

生徒指導部通信

令和2年度第1号

令和2年5月8日

文責 林 宏幸

■ 生徒指導部メンバー

・部長（2学年）林 宏幸 ・3学年 田中優樹 ・1学年 大竹義浩、福田博之

◇遅くなりましたが、以上の4名で今年度取り組んでいきます。また、生徒指導部通信は2ヶ月に1度程度、発行していこうと思います。『様々なことを“自分ごと”として考え、自分の行動に気づいて改善できること』を目的としています。

■ えりも高校生の携帯電話に関する傾向について

4月13日に携帯電話に関するアンケートを実施しました。集計した結果からえりも高校生の携帯電話に関する傾向や特徴について抜粋して紹介します。

①携帯電話を**持っている割合は100%!** → 時代を表していますね。

②1ヶ月の使用料金について**わからない人が75% (68名)!**

ここ2年連続で割合が増えています。(H30) 60% → (H31) 63% → (R2) 75%

◇家計に占める携帯電話料金は相当なものだと思います。家族で携帯電話を所持している人は何人いますか？使用料金が高額になっている生徒もいるでしょう。ゆくゆくは、自分自身で支払うようになるものです。自分の携帯料金を知らないというのはどうでしょうか。

③携帯電話を1日で、**2時間以上使用している割合は78% (71名)!**

・2~3時間 37% ・3時間以上 30% ・1日中 11%

携帯電話を**午後11時くらいまで使用している割合は84% (77名)!**

・午後11時まで 37% ・午後11時以降も 47%

携帯電話を使用していることで、**何かを犠牲にしていると感じている人の割合は36%**

・犠牲にしているもの → 時間（勉強・睡眠）、体力・気力・視力、など

◇使用している時間の長さに関しては、真剣に考えてほしいです。その時間でもっと大切なことを犠牲にしてはいないでしょうか。現に、勉強時間や睡眠時間を犠牲にしている、と気付いている人もいます。

◇また、午後11時くらいまで使用することは健康にも悪影響です。心身の発達・安定を促す成長ホルモンは、午後10時~午前2時に熟睡している時に多く分泌されると言われています。加えて、質の良い眠りのためには就寝する1時間前から携帯電話の使用を控え、読書や音楽鑑賞などリラックスしながら眠りにつくといいでしょう。

④携帯電話に関わる**トラブルに「巻き込まれた」「巻き込まれそうになった」…併せて7% (7名)。**

フィルタリングサービス**「利用していない」29%・「わからない」10%**

・利用していない理由…自分で管理できる、見たいサイトが見られない、親が設定していないなど

◇トラブルに巻き込まれることは、ぜひとも「0%」を達成したいです。そのためにもまずはフィルタリングサービスの利用を促しています。また設定しているか「わからない」人が1割いることも気になります。トラブルや犯罪は起きてからでは遅いのです。起こさないようにすることこそが何より大事になってきます。

◎新型コロナウイルス感染症の拡大で大変な状況であるからこそ、今一度携帯電話・スマートフォンの有意義な活用や安全な使用方法について、考えてみてください。



■ 自ら行動すること

全校集会等での「指示なし礼」。まさに言われなくとも“自分の判断で動く”一つの例です。授業や部活動など様々な場面で、自ら考えて取り組む「主体性」の大切さが言われています。もちろん重要です。でも、この「主体性」というものは段々と身に着けていくものだと思っています。初めのうちは、方法や意味を指示・説明されてから動いていたはず。それが同じような場面でも指示されずに動けるようになる。そしてさらに、違う場面（例えば、目上の人近くに来たら）で、自分で「立ち止まって挨拶した方がいい」と考えて、挨拶をする。このように段階を踏んでいくと思っています。

簡単に言えば、これまでの学習や経験から得た「知識」と「スキル」を活用して自らの判断で動くことができるのです。指示された課題や勉強に素直に取り組むことは、主体性の素地だと思います。そしてそれが皆さんにはすでに身についています。だからこそ、様々なことを「やってみる」ことです。今この時間がある中で、できることを考えて実行するとともに、いつか再開する高校生活でたくさんのことに取り組みましょう。

以下に挙げるのは、すぐに実行できることであり、特に自分から心がけて取り組んでほしいことです。

【特に心がけてほしいこと】

①挨拶の励行

②いじめを許さない

③言葉遣いを丁寧に

挨拶の励行

→ 小さい頃から「挨拶をしましょう」と言われてきたことでしょう。ではそもそも、挨拶は何故するのでしょうか。挨拶の意義は何でしょうか。私は大きく2つあると考えています。

◇自分の存在を示すため…自分に気付いてもらい、その後のコミュニケーションを円滑に図れるようにする。挨拶は、話し始めのクッションともなり、その日の相手の様子を伺えるものにもなる。

◇相手に心地よくなってもらうため…意外かもしれませんが、相手を気持ちよくさせられるのが挨拶。「元気で爽やかな挨拶」は、された側にとって心地よく、「この人と関わりたい」とも思わせる。

いじめを許さない

→ いじめの定義を以下で確認しておこう。(いじめ防止対策推進法より抜粋)

「いじめとは、(中略)一定の人的関係にある他の児童生徒が行う心理的又は物理的な影響を与える行為(インターネットを通じて行われるものを含む。)であって、当該行為の対象となった児童生徒が心身の苦痛を感じているもの」



◇簡単にいえば、相手の心や体が傷ついたり、被害を受けて苦しんだりすれば「いじめ」となりうるのです。苦痛の感じ方は人それぞれ違うので、軽はずみな言動が傷つけるかもしれないと思ひましょう。そして、いじめをえりも高校の全員でしない、させない、許さない雰囲気を持つことが安心した生活につながります。

言葉遣いを丁寧に

→ 周りの人と接するうえで、「言葉」(文字も含め)は必要になります。言葉を介して、お互いの考えや想い、もっと言えば人柄を感じあっています。人に優しく接する・大切に接することは、言葉遣いを優しくする・大切にすることとも言えます。乱暴な言葉遣いをしている人は「性格も乱暴な人なのかな」と思ってしまいます。目上の人に対して敬語や丁寧語で話すのはもちろんのこと、親しい友人に対しても口調が荒くならないようにしてほしいものです。

◇以上3点はすぐにでも心がければ実行・改善できることであり、そして何より皆さんの良好な人間関係の形成を促し、安心・安全で充実した高校生活にさせてくれるものと考えています。

◎そうはいつでも自分だけで解決できない場合は・・・

価値観が多様化し、悩みを抱えることはたくさんあり、悩んでいるのは自分だけではありません。そんな時は誰かに相談しましょう。まずは気軽に先生方に話してみてください。(えりも高校 01466-2-2405)

また、保護者の方や学校の先生に話しにくい場合は、外部機関を利用することもできます。

◆北海道教育委員会 子ども相談支援センター (0120-3882-56 ※無料・24時間対応)