



情報メディアとどう付き合うのか

所長 佐藤 寛

平成 26 年度に 50 周年を迎えた「教育振興運動」は、「みんなで教振! 5 年プラン」を定め、昨年度より「情報メディアとの上手な付き合い方」を全県共通課題として、取組みを開始しました。県内各地では様々な活動がなされ、徐々に成果が示されてきたことは、ご案内の通りです。

当センターでも、昨年度の途中から隣接する総合教育センターと連携し、保護者や地域住民を対象に「情報メディア講話」を出前講座という形で対応させていただいておりますが、今年度に入ってもその依頼が後を絶たず、関心の高まりが感じられます。形態も、市町村の教育振興運動協議会総会後の研修であったり、子育連の研修会であったり、小・中学校児童・生徒とその保護者対象の PTA 行事など様々で、参加した皆様からは、「これを機会に子どもと一緒に使い方のルールについて話し合いたい」とか「地域でも話題にしていかなければならない」など、前向きな感想が多く寄せられています。では、この情報メディア（SNS・インターネット・ゲーム等）とどう付き合っていけばよいのでしょうか。

私はこの 3 月まで北上市内の小学校に勤務しておりましたが、高学年になるとスマホやゲーム機などで SNS を活用している児童の割合が予想以上に高いことに驚きます。また、インターネットやゲームを利用している子の割合も年々増加傾向にあるようです。そしてそれに伴う大きなトラブルが、いつ発生してもおかしくない状態にあると感じていました。そんな中、昨年 7 月、「脳科学とゲーム」と題した前多治雄先生（前多小児

科クリニック院長：盛岡市）のご講演をお聞きする機会を得ました。これは和賀地区青少年健全育成会講演会として開催されたもので、対象は小学生（高学年）と中学生そして保護者でした。情報メディアとの関わり方として、私自身も学ぶ点が多く、今後地域をあげて考えていかねばならない課題だと強く感じさせられました。

ここではその内容の一部を紹介します。

「ゲームをやりすぎると脳が壊れる」

実際に機能的 MRI を用いて、ゲームを行っているときの脳の働きを観察した。ゲームを継続していくと、善悪や価値判断をつかさどる前頭葉のいわゆる前頭前野の血流は低下してしまう傾向がある。また、50 分間のゲーム開始前と後では、脳内の線条体でドーパミンの放出が 2.0 倍に増えていた。覚せい剤（アンフェタミン）を静脈注射したときのドーパミンの放出増加は 2.3 倍であり、ゲームは覚せい剤とほぼ同じで、依存症となる可能性が極めて高い。

「ゲーム依存症になるとどうなるのか」

実際に「ゲーム依存症」になると次のような症状が見られる。

1 睡眠リズムの崩壊と慢性的な睡眠障害

- ・夜間も強い画面の光を浴び続けることで体内時計のリズムが乱れる。
- ・ゲームをすると覚せい剤に匹敵する大量のドーパミン放出が起きる。
- ・一度体内時計のリズムが狂うともとに戻すのは容易ではない。

2 学業成績、職業機能の低下

成績が急降下して慌てて相談に来るといふケースが後を絶たない。

3 遂行機能や注意力、記憶力の低下

脳の機能自体が悪化する。

4 うつ状態や無気力

ドーパミンは注意力、記憶力だけでなく、意欲や喜び活動性にも関わっているため、過剰なドーパミンにさらされることは、その後うつ状態、無気力になる。

5 社会的機能を低下させ、社会恐怖を強める

人づきあいや現実の友達に対して関心が低下するとともに、対人緊張や集団に対する不安が強まり、人に中に入っていくことに不安や恐怖を感じるようになる。

6 神経過敏、攻撃性や敵意の増大、解離症状

7 肥満や視力障害、頭痛、腰痛等の身体的な問題

「ゲーム依存症を予防する」

実は数年前の調査結果では、韓国や中国も「インターネット・ゲーム依存症の有病率」は日本とほぼ同じ結果で依存率が高かったが、両国とも国レベルの対策を打った。韓国では入院治療や家族療法・レスキュースクール（教育キャンプ）のほか、2011年から16歳未満の児童の午前0～6時までのインターネット・ゲームアクセスを制限した。中国でも、18歳未満の児童のアクセスの制限や軍隊式の教育キャンプを250ヶ所以上で行っている。

日本でも次のような対策が必要である。

1 社会（国）が本気で取り組む

2 開始年齢を遅らせる

ビル・ゲイツ氏は娘の遊びとしてパソコン使用を1日45分以内としている。

3 フィルタリングは親の義務

フィルタリングはしなければならないがそれだけでは守れない。親との絆が大事。

4 家族関係が大事

親子関係が不安定で愛着も安定しない場合には、家族からのサポートが乏しくなるだけでなく、他の対人関係も問題を抱えやすく、ゲームの世界にしか逃げ出せなくなってしまう。

ゲーム依存症になると、回復は難しい。我が子を依存症にしないために、親が責任を持ってゲーム（パソコン、スマホ）の管理をしなければならない。

この講演の最後には、「最近の不登校児童・生徒には、『ゲーム依存症』が原因のケースも増えてきているが、回復させることはなかなか難しい。こうした子ども達が増えていくことは、地域だけでなく国力の低下につながり大きな損失となるので何とかしなければならない。」と強い口調で語っておられました。

また、この講演会后、ある中学生が「親にスマホやゲームを止められると、ムカついてしまい止められなかったけど、今日話を聞いて自分の生活を真剣に見直さなければならぬと思いました。」と感想を話していました。それを聞いたほとんどの小学生の大きく頷く姿も見られました。同じ地域の小・中学生が同じテーマで学ぶ機会を設けることの大切さも感じさせられました。

