

保護者各位

鳥取西小学校 校長

高島 昌之

情報機器にかかわる「4つのリスク」

スマホやスイッチなどで、子どもたちはゲームやユーチューブを見て楽しんでいる話を聞かせてくれます。親子で楽しくやって会話が弾んでいる話などを聴くと親子間のコミュニケーションに一役買っている姿が見えてきます。

しかし、長時間やることでの弊害や「ネット依存症」と思われる事例もでてきています。鳥取西小学校でも、「ネットゲームのイベント」に参加しようと、午前3時から午前5時までゲームをしていた子どもたちが数人いたということもありました。

下記に「4つのリスク」を紹介します。明日から4日連続のシリーズ物で情報提供をしていきます。ぜひ、目を通してお子さんと向き合って一緒に考えてほしいと思います。

1. 依存症のリスク

ゲームが悪いのではなく、ゲームに支配されない生活様式を身に着けて、ゲームとの共存する生き方を身につけなくてはなりません。「ゲーム依存症」は、薬物やアルコール、ギャンブルなどの「依存症」と同じです。

2. 犯罪に巻き込まれるリスク

有害情報に知らずに染まったり、犯罪に巻き込まれる危険性を常に考えなくてはなりません。リスクを知らずにネットとつながるといのは、扱いも危険性も知らずに子どもが車を運転するようなものだと言われている専門家もいます。

3. 脳への影響のリスク

長時間、情報機器を扱うことは脳への影響が大きいことが、分かっています。長時間ゲームをやっている時の脳の状態(前頭葉の血流状態)は、「重度のうつ病」や「痴呆症」の状態に激似しています。

4. 友人関係トラブルのリスク

思春期は、同年代の友人との繋がりが、幸せを感じる大きな要因です。トラブルから「お友達申請(フレンド)」を外す。その決定権を持つ人に気を遣い身も心も疲れていくという事例が「いじめ・不登校」に係る研究会で紹介されています。

保護者各位

鳥取西小学校 校長

高島 昌之

「フィルタリング」をしていますか？

2. 犯罪に巻き込まれるリスク

有害情報に知らずに染まったり、犯罪に巻き込まれる危険性を常に考えなくてはなりません。リスクを知らずにネットとつながるというのは、扱いも危険性も知らずに子どもが車を運転するようなものと警報を鳴らす専門家もいます。

スマホを使用しているのが子どもでも、**管理・責任は保護者にある** ということを知っていますか？

「青少年インターネット環境整備法(一部改正平成30年2月1日)」が試行されています。事業者は、保護者からの申し出がない限り、フィルタリングをかけないといけないとされています。**フィルタリングをすることは保護者の責任です。**

保護者の責任

- ・ 契約の際に事業者へ自己申告すること
- ・ 利用の管理・監視と使い方を教えること
- ・ 有害情報があることを説明すること

事業者の責任

- ・ フィルタリングについて説明して有効にすること
- ・ 有害情報があることを説明すること
- ・ 不必要の申し出は保護者からとすること

釧路管内の小中学校で起きている事例です

1. 遊んでいる中で、未成年禁止アプリの存在に興味を持ち交信をし始める。
2. 友人も集まり数回繰り返す。
3. 交信をしている最中に相手から『不適切映像』を送ってきたのを開いて見てしまう。
4. 警察に届ける。(保護者や学校は、子どもを守るために報告しなければいけない)

犯罪に巻き込まれる入り口に入りました。

犯罪に巻き込まれました。

保護者各位

鳥取西小学校 校長

高島 昌之

「脳への影響」を誰が守るの？

3. 脳への影響のリスク

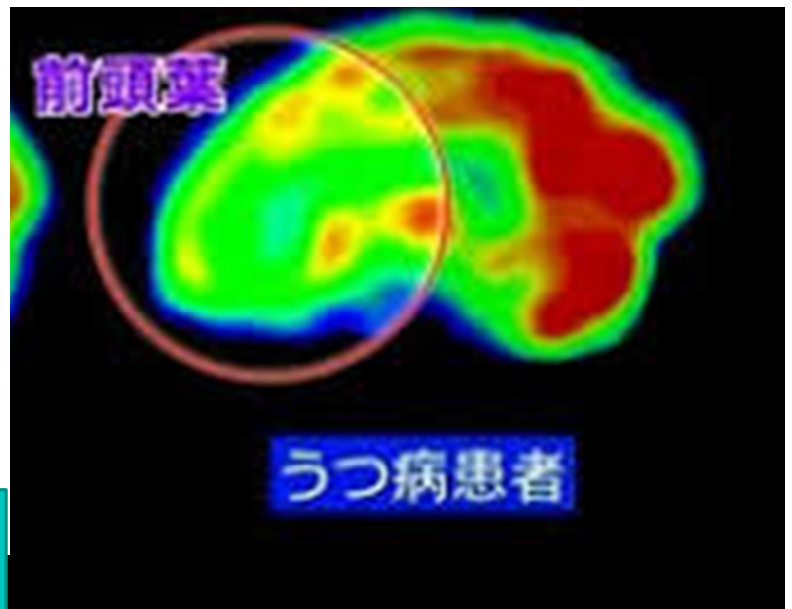
長時間、情報機器を扱うことは脳への影響が大きいことが、分かってきています。長時間ゲームをやっている時の脳の状態(前頭葉の血流状態)は、「重度のうつ病」や「痴呆症」の状態に激似しています。

