



学力UP便り

平成31年1月21日(月)

第7号

発行：学力向上チーム



3学期が始まりました。時間的には一番短いのですが、この1年の「まとめ」を進めていく大切な学期でもあります。子どもたちが落ち着いた環境下で「深い学び」「振り返り」を進めていくことができるよう、職員一同、張り切っています。今学期も、どうぞよろしくお願い致します。

インターネット～学力への影響

どうしても生活のリズムが崩れがちになってしまう長期休業ですが、子どもたちのご家庭での様子はいかがでしたでしょうか。「ゲームの時間」が長くなってしまった子はいないでしょうか。

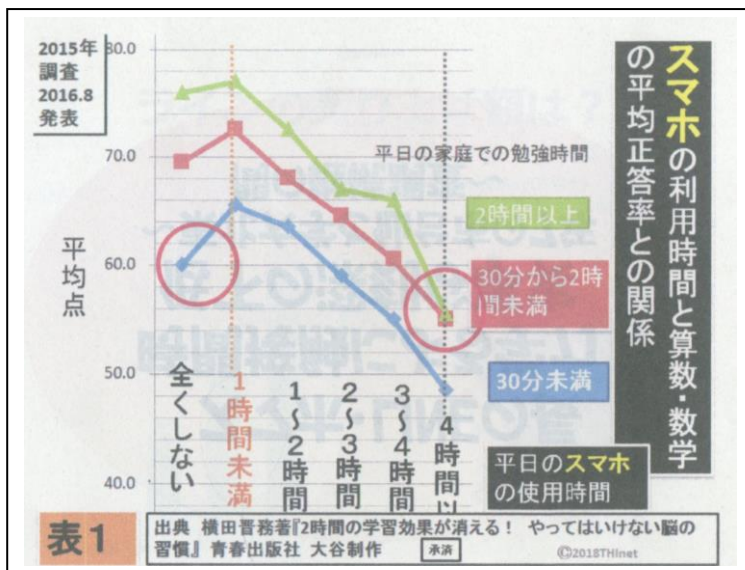
この冬休み、学力向上担当の職員が「インターネット～オンラインゲームや SNS～依存」についての研修を受けてきました。あくまでも研究途中の「ひとつの結果」として捉えていただきたいのですが、それでも、子どもたちの成長に大きく関わってくるショッキングな内容だと感じました。ご家庭の皆さまにもぜひお知らせしたい内容がたくさんありましたので、本号ではこのことについて紹介させていただきます。

*画像資料はすべて、研修（消費者教育講座・『ゲーム障害』という名の精神疾患）レジュメから引用。

【スマホ・LINEの長時間接触による学力低下の深刻な事実】

「脳トレ」でお馴染み、川島教授が率いる東北大学の研究チームと仙台市が7年間にわたり継続調査をした結果が公表されているそうです。

レジュメからの引用のため、やや見づらくて恐縮なのですが、右のグラフをご覧ください。横軸はスマホを1日に何時間使うか、縦軸は算数・数学のテストの平均点です。折れ線グラフは平日にどれくらい家庭で学習するかで、緑は2時間以上…という見方をします。このグラフからは、2時間以上家庭学習を行っても、スマホを1日の4時間以上使う子は、算数・数学の平均点が、家庭学習を30分未満しか行わない子（青い折れ線グラフ）よりも低くなってしまふという結果を示しています。



【ネットの長時間利用による脳～前頭前野6領域～の発達阻害】

ではなぜ、そのようなことが起こってしまうのでしょうか。結論から言えば、ネットの長時間利用が、脳の発達に悪影響を及ぼしてしまうためであると、ここでは述べられています。

大脳の前頭前野・前帯状回皮質という部分は、注意の集中や切り替え、情動的な行動を押さえる機能があるといわれており、その成長は、神経細胞のネットワークの強化によってなされるそうです。しかし、ネットの長時間利用によりこれらの発達が阻害されてしまうといえます。

発達阻害要因がすべて解明されているわけで

LINEの通知音が鳴るときが、ノイズなしや、スマホのアラームノイズ、視覚ノイズ、の時より、**問題に答える反応時間が遅くなる**ことが判明。
これは、LINEの通知音が鳴ることで、**集中力が途切れることが立証**

