々な影響が・・・

目が見つかる
視力が下がる

ゲーム以外のことは
やる気が起きない

ひどい言葉を使い、
暴力をふるう

キレやすい、すぐ
にカッとなる
(親子げんか)

頭が痛い

心や体への影響

イライラ

昼夜逆転

生活面への影響

睡眠不足

倦怠感・疲労

ボーッとする

他のことに時間を
使うことができない

課金してお金を
使ってしまう

<児童・生徒の感想より>

- インターネットよりもノートに何か書くほうが、脳が使われること。ゲームをしているときにはドーパミンが覚せい剤と同じくらい出ているから依存性があることがわかった。
- スマホを使いすぎることによって依存症になり、怒りとか自分の感情をコントロールができなくなってしまうことが怖いと感じました。



<保護者の感想より>

- ついつい自分自身、ながらスマホやゲームに夢中になってしまっているところがあり、子供を注意する立場にないな・・・と猛省しました。全く使用しないというのは無理があるので、しっかりと親子で話し合っってルールを作っていこうと思いました。

学校では、情報活用力の育成のため、今後もパソコンやタブレット等の情報機器を活用する時間は増えていくと思われます。家庭においても、**情報機器を「全く使用しない」**のではなく、メリットとデメリットを把握した上で、家庭内ルールを作ったり、使用する場面や使い方を話し合ったりするなど、**情報機器に「依存しない」環境を、子供と一緒に**つくっていくことが大切です。 ※ 裏面に昨年度作成したメッセージを載せました。



福島県、県教育委員会、県警察が連携し、家庭や学校で子供のインターネット利用に関する基礎知識の習得度合いと利用状況を把握する「**ふくしま情報モラル診断**」を行っています。児童生徒用だけでなく、**保護者用の診断問題**もありますので、お子さんと一緒に取り組んでいただき、家庭での話題にしてみたいはいかがでしょうか。

「ふくしま情報モラル診断」QRコード ⇒





今日は 空を見ましたか？

メディアに依存していませんか 子供ではなく 大人が

子供の成長はあつという間 子育ての時間 大切に



スマホより 子供の声に 耳をかたむけて