

メディア利用の弊害を解決

# 親子で考える

## メディアを使う約束事

### 一緒に考え取り組んでほしい



御前崎市教育委員会  
河原崎全 教育長  
Kawarasaki Akira

### 便利なものだが マイナス面を危惧

教育界の一大変革期を迎えた今、河原崎全教育長はメディアがもたらす弊害を心配する。

「ICTを活用する能力は、子どもたちが社会を生き抜いていくために必要不可欠です。でも、ネット依存や心の力の低下、言葉の力が育たない、学力に影響を及ぼすなど、使い方次第ではたくさんのマイナス面も持ち合わせています。スマホやタブレットなどは、あくまでもツールに過ぎません。大切なことは、さまざまな学習や読書、そして実体験を通して、多くの情報をお互いの幸せのために

生かすことができる力を養うことだと思えます」

心配の種は、本市の子どもたちのメディア利用時間なが長いことだと話す河原崎教育長。子どもたちのインターネットやゲームの利用時間は全国平均より長く、コロナ禍で学校が休校になったことでさらに長時間化しているというのだ(表1)。ICTを活用した教育が進められ、よりメディアが身近になれば、弊害に苦しむ子どもたちが生まれる。市教育委員会はスクラムスクール運営協議会の場で、スマホに頼った育児の問題や子どものメディア利用の課題を家庭や教育機関、地域で共有し、解決策を協議していくとした。

### 親子で一緒に考え みんなで習慣化して

こうした中、市教育委員会は「家庭での正しいメディアの利用方法」を学んでもらいたいと、保護者と子どもを対象に各学校で講演会を開催している。

河原崎教育長は「家庭での利用の仕方が鍵と考えています。学校でメディアの利用の仕方を伝えても、家で実践できる子はなかなかいません。私たちも何かに熱中して時間を忘れてしまふことがあるように、子どもたちだって楽しければのめり込んでしまうこともあるでしょう。そんな時に無理やり機器を取り上げても根本的な解決にはなりません。

表1 子どもたちのゲームやスマホ、パソコンなどの利用時間の比較(平日1日3時間以上)

	(%)				
	小5	小6	中1	中2	中3
市	36.0	44.9	52.4	44.6	53.7
全国	30.4	34.0	32.5	34.7	36.6

(小6と中3…全国体力・運動能力等調査、小5と中1・2…2020標準学力調査より集計)

ん。家族で話し合い、スマホもタブレットも触らない『フーネット時間』を設けて作って利用時間を確認したりするなど、親子で約束事を決め一緒に取り組んでもらいたいと考えています。大事なのは習慣化することです」と強く訴えかける。

## 解決の糸口

### 生活行動記録をつける

自分の生活の実態を客観的に把握し認識することで、生活の改善のきっかけをつかむ。起床や食事、学校、勉強、休息、インターネット、就寝など毎日、何をどのくらいしたかを書き込んでいく。



### ネット使用を制限する

使いすぎを防ぐためにタイマー機能のあるアプリケーションをインストールする。有害情報を閲覧できないようにしたり、悪影響を与えるコンテンツをダウンロードできないように制限をかけたりする。



### 熱中するものを見つける

メディアを利用する以外に夢中になれることを見つけることが有効だ。メディアを使う時間を減らすことができる。部活動や読書など興味のあることに積極的に取り組んでほしい。