今後、地域全体で本気で取り組む

スマホやゲーム機は今後も進化し、さらに普及していくことでしょう。「最終的には親が与えているのだから親の責任で指導すべきではないか」とか、「指導はやはり学校が中心になって行わなければならない」という声が多く聞かれます。しかし、前多先生が今後の対策でもお話しておられるように、「学校だ、家庭だ」といつている場合ではないのかもしれない。「社会が本気で取り組む」ということは、この問題を地域全体の課題とし、教育振興運動の理念である5者がそれぞれの役割を明確にし、有機的に連動していくことによって、テーマのとおり「情報メディアとの上手な付き合い方」が望ましい形になってくるのではないのでしょうか。

そのためにはまず、子ども達を取り巻く生活環境を含めた情報メディアの実態を的確に把握し、課題を共有しなければなりません。そのうえで、5者の役割（活動内容）を具体的に示し、地域全体で取り組んでいきたいものです。

岩手県立生涯学習推進センター 平成 28 年度 実践研究の紹介

岩手県立生涯学習推進センターでは、本県生涯学習の振興に役立てることを目的として、生涯学習推進上の諸課題に関する研究を推進しています。今年度の2つの研究についてご紹介します。

事業の効率的・効果的な評価と 検証のあり方に関する実践的研究

評価

28～29 年度
1 年次

事業をどのように評価し、その効果をどう判断するかということについては、従来から社会教育分野においても課題となっています。また、復興支援事業等、国が予算を投じる事業の実施にあたっては、計画書の中に事業評価の方策を示すことが義務付けられており、各担当者が苦慮しているところ です。

そこで、効果的で、簡便且つ効率的な事業の評価方法を提示し、各市町村への普及を図ることを目的として、2年間にわたり、主に国庫委託事業の評価・検証についての実践的な研究に取り組んでいきます。

1年目となる今年度は、事業の効果を測定する際の指標として、①事業の参加状況②事業目的の達成度③事業内容の活用度④参加者の変容⑤参加者の満足度の各項目と、それぞれの目標（目標値）を設定します。その上で、事業前・事業当日・事業後の3時点でアンケート調査を実施し、得られたデータに分析を加え、定量的に事業を評価することとしました。

今後、実践データを蓄積していくとともに、それらの分析及び検証から成果と課題を明らかにし、各市町村に還元できるよう本研究を推進していきます。

市町村における教育振興運動の 効果的な推進方策に関する実践的研究

推進体制

27～28 年度
2 年次

子ども・家庭・学校・地域・行政の5者が地域の教育課題に取り組む岩手県独自の「教育振興運動」は、平成26年度に50周年を迎えました。

開始以来、学力の向上、健全育成、健康と安全など、その時代背景や社会的な課題に対応した実践的な取組が各市町村において進められ、本県の教育水準や家庭・地域の教育力の向上に大きな役割を果たしてきました。

一方、教育振興運動を実践する市町村、またその担当者においては、推進体制のあり方や具体的な取組方策に課題を抱えているという状況もみられます。

そこで、昨年度より、宮古、大船渡両市と連携し、推進組織や実践組織のあり方、課題に応じた実践組織の構築、全県共通課題への取組など、それぞれの市が抱えている推進方策の課題に応じた取組を行っております。

今年度はその2年目として、実状に応じた望ましい推進方策のあり方について、さらに実践を深め、県内市町村へ

その成果を活用していただけるように本研究を推進していきます。



この2つの研究内容については、2月2日（木）～3日（金）に当センターで開催される「岩手の人づくり・地域づくりフォーラム（岩手県生涯学習推進研究発表会）」で発表します。

岩手の生涯学習・社会教育は、「まなびネットいわて」から

岩手県立生涯学習推進センターが提供する岩手県生涯学習情報システム「まなびネットいわて」は、岩手の生涯学習・社会教育に関する多様で新しい情報を県民の皆様にお届けしています。

まなびネットいわて

検索

この QR コードをスマートフォンや携帯電話で読み込ませてもアクセスできます。



当センターが主催する研修会の日程、要項、申込み様式など

マナビコール

すこやか
電話相談

すこやか
メール相談

いわてマナビ
マガジン登録

すこやかメール
マガジン登録

学校支援
地域本部事業
などの
国庫事業
関連情報

交通アクセス
施設利用情報

県内の講座・
イベント情報
指導者・
ボランティア
情報

家庭教育
子育て
サポーター
情報

読書活動の
推進に関する
情報
教育振興運動
に関する情報

The screenshot shows the homepage of the 'まなびネットいわて' website. Key sections highlighted include:

- Navigation Bar:** 28年度研修講座 年間計画, 研修講座メニュー, 研修要項・申込様式, 研究資料・統計資料.
- News Section:** 平成28年5月31日更新, listing various events and seminars.
- Topics Section:** 受講できなかった方へのための研修講座実施報告, 教育振興運動から今年プラン, 実証研究経過報告.
- Services Section:** いわて100, 発行物・刊行物, 登録や情報の受付, 指導者ボランティア登録, 講座・イベント情報の登録.
- Support Section:** 学校支援地域本部事業広報紙交流, 国庫事業の活用事例.
- Other Sections:** 子育てメール相談, すこやかメール相談, 子育てメールマガジン登録, すこやかメールマガジン登録, 学校支援地域本部事業広報紙交流, 国庫事業の活用事例.



平成28年度
岩手県立生涯学習推進センター
スタッフです。
皆様の「学び」を
サポートします！

「岩手県立生涯学習推進センター情報」第88号 / 編集・発行 岩手県立生涯学習推進センター

〒025-0301 花巻市北湯口 2-82-13 電話 0198-27-4555 FAX 0198-27-4564