学校・家庭・地域を結ぶ

令和３年２月５日発行

かけはし

福島市立平田小学校 学校だより No.22

自分で考え 力を合わせ
夢に向かって 最後まで

メディア依存症の恐怖

１月２８日（木）鳥川小学校で信夫中学校区学校保健委員会が行われ，県立医科大学ふくしま子ども・女性医療支援センター教授の横山浩之先生による講話がありました。横山先生は医大の小児科で不登校などに苦しむ子どもの診察にあたっていらっしゃいます。また，信夫中学校区の学校保健委員会に長年携わり，本校区の子どもたちが健やかに成長するためにどのような指導・支援をすべきかなど多くの示唆をいただいております。今回も非常に興味深いお話をいただいたので，紹介します。

・コロナウイルス感染拡大防止のための臨時休業（ステイホーム期間）後，不登校傾向を示す子どもが増え，来院者も増加している。
・不登校を考えるとき，根本の原因（生活習慣の未確立，集団不適応，対人恐怖，発達障がいなど）と誘因（友人・教師とのトラブル，いじめなど）を区別して考える必要がある。誘因を解決しただけでは，不登校は解決しないことが多い。根本の原因を見極めて，それを解決することが重要である。
・横山先生が診察している子ども達の不登校の根本の原因は生活習慣の未確立であることが多い。メディア曝露（メディアに触れる）時間が長く，睡眠に問題を抱える子どもが多い。
・睡眠に問題を抱える子どもについては適切な生活習慣指導が有効な対策になる。１１歳女児の例では，睡眠導入薬を処方するとともに睡眠票を記録するなど，生活習慣の確立に重点を置いて治療を進めた結果，症状が改善し，不登校も解消したとのこと。
・ただ，メディア曝露時間が長くなればなるほど望ましい生活習慣の確立が困難となり，不登校の解消にも時間がかかる。小学校高学年や中学校での改善が難しいのもそのためである。
・長時間のメディア曝露は依存症を引き起こす。依存症とは「身体的、精神的、社会的な幸福に反する結果を招くにもかかわらず，不適切な行動（この場合は延々YouTubeを視聴したり，オンラインゲームなどを行ったりすること）を反復してしまう」症状。
・他の依存症は対象がギャンブル，薬物，アルコール等，成人後にはじめて触れるものであるのに対し，メディア依存症は極端に言えば乳児期から陥ってしまう可能性がある。人間にとって人格を形成する非常に大切な未成年の時期に依存症になってしまう（してしまう）ということで，社会に深刻な影響を与えている。
・依存症の背景にあるもの
　〇自らの生きづらさを周囲に伝えることができず，薬や酒，メディアに溺れることで何とかしようとしてしまう。
　〇意志が弱いのではなく，人に頼るのが下手なことが問題。
　〇よって，人に頼ることの大事さを教えることが何より大切。
　「人を無条件に信用する能力」の欠如が原因であり，問題。この能力は乳幼児期に養われる。外部からの苦痛や脅威に対して一人では対処できない乳幼児期に，何があっても保護者に助けてもらえるという経験を積むことで，人を無条件に信用する能力が育つ。その意味でも乳幼児期の子どもをあやす時にスマホ等を用いる際には注意が必要である（できるだけ使用しない）。
・「メディア依存症」という新たな脅威から大切な子どもたちを守るためにも次の４点に留意し，家庭教育の充実を図っていっていただきたい。

①早寝・早起き・朝ごはん　②しつけの３原則（あいさつ・返事・くつそろえ）
③お手伝い　④メディアコントロール

信夫中学校区ではメディアコントロールと望ましい生活習慣の確立を目指して，「しのぶっ子元気・学力アップ大作戦」を展開しています。今後もご理解とご協力をお願いします。

「なかよくなろう会」

２月２日（火）新入児童保護者説明会・新入児童体験入学を行い，６名の新入生とその保護者の皆さんが参加しました。

保護者の皆さんに説明をしている間，現１年生が６名の「後輩」を教室に招き，「なかよくなろう会」を開催しました。自分たちで進行しながら，「自己紹介」「平田小学校の１年間」「音読（暗唱）発表」「鍵盤ハーモニカでの校歌披露」などを立派に行いました。最後には手作りのおもちゃを６人全員にプレゼントしました。

最初は緊張気味だった６人も熱烈な歓迎を受けて，小学校生活への希望をふくらませていたようです。１年生の皆さん，４月からも仲良くしてくださいね。

豆 ま き 集 会

今年の節分は１２４年ぶりに２月２日となったわけですが，本校では都合により，２月３日（水）の立春の日に一日遅れで豆まき集会を行いました。今年はコロナ禍のため，「年男，年女が盛大に豆をまき，歳の数を拾って食べる」というわけにもいかず，放送で各学年の代表が「追い出したいおに」の発表を行い，代表委員の児童が今年の年男と年女を紹介しました。その後，各学級で担任の先生が豆まきならぬ「豆配り」をして今年の節分のセレモニーを終えました。こんなところにもコロナの影響が出てしまうんだなあと切なくなってしまいました。早期の終息を願わずにはいられないと感じさせる今年の豆まき集会でした。

6年生邦楽教室

１月に出された県の緊急対策を受けて，３学期に予定されていた体験学習の多くを中止せざるを得ませんでした。しかし，２月４日（木）３校時，万全の感染対策をとりながら，日本民謡協会　民謡・三味線教授の浅野良子様ほか５名の皆さんを講師にお招きして，６年生の邦楽教室を実施することができました。

まずは講師の皆様による民謡「会津磐梯山」を全員で鑑賞したあとにいよいよ三味線演奏に挑戦です。もちろん，どの児童も三味線演奏初体験だったので，バチの持ち方や三味線の構え方などを一からていねいにご指導いただきました。しばし練習した後に，講師の先生方と「会津磐梯山」をコラボ演奏！とても初めてとは思えない見事なセッションとなりました。演奏後，浅野先生も子どもたちの勘の良さをほめてくださいました。楽しく邦楽を学ぶ，貴重な機会となりました。

1人1台タブレット

先月，本校に児童用のタブレットが配置されたことを受けて，2月から授業での活用を試みています。来年度から本格的に行われる「福島型オンライン授業」に向けての準備期間であるため，限定的な使用となりますが，効果的な活用方法を探るために先生方は日々研修を重ねていきます。