依存症も「脳への影響」の一つですが、恐ろしいのは、脳への損傷です。脳が損傷することで、一生の問題になってしまいます。

脳の成長が途中の年齢ほど、被害は大きくなります。便利さと快適さを求めた代償は予想以上なのです。



ゲームをしている時の脳



毎日ゲームをしていると、前頭前野 の血流が増えないのが習慣になる。

ゲームをしている時の脳と「うつ病患者」の状態が酷似している。

前頭葉に血が通わなくなると「痴呆症」になりやすいことが分かっている。

令和2年7月29日

保護者各位

鳥取西小学校 校長

高畠 昌之

ひょっとして「依存症」？

1. 依存症のリスク

ゲームが悪いのではなく、ゲームに支配されない生活様式を身に着けゲームとの共存をうまくできる生き方を身につけなくてはなりません。「ゲーム依存症」は、薬物やアルコール、ギャンブルなどの「依存症」と同じです。

「ゲーム依存症」は、病気として認定され治療対象になっています。全国的に増加傾向で社会問題となっています。依存症の恐ろしいところは、興奮状態を制御できずに脳が求め続けるところです。その結果、日常の生活スタイルや常識などの判断力を粉々にしてしまいます。**社会とのつながりを断ち切り「廃人」へと向かわせる恐ろしい病気**だということを忘れてはいけません。

ゲーム依存症の場合、コミュニケーションスキルの低さ(傷つくのを恐れ自分を守ろうとする)が問題 になっています。下記の3つがよく指摘されますが、じっくりと腰を据えて治療に当たることが求められ、回復まで時間を要する病気です。

(1) 低い自己肯定感(閉じこもり)

(2) 自己主張が苦手(IT 機器で疑似的な人間関係を作る)

(3) 不得手な対人関係(威嚇または同情を買う)

ゲーム依存症(ゲーム障害)の代表的な症状は以下のようなものがあります。

- ゲームに関する行動(頻度、開始・終了時間、内容など)が、コントロールできない。
- ゲーム優先の生活となり、それ以降の楽しみや日常行う責任のあることに使う時間が減る。
- ゲームにより個人、家族、社会、教育、職業やその他の重要な機能分野において著しい問題を引き起こしているにもかかわらず、ゲームが止められない。

保護者各位

鳥取西小学校 校長

高島 昌之

「不条理」を受け止める勇気が必要

4. 友人関係トラブルのリスク

思春期は、同年代の友人との繋がりが、幸せを感じる大きな要因です。トラブルから「お友達申請(フレンド)」から外す。その決定権を持つ人に気を遣い身も心も疲れていくという事例が「いじめ・不登校」での研究会で紹介されています。

不条理とは、「答えがないもの」「変えられないもの」のことを言います。不条理の対処は、ただ一つだけです。それは、「そのまま受け止めること」だけです。

未来はどうなるか分かりません。「答えがないもの」は不条理です。この不条理は、恐れたり不安になっても仕方ありません。「まあいいか」「なんとかなるさ」「そのときに考えればいい」という楽観性が必要になります。

また、相手は自分の願う通りに行動はしません。どうするかは、相手が決めることであり、相手を変えることはできません。そうです、不条理なのです。「仕方がない」「自分と相手は違う」ということで折り合いをつけなくてははいけません。

思春期は、不条理と向き合う勇気が出てきたときに卒業となります。

**「本音」と「建前」を生活の知恵として受け入れ、自分も相手も大切に
言葉遣いや行為を身につけることが、社会性といわれるスキルになります。**

「友達関係」というのは、良いときもあれば距離を取りたくなるときもあり、それらを全部まとめた関係で、言葉では説明できにくいつながりです。それを、「友達申請」という契約を結ぶ関係は、取り引きとして使い出すので人間関係を『損得が第一』や『相手をコントロールする心地よさ』を身につける生き方につながります。周りを巻き込み、孤立感を生み出す「お友達申請(フレンド)」のシステムは、思春期の段階では、傷つくリスクが大きく対処できない子どもが続出しています。

子どもたちには、「傷つくリスク」を丁寧に説明する。そして、思い通りにならないことや思いがけないことが起きるといふ「不条理」を理解させる。その上で、**「不条理」を受け止める勇気がないと、安易に繋がりを求めるラインなどの行為は止めた方がいい。**これらのことを、真剣に誠実に語り合うことが絶対的に必要です。