

# 生徒会通信

第3号  
2021年7月15日(木曜日)  
発行

## スマホの使い方について特に重要なルール

- ①ながらスマホをしない
- ②誤解を生まないかを確認する
- ③使用は遅くても夜23:00までにする。

## ネット・SNS・スマホの使用の問題点

### ①【生活や健康面への悪影響】【学習面への悪影響】

- (1) ・睡眠時間が削られる
- (2) ・ながらスマホをしてしまう
- (3) ・気が散って集中(勉強)できない

### ②【友だち関係】

- (1) ・誤解される
- (2) ・誹謗中傷する、される
- (3) ・個人情報(顔・写真)の流出

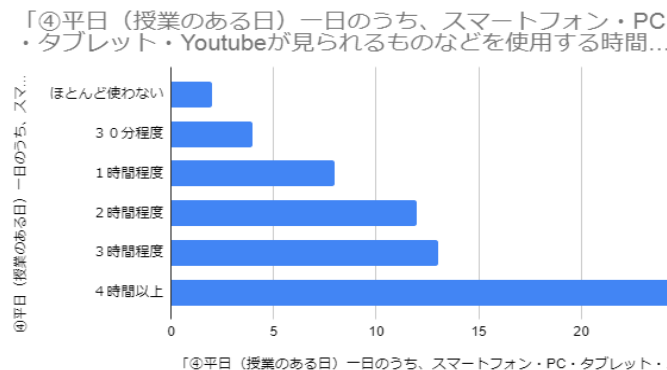
### ③【安全面】

- (1) ・著作権を侵害する
- (2) ・人間関係のトラブルにあう
- (3) ・ネットで知り合った人と会う

## アンケート結果(抜粋)

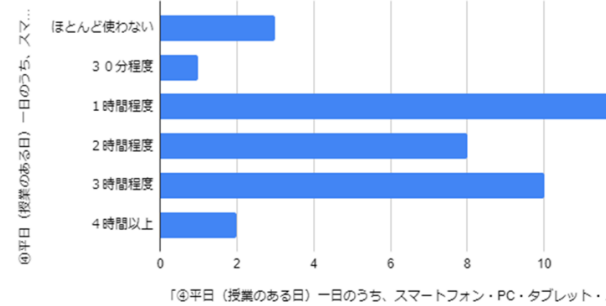
### 平日深夜0時より後に寝ている人の使用時間

深夜0時以降に寝ている人の多くは、スマホを4時間以上使っている人だということが分かります。スマホによって睡眠時間が削られています。



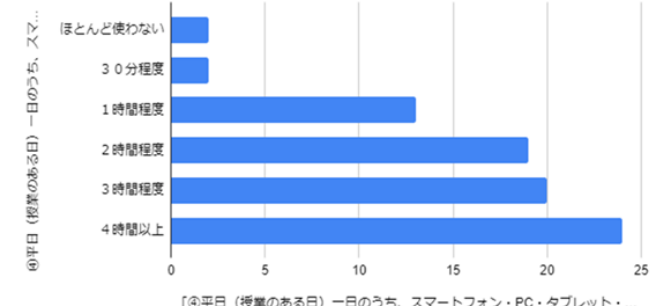
## 家庭のルールと自分なりのルールがどちらもある人の使用時間

「④平日(授業のある日)一日のうち、スマートフォン・PC・タブレット・Youtubeが見られるものなどを使用する時間...」



## 家庭のルールと自分なりのルールがどちらもない人の使用時間

「④平日(授業のある日)一日のうち、スマートフォン・PC・タブレット・Youtubeが見られるものなどを使用する時間...」



4時間以上使用している人の割合は、家庭や本人の中にルールがある人よりも、ルールが全くない人のほうがかなり高いことが分かります。

また、ルールが全くない人のうち、12時以降も起きている割合は約40%でした。一方、家庭や本人の中にルールがある人のうち、12時以降も起きている割合は約18%でした。

## 皆さんに投票していただいたインターネットの使い方を呼びかけるスローガンが決定しました。

### 1. ながらスマホをしない

今すべきこと 今しかできない その手のスマホ 離してみよう

### 2. 誤解を生まないか確認する

「楽しいね！」相手は本当に楽しいの？

### 3. 使用は遅くても夜23:00までにする

時間を奪うそのスマホ 欲に打ち克て 君ならできる

全校生徒の投票により決定したスローガンです。自分に無理のないルールを設定し、スマホを使用するようにしましょう。また昇降口に掲示しますので、見ておいて下さい。

ご協力ありがとうございました。

生徒大会に向けての取り組みを通して、「スマートフォン」は生活を便利にするものだからこそ、使う人の「心」が問われるものだと分かりました。

生活に欠かせないモノは、その機能を正しく使わないと自分が困ってしまいます。だから、正しく使われます。

一方、スマートフォンのような生活を便利にするものは、なくても生活できるものだからこそ、必要なこと以外にも（自分や相手のためにならないことにも）使えてしまいます。スマートフォンに限らず、生活を便利にするものこそ、自分や相手のためになるように使わないといけないと思います。その「心」が、私たち中学生に足りないのかも知れません。

その「心」を育てるためにも、まずは、正しく使う「覚悟」をもってスマートフォンを利用しましょう。スローガンを使い、適切な使い方を啓発し、斑鳩南中学校の生徒全員が自分と向き合えるよう、生徒会としても働きかけていきたいと思っています。