

生徒指導だより

令和3年7月7日(水) No. 4

今月で1学期も終わります。皆さんは年度始めに、学習や部活動、進路実現に向けて様々な目標を立てたと思いますが、計画通り順調に進んでいますか？

自分で立てた目標がどの程度達成できているか確認をしてみましょう。

さて、今回は先月実施した心のアンケートの結果を載せたいと思います。スマホ等の使用時間について少し気になるところがありました。みなさんには1日のライフスタイルについて振り返ってもらいたいと思います。

心のアンケートの結果

心のアンケートの結果について皆さんにお知らせします。

1学期は幸いなことにいじめ事案はありませんでした。これはみなさんが学校生活を送るにあたって、お互いを尊重する気持ちや大切にしようとする心の表れだと思います。

特に良かったのは「学校生活が楽しいか」という問いには88%の人が肯定的に回答していました。これからもアットホームな八工定時制であり続けるために、皆が楽しめる学校づくりを全員で築いていきましょう。

反対に良くなかったのは、スマホ等の使用時間についてです。

92%の人が1日に3時間以上使用していることが分かりました。多い人は10時間以上も使用しているのではないのでしょうか。昨年度の熊本県の高校生で、1日3時間以上使用している生徒は、県全体の21.5%です。

いつも肌身離さず持っていて、友達といるときもスマホ、トイレや寝る直前までスマホになっていませんか？スマホにばかり自分の時間を奪われていると、スマホを使っているのではなく、スマホに使われている(振り回されている)ことになり、スマホを使用することが悪いわけではありませんが、うまく付き合っていくことが大切です。

ゲーム障害・ネット依存

2019年5月に世界保健機関(WHO)が「ゲーム障害」を新たな国際疾病として認定しました。「ゲーム障害」とは、ゲームをする時間をコントロールできない、他の生活上の関心事や日常の活動よりゲームを優先するといった症状が1年以上継続することをいいます。

「ネット依存」とは、勉強や仕事といった生活面や体や心の健康面などよりもインターネットの使用を優先してしまい、使う時間や方法を自分でコントロールできない状態のことを指します。最近では、特に中高生のネット依存が問題で、ネット依存が疑われる中高生は約51万8千人と推計されています。

正常な人の脳は、図1のように理性をつかさどる前頭前野が優勢にあるため自分を律した正しい判断ができます。

図1

しかしゲーム障害やネット依存になってしまった人は、図2のように本能や感情が優先になり、理性を働かせることができず、正しい判断ができません。

仕事や友人、家族よりも「ゲームやネットが優先!」という考え方であったり、ちょっとしたことでイライラして他人に危害を加えるということもあります。

ある調査では、ゲームのために仕事や学力のパフォーマンスが低下した人は、1日の使用時間2時間以上で2割を超え、6時間以上だと3割に達しています。

今一度自分の生活をふり返り、正しい生活習慣を身につけましょう。

そして今の時期だからこそできることをしましょう。

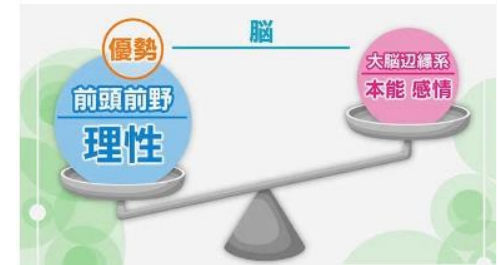


図2



遅刻調査

学年	1年	2年	3年	4年	合計
遅刻件数	4	116	13	14	147

前月から+77件。(5月48件 6月77件) かなり増えています。

1学期も残り2週間。遅刻当たり前にならないようにしましょう。 2021.6.30