



料金後納

ゆうメール

(株)育脳寺子屋MAC 本部教室 MAC真成塾
〒616-8156 京都市右京区太秦西野町20
電話:(075)871-0374 FAX:(075)882-3777

2016年
4月号

Mathematics Abacus Chinese character

MAC NEWS

お子さんが大人になった時、社会で活躍できるヒントがいっぱい！！

再度お伝えします！「ゲーム」や「スマホ」の やり過ぎに注意して下さい！！

「先生、勉強頑張ってるけどなかなか成績が上がらへん」

ある中学生のセリフです。

「今回のジョイントプログラムで、前回より点数が落ちました」

小学生の保護者さんからのコメントです。



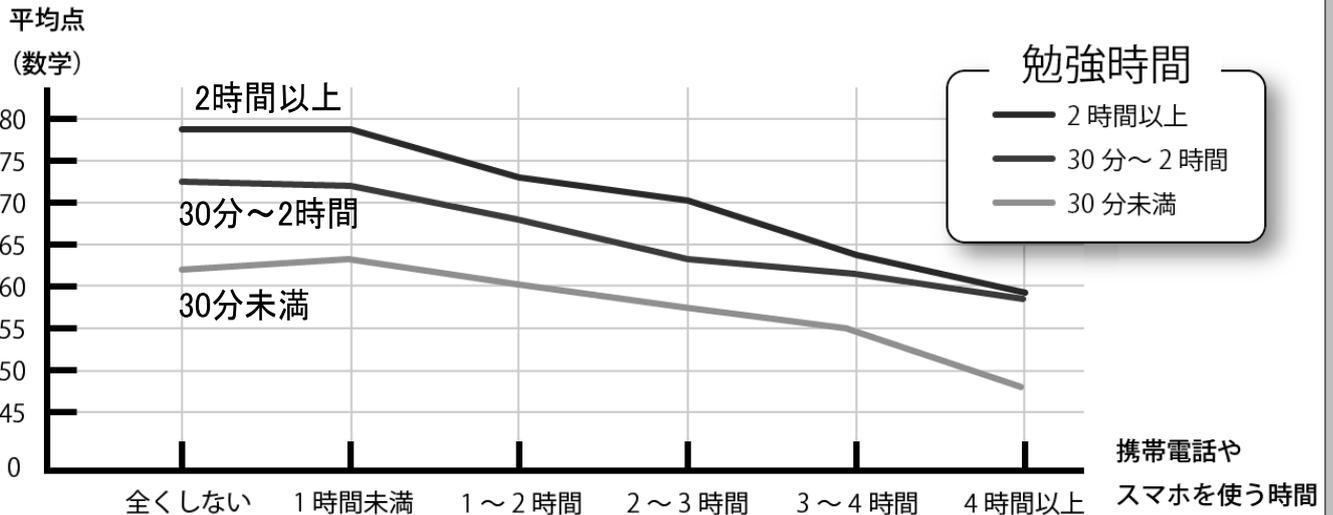
この2人は決して勉強をさぼっているようには見えません。しかし、話を聞くとこの2人にはある共通点が……。そうです、「ゲーム」や「スマホ（タブレット）」の時間が長いのです。

昨年8月号で紹介した内容ですが、大切なことなので再度紹介致します。

いくら長時間勉強しても、ゲームやスマホなどに費やす時間が長いと、勉強したことが全て無意味になってしまうということが、実証されています。

皆様のご家庭ではどうですか?? 次の表をご覧ください。

携帯電話やスマホを使う時間ごとに見た数学の平均点



このデータは東北大と仙台市教育委員会が2013年度、同市内の中学生約2万4千人を対象にした学力検査と生活・学習状況調査の結果を基にまとめたものです。平日の家庭学習時間、スマホなどの利用時間と、平均点との相関関係を分析しました。

