

R1 学校保健委員会だより

2020.2 高工保健指導部

12月23日（月）に学校医の先生方やPTAの役員の方にご参加いただき、学校保健委員会が開かれました。全校生徒にアンケート調査を行い、それを基に全日制・定時制それぞれ生徒保健委員の代表より、「令和元年度定期健康診断の結果」と、全日制「SNS利用に関する意識調査」、定時制「スマートフォンが与える健康への影響」についての発表を行いました。

以下、全日制の発表内容について抜粋して掲載します。詳細は高工大橋に貼り出す予定なので、是非ご覧下さい。そして、SNS利用に対して考えを深めるきっかけにしてください。この保健だよりは**家に持って帰って、保護者の方にも渡してください。**

【利用しているSNS】（複数回答）

	1年	2年	3年
LINE	96.3%	98.1%	98.9%
Twitter	59.4%	66.7%	80.5%
Instagram	66.1%	71.3%	67.4%
Facebook	5.9%	4.6%	4.6%
TikTok	34.7%	33.3%	28.4%
その他	10.3%	7.7%	8.4%
利用なし	2.2%	1.1%	0.8%

☆全体を合わせると**98.6%**の生徒が何らかのSNSを利用しているという結果になった。

【一日の利用頻度】

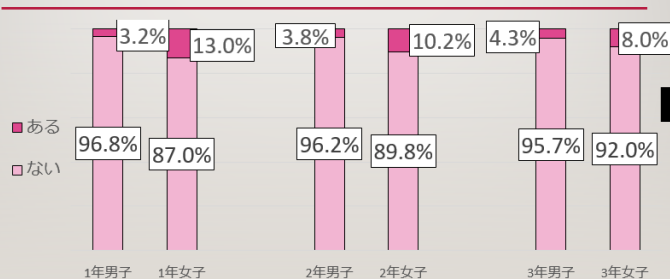
（一日に何回使ったり開いたりするか）

	1年	2年	3年
10回未満	29.5%	22.6%	24.9%
10～30回	45.8%	46.4%	44.1%
30～50回	16.2%	16.1%	18.8%
50回以上	6.3%	12.3%	10.3%
なし	1.8%	5.4%	0.8%

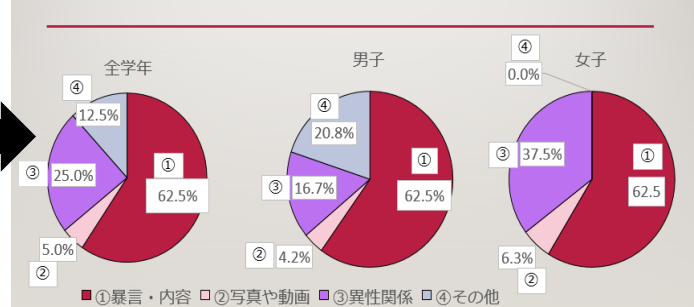
☆どの学年も最も多いのは10～30回。一日に50回以上利用する生徒は全体の9.6%。



