

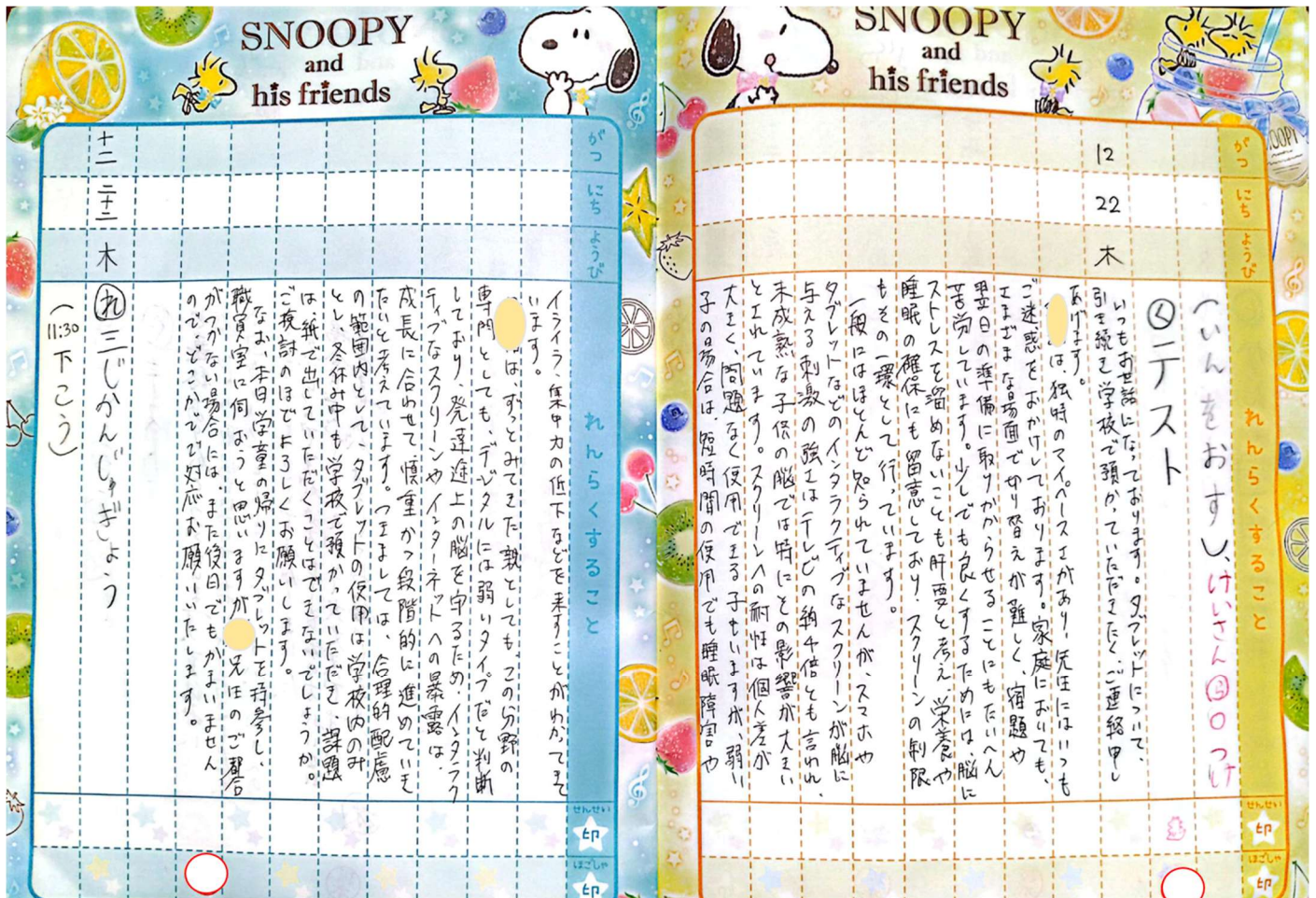
詳しくは、スマホ依存防止学会(PISA)

<https://uruuishishunki.wixsite.com/mysite-1>



事例：小学2年女子

- ・0歳代で10まで数える、始歩は1歳半と遅め。過集中で切り替えができない、もしくは集中力が低い。
- ・6才：読書が好きだったが、Kindle Fire TV でアニメ「ねこねこ日本史」にハマリ本を読まなくなる。
「Kindle はアマゾンに返したからもう無い」と撤去。
- ・小1：学校に着いても校庭の藤棚の下で思索に耽り、そのまま遅刻するなど、独特のマイペースさを発揮。
担任の先生に説明し、タブレットの持ち帰りは無しに。



【連絡帳の文章】 保護者 → 担任

いつもお世話になっております。タブレットについて引き続き学校で預かっていただきたく、ご連絡申し上げます。〇〇は独自のマイペースさがあり、先生にはいつもご迷惑をかけております。家庭においても、様々な場面で切り替えが難しく、宿題や翌日の準備に取りかからせることにも大変苦勞しています。少しでも良くするためには、脳にストレスをためないことも肝要と考え、栄養や睡眠の確保にも留意しており、スクリーンの制限もその一環として行っています。

