

「自律・友愛・創造」  
 ～ 夢を育み、笑顔に会える、愛いっぱい学校 ～ 茨木市立三島中学校  
 生徒指導通信  
 入学式号  
 生徒指導委員会

# PROGRESSO

入学式 前進

中学3年間で『高校を卒業する力』  
 『仕事を続けていく事のできる力』をつけよう

## 保護者の皆様

お子様のご入学、おめでとうございます。これから中学校生活 3 年間の中で大人へ近づき、成長し続けるお子様を教職員一同で支え見守っていきたく思います。よろしくお祈りします。中学校生活が本日よりスタートします。ご心配や相談などがありましたら、お気軽にご相談ください。

さて、中学校生活の中で近年増えているのがスマートフォンに関わるトラブルや依存症についてです。中学校進学を機にお子様へスマートフォンを買い与えになる家庭が増えているようです。まだ、お子様にスマートフォンを持たせていない保護者様も、今後の参考までに読んでいただくと幸いです。

## スマホと中学生の付き合い方の現状



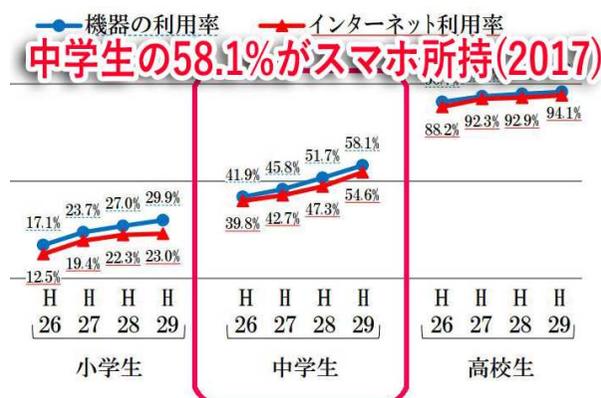
《総務省の調査より》

H29 年の中学生のスマホの所持率(保護者から与えられているスマホ)は、58.1%に上っています。

中学生の半数以上が自分のスマホを持っていることとなります。そして、スマホ利用時間の平均は平日で2時間となっています。平均が2時間ということは、3時間以上スマホを利用している人が約半数いることとなります。

帰宅時間を18時とすると・・・食事と入浴に1時間使うとして、スマホ3時間使うと22時になります。中学生の睡眠時間は8～9時間が最適とされています。それを考慮すると翌朝7時に起きるとしても、最低でも23時には就寝した方がいいようです。

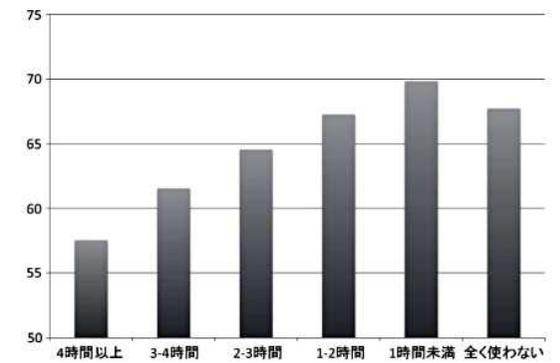
なかなか家庭学習の時間が確保できていない・できない人が多いようです。休日は、さらに自由な時間が多いので使用時間が増えていること容易に想像できます。



《やっではいけない脳の習慣より》

平日にスマホを使う時間ごとに見た全教科の平均点のグラフをみるとスマホ使用時間と成績が大きく関係しているのがわかります。2時間勉強しても4時間スマホをしていれば、勉強していないことと同じ成績になってしまうという研究結果もあります。特にLINEやチャットアプリはネット上でのコミュニケーションなので、途中でやめることが出来ません。既読スルーという言葉があります。右のグラフより全く使わない人よりも、1時間未満の利用者の成績が、より高くなっています。使用時間を決めてスマホを利用している人が、生活リズムも崩れず成績にも良い影響が出ていることがわかります。

図 1-3 平日にスマホを使う時間ごとに見た全教科の平均点



皆さんのお子様はどうなりそうですか？これから始まる中学校生活で家庭でのルールづくりが重要になってくると感じています。帰宅後30分・お風呂の後30分など家庭で時間を決めるのも一つだと思います。

## 被害者・加害者にならないために



アプリ管理をしていますか？保護者の方の知らないところで犯罪被害は起こっています。お子様のスマホにどのようなアプリが入っているかご存知ですか？

LINEやTwitter、インスタグラムなどのSNSでのトラブルで一番怖いのは、**知らない人と簡単に連絡をとれることです。**(文字だけでなく通話もできる。) 刑事事件に巻き込まれるケースがいくつも報告されています。多くが、知らない人と実際に会ってしまい、事件に巻き込まれることです。実際にお子様に知らない人と連絡を取ったことがないか聞いてみてください。



お子様の安全を守るのは保護者の皆様です。週に1度でもお子様のスマホを見る約束をしてください。通信料を払っているのは保護者です。被害者・加害者にならないために・・・。

最後に・・・

スマホは一人1台の時代が来ております。しかし、中学生がスマホを上手に使いこなせていると思うことが出来ません。ご家庭でのルールづくり・保護者の管理が必要不可欠です。学校でも情報モラル教室や、通信での呼びかけなど指導していきますので、お子様の安全を一緒に守っていきましょう。

\*裏面には、フィルタリングのについて載せております。