

# 大ケヤキ

学校だより「第29号」  
平成28年11月22日発行  
高田中学校長 野内 昭

## 学校保健会年間テーマ

### 『子どもとメディア』(3)

#### ネット依存とその対策

10月26日発行の『大ケヤキ』第26号で、ネット依存にさせないための考えてみたい視点として、次の4点があることを紹介しました。

- ① 心理教育
- ② ネットについてみんなに考えさせる
- ③ ネット使用の前にはルールを設ける
- ④ ネット使用の記録をつけてみる

今回は、その中の①と②の内容についてご紹介し、一緒に考えてみたいと思います。

#### ① 心理教育

まずは、子どもたちにネットに夢中になりすぎると、依存状態になることもあり得ること、ネット依存になると心身の健康や人間関係、将来の夢など、多くの物を失う可能性があることを知らせるような心理教育

が必要だと述べています。ネット依存に陥ると起きる問題として、左の「表2」の内容が考えられるということです。

#### 〔省 略〕

ネットの使用時間を減らすよう話しても全く興味を示さない子どもの場合でも、例えば、「ネットを長時間、同じ姿勢で使い続けると、エコノミークラス症候群になってしまうことがある」「運動不足になって骨密度が低下してしまうことがある」という身体的な問題の話には、耳を傾けてくれることがあるということです。試してみたいかがでしょうか。

#### ② ネットについてみんなに考えさせる

筆者は、ネット依存問題の対策の勉強のためにドイツを訪問したことがあるそうです。

ドイツでは、ネット依存予防のためのワークシヨップが盛んに行われていたそうです。例えば、グループで、インターネットのよい点や悪い点を考えたり、子どもたちが大人に対して、TwitterやFacebookについて教えたりしていたそうです。

学校において、クラスでグループごとにネットの功罪についてや、ネット使用のルール作りについて考えさせたり、授業参観の時に保護者の皆さんを交えてネット使用について話し合ったりすることも有効だと筆者が提案しています。

本校の実態を考えて、このようなことが必要だと判断される場合には、今後、実践可能かどうか先生方と検討してみたいと思います。

やはり、ネット依存にならないような使い方、ルールをしっかりと親子で話し合っただけ、そして責任を持たせて使用させたいものです。

## 期末テスト終了!!

復習をしっかり!!

昨日(21日)と今日(22日)の2日間、2学期末テストが行われました。それに向けて、短時間ではありましたがスクールサポーターの児島先生との学習会を行った人も何人かいました。

生徒の皆さん、期末テストのために取り組んだ成果はどうでしたか。今週末あたりから答案が返されると思いますが、その結果を見て、しっかりと反省をしてほしいと思います。

終わってひと安心している人もいるかと思いますが、終わった後もとても大切です。テストを受けっぱなしではいけません。しっかりと復習することが重要です。間違ったところや理解不十分など、ろを確実に自分のものにするためにも、しっかりと復習をしてください。それが、今後の自分のためです。

## 12月のよび

- 2学期を振り返り、自分の生活の向上に役立てよう。
- 室内での生活を工夫しよう。
  - 授業に集中し、2学期の学習のまとめをしよう。
  - 手洗い、うがい、換気等を行い、風邪・インフルエンザの予防に努めよう。

1日(木)	1,2年Q-Uテスト
5日(月)	計算力プレテスト
7日(水)	奉仕委員会
8日(木)	琴の授業(1年)
10日(土)	年末年始交通事故防止運動 (~1/7)
11日(日)	県アンサンブルコンテスト 会津支部大会(プラザ)
12日(月)	計算力コンテスト
16日(金)	2学期末保護者会 PTA 常任委員会
20日(火)	集金日(~22日)
22日(木)	2学期終業式
23日(金)	☉ 天皇誕生日
24日(土)	冬季休業日(~1/7)
28日(水)	仕事納め
31日(土)	大晦日