その結果、2時間以上学習していてもスマホなどを3時間以上使う層は、学習時間は30分未満でもスマホなどを全く使わない層より点数が下がることが明らかになりました。

要するに、ゲームやスマホを長時間するくらいなら、ゲームやスマホを我慢する代わりにほぼ勉強しなくてもよい！そのほうがマシ！とも言える結果が出たのです。

お子さんの平日の勉強時間はどのくらいですか？

お子さんの平日のゲームやスマホに費やす時間はどれくらいですか？

それをもとに上記の表と照らし合わせてみて下さい。

ところで、子どもたちのスマホの所有率はどのくらいかご存知ですか？（2015年8月時点）

	小学生	中学生	高校生
所有率	40%	60%	96%
使用時間 (単位は時間)	2	4.1	7

小中学生に関しては予想よりも高い所持率になっていました。最近では家族割りや学割りもあるので、連絡手段・安全面を考えて親が持たせているケースが増えていることが、所有率の上昇に関係しているのでしょう。

しかし、驚くべきは使用時間です。

小学生でも2時間、中学生では4.1時間、高校生になると何となんと7時間！この表にはないのですが、15時間以上の解答が9.7%もあったとか！

これはもはや「電話」としての範疇ではありません。完全に依存しています。これだけの時間をスマホに費やしては、どれだけ勉強しても身につく訳はないですね・・・。

ゲームをしている時、頭の中では 何が起きているの？

テレビやゲームの使用中に脳を計測すると、思考や創造性、情報処理、記憶をつかさどる脳の中樞神経である「前頭前野」の血流が下がり、活動が低下しているという調査結果が出ています。

「インターネット・ゲーム依存症」という書籍には、驚くべき事実が書かれていました。（この本の著者は精神科医であり、京都医療少年院にて少年矯正教育の最前線で活躍、現在は枚方にてクリニックを開院され、多くの子供たちの治療にあたっておられる方です）

以下は特にショッキングな事実が書かれている箇所をまとめました。

「インターネット・ゲームに熱中したので、勉強時間が不足し、成績が低下した」というだけなら、その影響は一過性に終わり、熱中が冷めて、また勉強に取り組むようになれば、成績は回復するかもしれない。

しかしながら、インターネット・ゲーム依存の影響の深刻さは、単に時間を奪われたということに留まらないのだ。

イギリスの科学雑誌『ネイチャー』に、PET(陽電子放射断層撮影)という測定法を用いて

テレビゲームをする時に、脳内で何が起きているかが報告されているのだが、何とわずか50分間のゲームが

覚醒剤の静脈注射にも匹敵する状態を脳内に引き起こしていた

のである。幼い子どもが飽きもせずに、何時間でも小さな画面を見ながらゲームをやり続けてしまうのを、大方の大人達は笑って済ませていたのだが、それは笑い事ではなかったのだ。

覚醒剤と大差がないくらい危険な「麻薬」を、子どもに知らずに与えていたのである。

インターネット・ゲームの依存は、「アルコールや薬物への依存と何ら変わらない」「覚醒剤依存と同じ」なのです。

どちらも、過敏でイライラしやすく、不機嫌で、集中力が低下し、目はうつろである。色は白く蒼ざめて、顔は伏せがちで、目を合わせようとしめない。何も手につかず、以前はそれほど苦労せずにできていたことが出来ない。無気力で、目の前のことには意欲がわかず、投げやりである。

こうした症状の類似は、単なる空似ではなく、インターネット・ゲーム依存症の人の脳内で起きていることは、**覚醒剤依存症**や**コカイン依存症**と、基本的に同じなのです。

問題は、覚醒剤やコカインは、白昼の店先では売っていませんが、インターネット・ゲームは、いつでも誰でも、どこからでも、小学生や中学生といった子どもでもプレイすることに何ら制限されていないことにある。

「インターネット・ゲーム依存症」岡田尊司（文春新書）より

内閣府の調べによると、今は何らかのゲーム（ニンテンドーDS・Wii・プレイステーション等）の所持率は、小学生で89.2%と、約9割となっています。

全くゲームをさせない！というのは時代的に難しいかもしれませんが、時間とルールをしっかりと決めることが必要不可欠では？親子でしっかり話し合い、子供を「中毒」から守ってあげましょう。