「誰からきたか」「何を書いてあるか」等気になって、脳が反応し、そのつど、問題への集中力が削がれる。
LINE漬けの場合は、この反応が顕著に表れるので、**長期的にみれば、集中力障害、記憶力低下を招き、症状として「学習効果が消える脳に変質しつつある」と推測される。**

はないそうですが、そのひとつとして、LINE の通知音などによって、集中力が削がれてしまうことなどが考えられているとのことでした。

【なぜ長時間利用してしまうのか？～長時間使用を防ぐために確認しておきたいこと】

ではなぜ、ネットは「やめられない」のでしょうか。この研修では、「ネット依存」を精神衛生疾患と捉えています。(WHO 世界保健機構でも、2018年国際疾病分類に収載予定。つまり、国際的にも「ネット依存」＝「病気」と定義付けられることになります。)

やめられない理由について、ネットゲーム、LINE について紹介させていただきます。

ネットゲームについては、ご存知の方もいらっしゃるかもしれませんが、右に示したような特徴があるそうです(ゲームごとの収益ランキングからも、いかに利用者が多いかが分かります…)。最近では、(筆者はよく知らないのですが)不特定の人とグループを組んで対戦するゲームもあるそうで、このような場合、「勝手に抜けるとメンバーに迷惑をかけてしまう」というような思いも、やめられなくなってしまう原因になっているのではないかとのことでした。

LINE については、右下のような事情から、やめられなくなってしまうことがあるそうです(いわゆる「既読無視」問題も、原因のひとつとして挙げられるそうです)。



昨年度は全国各地が自然災害に見舞われ、帯広での「ブラックアウト」も記憶に新しいところです。このようなとき、ネット環境が大変に役立ち、人命が救われたというニュースもたくさん耳にしました。そういう意味で、「ネット環境＝悪」とは、決して言えません。大切なのは、「適切に使う」ということなのだ、この研修を受けて感じました。

一つ目にお示ししたグラフでは、スマホを「全くしない」子よりも、「1時間未満」の子の方が、むしろ平均点は高いことが分かります。このグラフの制作者は、「1時間未満」の子は、約束を守れる子であり、つまり自己コントロールできる子、自己肯定感の強い子であると、捉えているそうです。

ご家庭や学校での約束を守れるような、高い自己肯定感をもてる子どもたちを、ご家族の皆さまとの協力の中で育てていくことができるよう、3学期も努めてまいります！

課金システム(確率)の問題点

世界のスマホゲーム収益ランキング (2017)

- 1位: Arena of Valor (1,900億円)
- 2位: Fantasy Westward Journey (1,500億円)
- 3位: モンスターストライク (1,300億円)
- 4位: クラッシュ・ロワイヤル (1,200億円)
- 5位: クラッシュ・オブ・クラン (1,200億円)
- 6位: Fate/Grand Order (982億円)
- 7位: リネージュ2 レボリューション (980億円)
- 8位: キャンディークラッシュ (910億円)
- 9位: ポケモンGO (890億円)
- 10位: Ghost Story (860億円)

参考: SuperData
<https://www.superdataresearch.com/marketing/data/market-brief-year-in-review/>

イラスト出典: 北海道立消費生活センター「そのスマホ使い方大丈夫?」

スマホオンラインゲームの特徴

- 「スキマ時間」にできる
5分、10分というスキマの時間に、いつでも、どこでもプレイできる。
- 頭のなかの「バックグラウンド」で進む
「ながらプレイ」が可能で簡単に再開できる。
「プッシュ通知」の刺激にもさらされる。
- 依存状態に気づきにくい
本人も周囲も気づかないまま依存が進む。

止めたくても止められない

リアルな人間関係から外されたくない

- 人間的価値の変化
一匹狼 → ぼっち
・コミュニケーション能力の編重
・友達が少ない = 「価値のない人間」とみなされる、さげすむ
- 友達維持に躍起
モバイル機器 = 実際の時・空間に縛られず、いつ何処にいてもつながりたい相手につながる = 制度的な枠組みが人間関係を強固に拘束しなくなった = 関係が流動的で壊れやすい

付き合う人を勝手に選ぶ自由度が高い

不安から → 長時間接触に