

この学校保健委員会は、年に一度、生徒・保護者・教師、そして専門家の方が集まり、「中学生の健康」についてみんなで考えを深め合う大事な機会です。

今、中学生の生活で最も心配されているのは、スマートフォン等のメディア機器の使い方です。使用時間が長過ぎることによるネット依存・ゲーム依存をはじめ、アプリの課金やSNSを通じたトラブル等の危険がいっぱい。その上、使えば使うほど、中学生にとって大事な大事な「成長のための時間」を失うことになるからです。

私は本気で思います。自分の中学時代にスマホが存在していなくて本当によかった。もし手元にあったら、誘惑に負けて勉強に集中できなかっただろうし、本も読まなかっただろう。そしたら、今の自分はないなと。

みなさんの多くは、それほど誘惑の強いものを手にしてしまっている。こうなったら、もう頼れるのは、自分で自分をコントロールする力、「自己コントロール力」しかありません。平日なら、一日たった4時間ほどしかない家で過ごす時間。その貴重な時間を、ゲームや動画、SNSに費やしてしまって本当によいのですか。

中学生の健全な成長には、「学習」と「読書」と「睡眠」が不可欠です。是非、スクリーンコントロール力を高めて、将来のために、今、本当に大切なことに集中できる雄中生であってほしい。

そのために、私たちはどうあればよいのか。生徒会の保健体育委員会が全校調査をしてくれました。PTA会長様をはじめ役員の皆様も保護者アンケートをしてくださっています。そして、今日は、富山大学から、子どものネット依存やゲーム依存研究の第一人者であられる山田正明先生にもお越しいただきました。

みなさんを取り巻く大人たちが、雄中学生の健やかな成長を、本気で考えてくださっています。二度とは戻らない中学校生活を、今どう生きるべきか、みんなで真剣に考えていきましょう。