



ICT 教育とメディアコントロール

GIGA スクール構想により、学校では1人1台のタブレットをもち「新しい文房具」としての活用が進んでおります。一方、そんな時代であるからこそ、ゲームや動画サイトなどのメディアコントロールが重要視されています。情報機器やインターネットのメリット・デメリットと考えるのは以下の通りです。

【メリット】

- ①個別最適化された学びを推進することができる。
- ②豊富なメディアコンテンツを活用することができる
- ③動画配信やビデオ会議システムを使った交流学习、感染防止対策等に活用ができる。

【デメリット】

- ①インターネットや各種メディアに関係するトラブルや犯罪に巻き込まれるリスクがある。
- ②ゲーム及びインターネット依存症などの健康被害につながるおそれがある。

学校では、上記デメリットを最小限に、そしてメリットを最大限にして ICT を活用できるよう取り組んでいます。しかし、デメリットを最小限にすることに関しては、学校単独でできることは限られています。なぜなら、子どもたちが家庭で使用するパソコンやスマートフォン、インターネットに接続できるゲーム機等について見守ることができるのは、保護者のみなさんしかいないからです。保護者の方が、お子さんと約束事を決めて①②につながらないようにしていただくことはとても大切なことと考えております。

様々なメディアの中でも、子どもたちにとって一番身近なゲームに関しては、2018年に世界保健機関（WHO）が「ゲーム障害」を新たな国際疾病分類と認定しました。それ以降、様々な書籍でも取り上げられています。精神科医であり、パーソナリティ障害の臨床に取り組む第一人者の岡田尊司氏は、自身の著書の中で以下のように警告をしています。

文春新書「インターネット・ゲーム依存症 ネットゲからスマホまで」岡田尊司 著 より

- ・インターネットやゲーム依存者の脳内で、覚醒剤など麻薬依存者と同様の神経ネットワークの乱れが見られた。
- ・タバコやアルコールは子どもには販売されないが、ゲームに関しては子どもがプレーすることに制限がない。
- ・ゲームだけでなく、動画やメールに夢中になり、暇さえあればスマホの画面を見続けることで、いつもスマホが手元にないと不安だという人や、絶えず癖のようにさわっていないと落ち着かない人が増えている。これが続くと依存症となる。

【依存症による後遺症】

- ◆睡眠リズムの崩壊と慢性的な睡眠障害
- ◆学業成績、職業機能の低下
- ◆遂行機能や注意力、記憶力の低下
- ◆うつ状態や無気力、無関心

本校では、望ましい生活習慣作りの一つとして「元気はつらつカード」に取り組んでいます。10月の取り組みは、睡眠とメディアの時間を自分で決めて守るというチャレンジでした。

子どもたちが、今後、学校でも家庭でも上手にインターネットや各種メディアが活用できるよう、皆様と連携・協力して取り組んでいきたいと思ひます。