

上中通信

令和6年度上湧別地区小中学校統一重点目標 「笑顔と学び合いのある学校」

学校だより 6号

令和6年9月27日

発行:上湧別中学校

10代の4人に1人 「ネット依存」

湧別町立上湧別中学校 校長 綾部 雅一

「ぜんとうぜんや前頭前野」という、おでこの辺りにある脳の一部分は、知的な活動や社会生活を営む上で

大切なはたらきをする部分です。この部分のはたらきによって、人間は感情や行動をコントロールすることができるのだそうです。お酒やたばこなど、依存症のリスクを高めるものが20歳まで禁止されているのは、未成年の「前頭前野」が完全に発達していないことが大きな理由です。

国の調査では、2023年時点で10代の若者の24.8%がインターネット依存傾向にあることがわかりました。4人に1人の割合で「ネット依存」の可能性があるとこの驚くべき結果です。

「ネット依存」になると、不安や抑うつ、いらいらなどの精神の不調や、睡眠不足による生活の乱れなど、さまざまな症状が現れ、社会生活にも支障をきたします。

下記は、アメリカのヤング博士によって作成された「インターネット依存スクリーニングテスト」です。5問以上「はい」の場合は「ネット依存」の疑いがあるそうです。

① ネットを利用していない時も、ネットのことを考えている。
② より多くの時間、ネットをしないと満足できない。
③ ネットの利用時間をコントロールしようとしても、うまくいかない。
④ ネット利用を控えようとする、落ち着かなくなったり、いらいらしたりする。
⑤ もともと予定していたよりも長時間ネットを利用してしまう。
⑥ ネットのせいで、家族・友人との関係が損なわれたり、仕事や勉強などがおろそかになりそうになっている。
⑦ ネットを利用している時間や熱中している度合いについて、家族や友人に嘘をついたことがある。
⑧ 現実から逃避したり、落ち込んだ気分を盛り上げるためにネットを利用している。

(出典)総務省「令和5年度情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書」

7月に実施した本校の前期学校評価アンケートでは、インターネットやスマホ・ゲームに関する項目の結果が以下のとおりとなりました。今後も、ネット利用やスマホ・ゲーム等との向き合い方については、学校・家庭とで連携しながら改善を図って参りたいと考えています。

自分はルールやマナーをもって SNS やインターネットを利用している。(お子さんはルールやマナーをもって SNS やインターネットを活用していると感じる。)	生徒平均	保護者平均
	89.9%	75.7%
ゲーム機や携帯電話を時間に節度をもって利用している。(お子さんはゲームや携帯電話を時間に節度をもって利用していると感じる。)	生徒平均	保護者平均
	68.9%	61.4%

修学旅行 充実した4日間、一生の思い出に

本年度の修学旅行は心配されていた台風の影響もなく、予定したすべてを実施できました。エスコンフィールド見学に始まり、ルスツリゾートの遊園地、ラフティング、小樽の散策、上級学校訪問や札幌での自主研修など、日常の学習を活かしながら様々な場所や施設を巡りました。学校の生活とは大きく違う3泊4日を過ごす中で、一人ひとりが貴重な体験を深く胸に刻み、一生の思い出ともなる充実した旅行となったようです。特に上級学校訪問ではそれぞれの専門学校から大切なお話をいただき、自らの進路について考える機会になりました。みんなが時間や生活に関するルールを守り、周囲への思いやりも見られ、素晴らしい修学旅行になったと思います。

これからは修学旅行での経験をもとに、3年生は進路選択の時期を迎えます。それぞれの希望実現に向け、お互いに高め合いながらこれからの学校生活を過ごして欲しいと思います。まずは最後の学校祭、3年生の全力で取り組む姿を期待しています。







日	曜	学校行事	生徒会	日課	給食	部活	バス
1	火	後期始業式、職員会議		5	○	×	14:30
2	水			6	○	○	15:40 / 18:24
3	木	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
4	金	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
5	土						
6	日						
7	月	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
8	火	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
9	水			6	○	○	15:40 / 18:24
10	木	学校祭特別日課、総合B		6	○	○	15:40 / 18:24
11	金	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
12	土						
13	日						
14	月	スポーツの日					
15	火	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
16	水	学校祭特別日課		6	○	○	15:40 / 18:24
17	木	学校祭特別日課		6	○	×	15:40 / 18:24
18	金	学校祭特別日課、前日準備		6	○	×	15:40 / 18:24
19	土	学校祭		6	×	×	15:00
20	日						
21	月	振替休業日					
22	火	研修日		5	○	×	14:30
23	水		執行委員会	6	○	○	15:40 / 18:24
24	木			6	○	○	15:40 / 18:24
25	金		各種委員会	5	○	○	14:30 / 15:40 / 18:24
26	土						
27	日						
28	月	教育相談①		5	○	○	14:30 / 15:40 / 18:24
29	火	教育相談②		5	○	○	14:30 / 15:40 / 18:24
30	水	教育相談③		5	○	○	14:30 / 18:24
31	木	教育相談④		5	○	○	14:30 / 18:24