

長野県の高校生の皆さんへ 見直したい! スマートフォンや インターネットに依存する生活 高校生ICTカンファレンス長野大会からのメッセージ



皆さんは自分自身や周囲のスマートフォンやインターネットの利用をどう感じていますか?

- 家庭学習時間や睡眠時間が短いなあ… “使いすぎ”になっていないだろうか?
- 日常生活に影響がでない利用方法を考えたいけれど… 自分だけでは難しいこともあるよ
- 書き込まれたメッセージで傷つく人が周りにいるけど… 何とかしたいなあ



グループごとで話し合いをしました



話し合ったことをグループ全員で発表しました

こうした課題について、平成27年9月、10月に県内の高校生が集まり「高校生ICTカンファレンス長野大会」が開かれました。

参加した高校生は身近なスマートフォンやインターネットの課題について自ら考え、他の人の意見を聞きながら議論し、意見をまとめました。

こんな悩みや意見が出されました



友だちがスマホへの書き込みが原因で人間関係に悩んでいる。みんなが気持ちよく利用するにはどうしたらいいのだろうか?

スマホに依存していると、リアルなコミュニケーションの良さを忘れがちだね。

※「ネット依存の自覚がある」と回答する高校生 30%



スマホの利用時間のアンケートをとり、学力との関係をグラフにするなど、目に見える形で示せば自覚や自主性が身につくのでは。

※「1日4時間以上利用する」と回答する高校生 26%

利用のルールを私たち生徒自身が主体的に考え、みんなで守ることが大切だね。



高校生という「青春」の毎日を、スマホにとらわれずに楽しみたい!

※長野県教育委員会:H27年度「インターネットについてのアンケート」調査結果より



グループ発表で出された学校でルールづくりを進める時のポイント

まず私たち
高校生自身で考える。

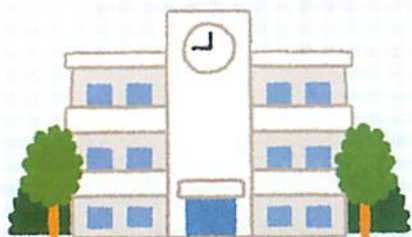
自分の周りの人とリアルな
コミュニケーションの
良さをもう一度確かめる。



関心を高めるために
動画など”見える形”
にして示す。

利用時間の長さや
時間帯を話し合う。

私たちの学校ではこんな取組を考えています～参加校から～



誰もが安心して過ごせる学校生活

「ながらスマホ」の危険性などを扱った動画を作成して、生徒総会で上映し全校の皆さんに見せて考えてもらいます！
(A 高校)

利用についての全校生徒へのアンケートを行い、学校オリジナルのガイドラインをつくります。先生にも意見を聞きながら進めます。
(B 高校)

近くの学校の生徒会と連携してこの課題を考えていきたいです。学校の取組を地域に発信していきたいです。
(C 高校)



あなたの周りや学校にあったらいいと考えるルールを書いてみましょう。

長野大会から長野県の高校生の皆さんへ

あなたの周りにいる人と望ましい使い方ができるように約束事を決めませんか

- 【例】
- やり取りする相手と「返信時間は〇時まで」など決まりをつくる
 - インターネット上に勝手に他人の個人情報を書かない

あなたの学校で、主体的にルールづくりに取組んでみませんか

- 【例】
- 生徒会が中心となってガイドラインやルールをつくる
 - クラスや学年でルールについて話し合う
 - 他校の生徒会との交流会を開き、各校の様子やアイデアを情報交換する

みんなの関心が高まるように発信の方法を工夫してみませんか

- 【例】
- 動画を作成して生徒総会で上映し、全校生徒に考えてもらう



“高校生の高校生による高校生のため”のスマートフォンやインターネットの
適正な利用に向けたルールづくりを進めましょう！

長野県教育委員会