

# 家族で考える ケータイ・スマホの使い方

～子どもたちがネット犯罪の被害者・加害者にならないために～

安心・安全



検索

山口市教育委員会社会教育課では、児童・生徒・保護者を対象に「情報機器やインターネットの使い方のルールづくり方」について授業、講演会や研修会の実施を募集しています。幼稚園、保育園、小学校、中学校や地域交流センター単位での御応募をお待ちしております。

令和2年2月13日（木） 山口市立阿東中学校全校生徒で実施！

令和2年2月13日に山口市立阿東中学校全校生徒を対象に「スマホ・ゲーム 今のままで大丈夫？」をテーマに講演会を開きました。

講師は、NPO 法人 子どもメディア公認インストラクターの瀧口智子先生をお招きしました。当日は参観日ということもあり、保護者の方も一緒にお話を聞くことができました。



まず、「今どんなゲームをしていますか？」という問いかけからテレビ・ゲーム・スマホを使用する時間について考えました。また、スマホを使用することで、身体に及ぼす影響について講義をいただきました。ブルーライトの光を見続けることで、失明する危険性や、小さな画面を見ることで姿勢が悪くなりスマホ斜視になることなどの説明を聞きました。1日3時間使用したとして、1年が365日、これを10年と続けると10950時間になり約456日スマホを見続ける計算になります。どのくらい身体に影響を与えるかという危険性を改めて気づくこともできました。学校で、あくびが出るというのは、いい睡眠が取れていないということで、睡眠は疲れをとってくれたり、身体を作ったりと大切な時間になることも熱心に語られました。分かっているのに止められない状態（依存症）になると自分では治療できなくなること、学力との関係についても詳しくお話しされました。

《お問い合わせ先》山口市教育委員会社会教育課 TEL083-934-2865 FAX083-934-2661

E-mail:s-kyoiku@city.yamaguchi.lg.jp