



考えよう！ スマホとの付き合い方

スマホは私たちの生活に欠かせないものになっています。いつでもどこでも調べ物をしたり、音楽を聞いたり、写真を撮ったり、人と繋がったりと、とても魅力的で便利なツールです。でも、いつの頃からか、人と楽しみながら時間を共有したり、人と直に話したり触れ合ったりすることが少なくなってきたのではないかと、危惧する声が聞かれるようになりました。そんな風潮を川柳に詠んだ「高校生川柳」の作品を紹介します。

会えたのに みんなそろって スマホ見る

ごめんねと 言えばいいのに メールする

LINE 鳴る 既読付けるか 心理戦

一部屋に 家族集まり 皆スマホ



(福岡大学主催 高校生川柳 平成25年～28年度の作品から)

スマホは便利な反面、くせになって無意識のうちに見たり、チェックしないと落ち着かなくなったりといった問題がよく起こります。また、スマホをはさんだ人間関係は、時にストレスの原因にもなります。人に縛られているような感覚に陥ったり、友人からの孤立を恐れて不安になりスマホ依存になったりするのは、内閣省による大学生の意識調査に、「着信がないか何度もスマホを確認する」と答えた学生が57%、「電波の届かないところにいると落ち着かない」が67%という結果にもよく表れています。

スマホとの付き合い方や使用のルールを考え、スマホを上手く使いこなそうという意識が大切です。例えば「夜10時に電源を消す」というルールを家族で作っておくと、それで自分が守られることにもなります。友達や家族の顔を見ながら、おしゃべりをする時間を大切にしたいと思います。

☆ 相談開室日 (7月)

7月 4日 (水) 7月11日 (水)
7月18日 (水) 7月25日 (水)