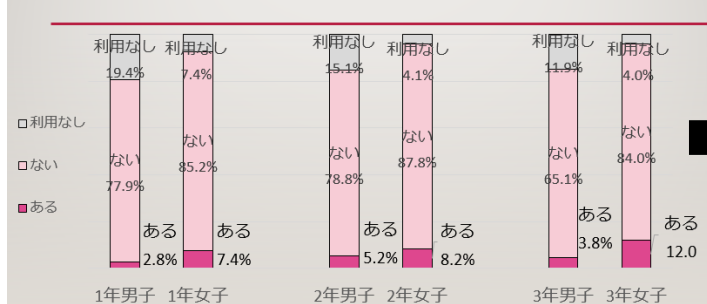
SNSが原因で友達とけんかになったり、トラブルになったことがあるか



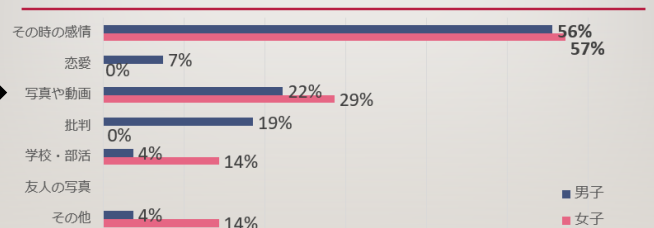
「ある」と答えた人の原因



SNSの投稿で後悔した経験



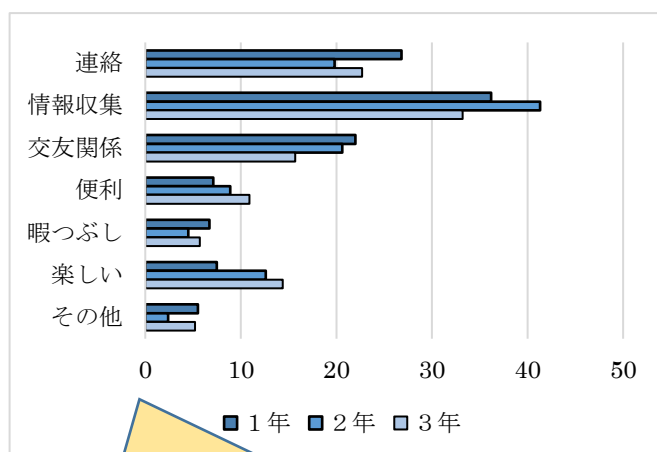
「ある」と答えた人の後悔した投稿内容（複数回答）



「暴言・投稿内容」「その時の感情」が一番多い
→カッと頑張って暴言を書き込んでしまうことがトラブルにつながる

【SNS の良い面だと思うこと】（複数回答）

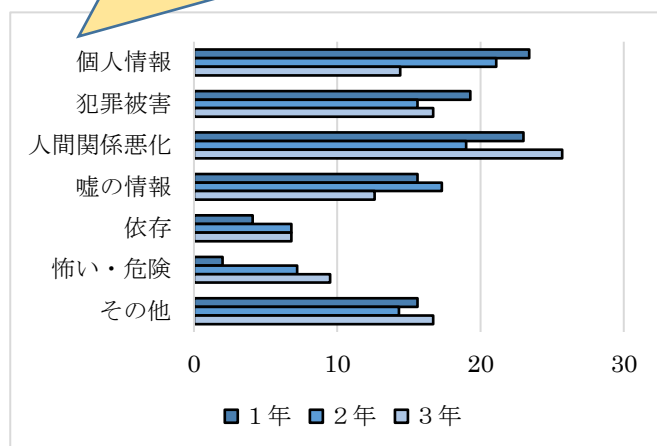
	1年	2年	3年
連絡が取りやすい	26.8%	19.8%	22.7%
趣味などの情報収集 ができる	36.2%	41.3%	33.2%
交友関係	22.0%	20.6%	15.7%
便利	7.1%	8.9%	10.9%
暇つぶし	6.7%	4.5%	5.7%
楽しい	7.5%	12.6%	14.4%
その他	5.5%	2.4%	5.2%



SNS には良い面・悪い面どちらもたくさんある
→現代では SNS をすべてやめるのは現実的ではないので、どのように付き合っていくかを考えることが必要

【SNS の悪い面だと思うこと】（複数回答）

	1年	2年	3年
個人情報・拡散	23.4%	21.1%	14.4%
犯罪被害	19.3%	15.6%	16.7%
人間関係悪化	23.0%	19.0%	25.7%
嘘の情報がある	15.6%	17.3%	12.6%
依存	4.1%	6.8%	6.8%
怖い・危険	2.0%	7.2%	9.5%
その他	15.6%	14.3%	16.7%



参加した方の感想・意見を紹介します

学校歯科医 相馬先生より

- ・メリット、デメリットはどんな事にもつきまとう問題。便利な物には必ず裏の面もある。個々の意識が大切。
- ・スマホ操作時の下を向いている姿勢の悪影響として下記のようなことが危惧されている。
下を向く→喉が閉まる→呼吸がしづらくなるため、下あごが出る→上の歯を中から舌で押す状態が長くなる→骨格や歯並びの乱れ
- ・現代は小さいうちからスマホを使っているの、長時間のスマホ操作が全身に与える影響は今後問題になると考えられる。

学校医 井草先生より

誰でも情報に触れられる怖さがあるので、使う側も気をつけなければならない。目を見て顔を合わせて話すことも大事。

生徒会長より

心と体に悪影響があることが分かった。Instagram 等で、人の悪口や疑問に感じる写真を見ることが多い。また、SNS に載せるために人目をばからず写真を撮る人や、電車でずっとスマホを見ている人なども多いが、一人一人が常識ある行動を心掛けたい。

PTAより

スマホの使い方や影響を生徒達が考えられていて、保護者として安心したが、健康面に与える影響が心配である。ぜひ今回の結果を周りの友達に伝えて欲しい。