最近「補導」の場所も変わってきている

昨年行われた京都府警による勉強会に参加した時の話ですが、以前は「補導」というと、夜の繁華街やコンビニ前などにたむろしている若者だったのが、最近はWifi（ワイファイ）環境のある場所に変わってきているらしいのです。

先述の通り、今はほとんどの子がポータブル型のゲーム機を持っており、その多くがインターネット機能を搭載しています。ネット環境がある状況だと、遠く離れたプレイヤーと対決したり、同じゲームを一緒にプレイすることもできるようです。

家ではWifiが繋がらないように設定されているところもあるようですが、子供たちは利口です。家で無理と分かれば、無料でWifiに接続できるポイント（コンビニ・レストラン・ファミレスなど）を探し、そこでネットに接続しているのです。店に入らなくとも、店の前や駐車場・駐輪場で接続しているとのこと。

ご存じの通り、今はネットを通しての少年事件が数多く報道されています。警察もネットを通しての事件を未然に防ぐべく、補導対象の場所をWifi環境のあるところに絞り、パトロールを継続しているのだそうです。

親は子供にゲーム機を買い与えたと思っていても、実は子供はゲームではなくネットを使い、見たこともない人とやりとりをしたり、危険なサイトを閲覧したりしている可能性があります。

万が一にも、かわいい我が子を事件の被害者にも加害者にもさせないために、再度ゲームの使用に関してのルールを各ご家庭で話し合ってください。

スマホ・ケータイも同じく、持たせるとしても家での使用にはルールがないと四六時中ケータイを意識するようになります。他のことをしていても意識は携帯。携帯が鳴れば今していることを中断し、携帯を手取るようになります。そうなれば完全に依存状態ですね。

ちなみに大人はスマホの機能のうちどれだけを使いこなしているのでしょうか？せいぜいネットとメールやライン位では？子供たちは大人よりも機械にすぐ慣れ、大人の知らない機能まで使いこなしてしまいます。だからこそ、ケータイでのトラブルが起らないよう、ルール決めを徹底しなければなりませんね。今からでも遅くはありませんよ！！

保護者感想より

保護者欄

お世話になっております。先日、正月休み明けのプレシヨント・テストの結果が手元に戻ってきました。各教科中どれも、時間内に問題を解くことが出来ずに得点に繋がることが出来なかった結果でした。やはり日常生活において、ゲームのやりすぎが景響しているのでは!?と、書く力もゴツゴツ養っていかないと、思っています。

・ ・ その通りだと思います。これを機会にご家族でルールを話し合ってみてください。

保護者欄

いつもお世話になっております。今月で入塾して、1年がたちます。色々な経験をして、物事をよく考えるようになってきました。このトライアルの感想も1週間前に持つて帰ってきたのに、全然たしませんが、何も書きません。今日まで過ぎましたが、朝「学校から帰ってきたら、絶対書きなさいよ」と……。オッ!!気付いたかと思いましたが、学校の忘れ物に気付いても、我が家では、MAC方式で、絶対持つていきません!! それを続けると、必ず持つて物の確認をとりおうになりました。とても良い姿勢です。😊
今月からピカピカの1年生の弟も入塾します。となりの書写教室の半年、通った経験から、最近では、とてもしっかりしてきました。

(記入されましたら、この用紙のみご提出ください)

兄は、2年生から入りましたが、もっと早く入っていたら、よかったですと思っています。

兄弟、2人、そろしくお世話になります。

嬉しい感想を頂きました。しかも、保護者欄に書き切れず裏面にまでご記入頂きました。ありがとうございます。

MACが基本的には小3までの募集にしているのは、勉強以前の部分（約束やルールを守るという意識、正しい学習習慣など）を身につけてあげたいためです。これが身につけていないと「勉強はできるのに社会で活躍できない人」になってしまいます。

これからも、MACの指導方針にご理解とご協力をお願いいたします(^^)