

生徒指導便り

令和3年 7月

先日発行した防災通信「アナタガ」に記載した線状降水帯発生情報が全国各地で発出されています。熱海市では土石流が発生して大きな被害が出ています。亡くなった方もいらっしゃいます。被害を受けた皆様に心からお見舞い申し上げます。梅雨の末期です。大雨に対する備えを御家庭でもお願いいたします。

人定では、7月7日（水）に校内生活体験作文発表会を実施しました。5名の生徒がこれまでの学校生活や職場で感じたこと・考えたこと・今後の自分などについて、一生懸命語ってくれました。生徒・職員全員で厳正な審査をして代表は3年上村君に決定しました。10月10日（日）に県立劇場で行われる熊本県定時制・通信制文化大会生活体験発表ではさらに文章を練り上げて県下の定時制・通信制の皆さんに思いを届けてほしいと思います。

さて、毎日発表される熊本県の新型コロナウイルスの新規感染者はここ最近一桁の日が続いていますが、もちろん感染防止対策はこれからも続けていかななくてはなりません。新型コロナウイルスに対して最も有効な対策であるといわれているのがワクチンの接種によって集団免疫を獲得していく方法です。英国ではワクチンの接種者が成人の8割を超えています。ここ最近の新規感染者は1日当たり2万人を超えています。入院、重症化、死亡する人の数は減っているなどの効果を上げています。

このワクチン接種が日本でも始まりました。私は人吉市に在住ですが、ワクチン接種券が届きました。人吉市では、①65歳以上、②60歳から64歳、③高

齢者介護事業所等入所者・従事者、④50歳代、16歳から18歳、④40歳代、30歳代、20歳代、19歳、12歳から15歳の順に接種券が届きます。ちなみに私は49歳ですが、今年度中に50歳になるので届きました。人定の生徒の皆さんの中にも接種券が届いた人がいると思います。

ワクチン接種に際して心配なのが副反応です。接種部位の疼痛、倦怠感、頭痛、筋肉痛、関節痛、発熱などがあるようです。たくさん情報があるので、まずはしっかりと調べてください。ただ、気をつけておかなければならないのがデマやフェイクニュースです。代表的なデマとしては「ワクチンを接種すると不妊になる」というものです。このようなデマに惑わされて誤った判断をしないように気を付けましょう。

さらに、皆さんにくれぐれも間違えないでほしいのは、新型コロナウイルス接種は任意であることです。一人一人の判断が尊重されるということです。ワクチンを接種する、しない、どちらの判断が正しい、間違っているということではありません。くれぐれもこのことが原因で他人を誹謗・中傷することがないようにしてください。

●注意・連絡事項●

●後日配布予定の「夏季休業中の生活について」を確認して、規則正しい生活を送ってください。

●**8月27日（金）午後**に生徒会行事を予定しています。詳細は後日配布しますが、日程の調整をお願いいたします。

インターネットの長時間利用の実態と、 その対策について

今年の2月9日にGoogleが、中高生15557名を対象に行ったインターネット利用についての調査結果を「中高生インターネット利用白書2021」として発表しました。

調査結果によると、「インターネットやアプリを平日（学校がある日）にどれくらい使用しますか？」という質問に対し、「1時間以上3時間未満」と答えた生徒が中学生の47%・高校生の48%で、「3時間以上5時間未満」と答えたのが中学生の20%・高校生の27%、「5時間以上」と答えた生徒も中学生の12%・高校生の16%となっており、多くの子どもたちのあいだで、インターネットの長時間利用が日常化していることがうかがえます。また同調査結果により、学年が上がっていくにしたがって、インターネットの平均利用時間が少しずつ長くなることもわかっています。

「中高生インターネット利用白書2021」

https://services.google.com/fh/files/misc/gwg_jp_whitepaper_students2021.pdf

対象：中高生15557名（中学生5835名/高校生9722名）と、中学校・高等学校の教員119名

調査期間：2020年4月～12月末日

インターネットを長時間利用していると……

インターネットを長時間利用すると、そのぶん生活に必要な時間が削られてしまいます。睡眠時間が削られて、健康や成長に悪影響が出たり、勉強の時間が削られて、成績が下がってしまったり。また、長時間利用が日常的なものになると、インターネットを使っていないとイライラして、精神的にストレスを抱えてしまうこともあります。



フィルタリングサービスの利用と、家庭内でのルール作りで対策を

子どもたちのインターネットの長時間利用を防ぐための対策としては、フィルタリングサービスの利用が有効です。フィルタリングサービスには、インターネットの利用時間を管理できる機能があります。曜日ごとにインターネットの利用を禁止する時間帯を決めたり、1日何時間までしか利用できないようにしたりすることができるので、子どもたちのインターネットの使いすぎを防いでくれます。



フィルタリングサービスを利用したうえで、家庭内でインターネット利用に関するルールを作ることも重要です。例えば、「食事中や勉強中、誰かと会話しているときはインターネット機器を使わない」「夜10時以降は自室にインターネット機器を持ち込まない」などのルールを家族で話し合って作り、子どもたちがメリハリをつけてインターネットを利用できるようにしてあげてください。



インターネットの長時間利用は、子どもたちの日常生活に大きな悪影響を及ぼします。子どもたちのインターネットの使いすぎを防ぐために、フィルタリングサービスの利用と家庭内でのルール作りで対策を行ってください。