一般にはほとんど知られていませんが、スマホやタブレットなどのインタラクティブなスクリーンが脳に与える刺激の強さはテレビの約4倍ともいわれ、未成熟な子どもの脳では特にその影響が大きいとされています。スクリーンへの耐性は個人差が大きく問題なく使用できる子どももいますが弱い子の場合には、短時間の使用でも、睡眠障害やイライラ、集中力の低下などをきたすことが分かっています。

〇〇は、ずっと見てきた親としても、この分野の専門としても、デジタルには弱いタイプだと判断しており、発達途上の脳を守るため、インタラクティブなスクリーンやインターネットへの暴露は成長に合わせて、慎重かつ段階的に進めていきたいと考えています。

つきましては、合理的配慮の範囲内として、タブレットの使用は学校内のみとし、冬休み中も学校で預かっていただき、課題は紙で出していただくことはできないでしょうか。ご検討のほどよろしくお願いいたします。

なお、本日学童の帰りにタブレットを持参し職員室に伺おうと思いますが、□□先生のご都合がつかない場合には、また後日もかまいませんのでどこかで対応をお願いいたします。

2年生になり担任は交代。

ある日、タブレットの宿題が出るようになったそうだが、長女は自分で先生に説明、自分だけ紙のプリントをもらって帰ってきた。

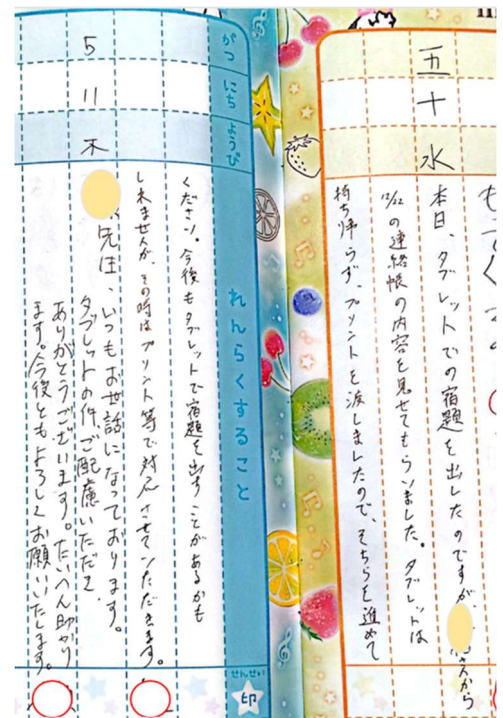
担任 → 保護者

本日、タブレットでの宿題を出したのですが、〇〇さんから、12/22 の連絡帳の内容を見せてもらいました。タブレットは持ち帰らず、プリントを渡しましたので、そちらを進めてください。今後もタブレットで宿題を出すことがあるかもしれませんが、その時はプリントなどで対応させていただきます。担任□□

保護者 → 担任

□□先生、いつもお世話になっております。タブレットの件、ご配慮いただきありがとうございます。大変助かります。今後ともよろしくお願いいたします。

保護者



■事例 小学1年女子（保護者からの質問）

元来、優しい温かな性質であった。

小学校入学後タブレットを持ち帰るようになってから共稼ぎで夕方まで帰宅できないため、それまでひたすらタブレットを見るようになった。宿題もせず、食事の間も離さない。子どもと話し合い、時間を決めて守らせようとしても『学校では自由に使ってる。タブレットで勉強してる』と、恐ろしい剣幕で逆切れしてくる。

最近は朝起きられず学校にも行きたがらない(前頭前野の劣化)。

なんとか、なだめて連れて行っているが、遅刻や欠席が増え、仕事を辞めて家にいることも考えている。

何か良い方法はないか。(やさしい我が子は今どこに…)

援助者が保護者に合理的配慮のことを紹介したところ、保護者は担任に連絡し

「タブレットの持ち帰り中止と宿題を紙にする」という合理的配慮を求めた。

担任はその子がのめり込みやすいことに思いあたり、要望どおりに配慮を実施した。

(保護者の心配とは逆に、現場の教員の協力は得られやすい)。

1週間で切れる回数が減り、朝も起きられるようになった。現在は遅刻もなくなり、保護者も仕事を続けている。

【事例1】小学4年男子

6 月ごろより頭痛と不眠がひどくなり、成績が下がり、学校に行きたくないという。友達とも遊ばなくなり、教室に入れず保健室登校になった。また幼少時に軽快していたチックが再燃した。

本人は「(4月から導入された)電子黒板のまぶしさがツライ、画面(スクリーン)で説明されても頭に入ってこない。あれを使って勉強できない」と訴える。家族は子どもの変化に戸惑いながらも、励まして登校させていた。

カウンセラーは友達と遊ばなくなったことや、成績が下がったことに注目し、面接を続けたが状態は悪化するばかりであった。

夏休みに入ると軽快したもの、9 月から学校が再開すると症状が再燃。動悸、発汗に加え、これまでになかった強いチックの症状が数日連続で出たので、かかりつけの主治医に相談した。

主治医は本人の訴えと経過から、スクリーンへの暴露による心身の悪化(ESS)を疑い、タブレットの使用中止と電子黒板を避けて授業を受けられるように「合理的配慮」を指示。現在は紙媒体にて学ぶことができ、症状は消失。成績も元に戻った。

友達とも毎日遊べている。回復後は、30 分程度まであれば、PC での調べ物もできるようになった。