

# 「9時になったら

## おやスマホ

「夜の9時になったら、スマホ等の利用をやめ、親に預けて翌日以降も使えるように充電してもらい、自分自身も次の日のために、学校の宿題を済ませたり、授業の準備をしたり、入浴や歯磨きをして就寝の準備をしましょう」



### SNSに潜む危険性に着目

現在、私たちの周りには、LINE（ライン）やフェイスブック、ツイッターなど、様々なソーシャル・ネットワーク（SNS）が存在し、今や生活の一部として溶け込んでいます。それらのツールは私たちの生活をより快適にしてくれる一方で、SNS利用に起因するトラブルも少なくありません。

先述の「いじめ対策アンケート」によると、県北中生の半数がSNSを利用しており、特に女子生徒の利用率が高いということが分かりました。さらに、SNS利用者で「SNSを通して知り合った人がある」と答えた生徒が約半数の55人。また、SNS利用者で「トラブルに関わったことや聞いたことがある」と答えた生徒は16人という結果でした。この数字は決して看過できるものではなく、SNSに潜む危険性を認識

### だから「9時になったらおやスマホ」

そうした現状を踏まえ、生徒たちから提案されたのが、アクションプラン第1弾「9時になったらおやスマホ」の取り組みです。スマホ等の利用を午後9時までに制限することでトラブルの根源を断ち、健全な学校生活に寄与しようというものです。

生徒会は実行のメリットを次のように訴えます。

- ・ ネットトラブル、友だちとのトラブルが防げる
- ・ ネットいじめがなくなる
- ・ 時間を有効活用できる
- ・ 睡眠時間が確保できる

また効果は未知数ですが、この提案が大人たちからの押しつけではなく、生徒たちから自発的に提案されたものであることに、いじめ撲滅への強い意志が窺えます。生徒会は、この取り組みを小学校にも波及させ、小学生独自の「おやスマホ」の取り組みにつながることが期待しています。

### キャラクターを考案「おやスマホくん」

生徒会は「9時になったらおやスマホ」の取り組みを広めるため、啓発キャラクターを考案。その名も「おやスマホくん」です。



▲作画の樋口桃のさんと原案の齋藤祥さん

これは生徒会長の齋藤祥さんの原案を、生徒会副会長の樋口桃のさんが作画したものだ。「言葉だけでは心に響かないし、反発されるのではと思いました。そこで、かわいいキャラクターを通して訴えることで親しみを感じ、この取り組みに興味を持ってもらえたらと考えました」と、「おやスマホくん」考案の意図を教えてくださいました。

現在、生徒会ではさまざまなバージョンの「おやスマホくん」を作成し、活用方法を検討しています。さらには生徒会メンバーが作詞作曲の歌まで考案中とのこと、今後の「おやスマホくん」の展開に目が離せません。

この取り組みは一部の家庭で実施するだけでは効果がなく、学校、保護者、地域、町が一体となって取り組まなければ、効果を期待することはできません。

子どもたちにスマートフォンや携帯電話を与える背景には、それぞれの家庭の事情もあり、一概に使用方法を制限することは難しいかもしれません。しかし、子どもたちの「いじめをなくしたい」という気持ちは間違いなく本物です。その子どもたちの「本気」に応える地域社会であるために、町はこの取り組みを応援していきます。

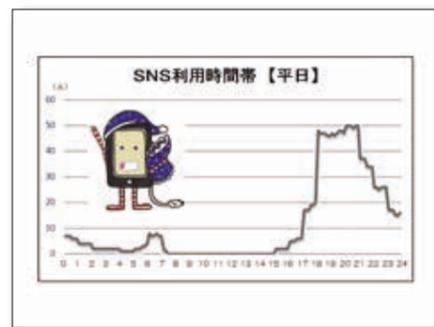
### 地域の協力が不可欠



▲生徒会による「いじめ対策アンケート」の集計結果

### 「既読&未読スルー」でいじめ？

LINEには、自分が送信したメッセージを相手が見たかどうかが表示される機能があります。「既読」のメッセージに対し、返信をしないで放置することを「既読スルー」、メッセージを読まずに放置することを「未読スルー」と言います。この「スルー」に対し、



▲深夜遅くまで利用している人も

「読んだのになぜ返信しないの？」スマホは常に持っているはずなのになぜ読まないの？」と不信感を募らせ、いじめに発展するケースがあります。そのため、食事中や入浴中、そして寝ている間さえもスマホを肌身離さず持ち続け、常に監視していなければならぬという強迫観念にとらわれてしまい、結果、睡眠不足に悩まされる子どもたちが増えています。

アンケート結果では、SNSの利用は午後6時から9時までの時間帯に集中していますが、一定数の生徒が午前0時以降も利用していることが分かりました。

「9時になったらおやスマホ」  
あなたのお家でもはじめてみませんか？

