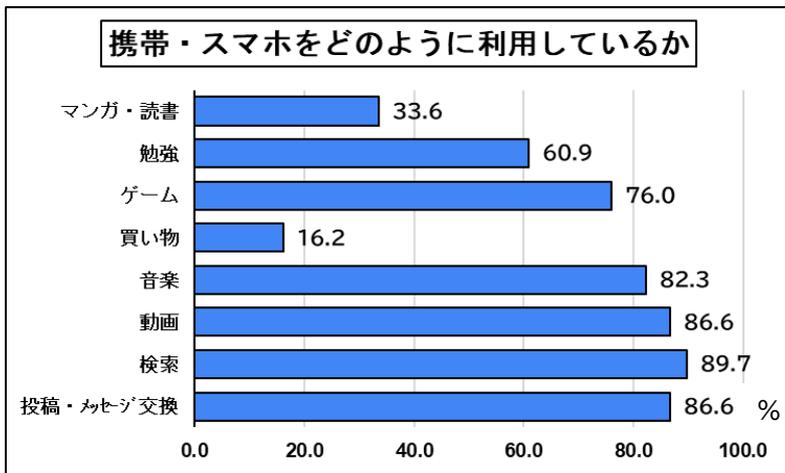


2025年 6月7日 6月号  
一宮市立大和中学校

## 6月7日第1回学校保健委員会

携帯・スマートフォンについてのアンケート」結果

5月15日に全学年で、6月7日第1回学校保健委員会に向けての意識調査「携帯・スマートフォンについてのアンケート」を行いました。



「スマホをどのように利用しているか」の問いに、①検索、②投稿・メッセージ交換、③動画、④音楽の順に多く、多くの生徒がSNSを利用していることがわかりました。

グラフにはありませんが、LINEやメール、X、インスタなどSNSの機能を使ったことがある人は93.3%、家庭にルールがある人は、68.1%でした。ルールを作って適切に使うこ

とで、ネット依存やSNSトラブル、犯罪防止につながります。家族とルール作りをしましょう。

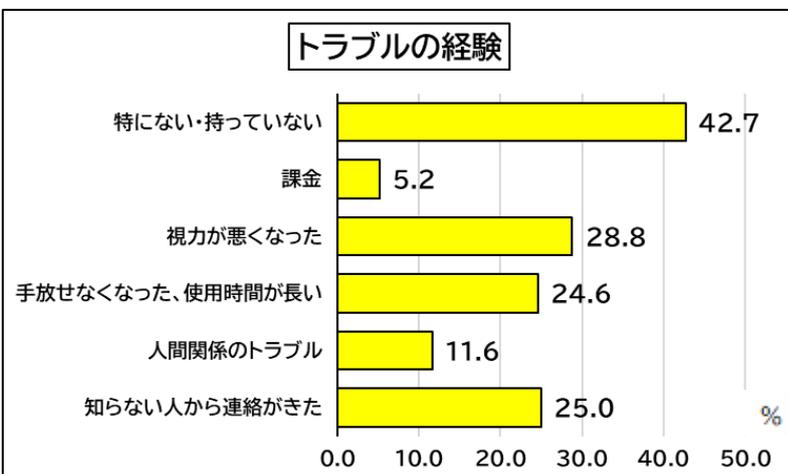
「適切に使用するということは？」の問いについて、多かった回答を3つに分けました。

①依存防止…勝手に課金しない。勝手に買い物しない。目が悪くなるので一日二時間まで。使用は22時半までなど。

②人間関係…LINEなどの言葉に気をつけること。誹謗中傷、悪口を書かないなど。

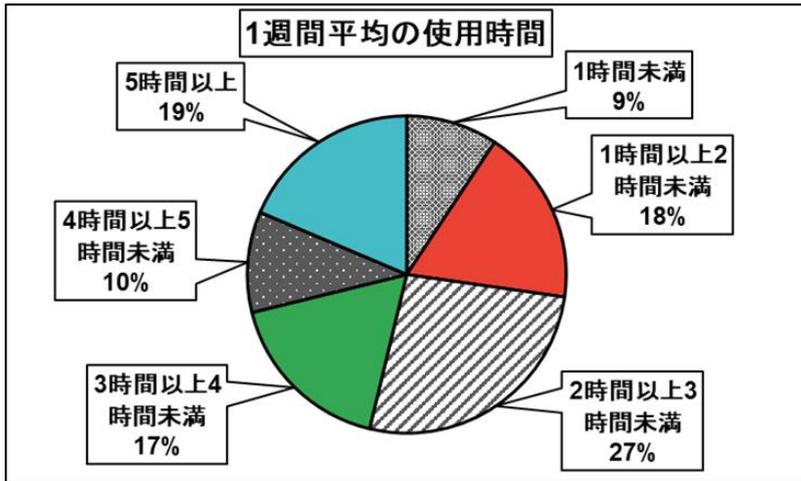
③犯罪防止…危ないサイト、不審なサイトにはアクセスしない。誰かの写真を許可なく使用しない。個人情報流出させない。詐欺メールなどは無視する。知らない人に連絡しない。

トラブルの経験については、①視力が悪くなった、②知らない人からメールがきた、③手放せなくな



くなった・使用時間が長い、の順に多く、4分の1の生徒がトラブルを経験していました。また、人間関係のトラブルや課金のトラブルの経験もあることがわかりました。

スマホや携帯の使用には、①違法・有害情報に触れる、②SNS等でのトラブル、③スマホ依存などの、リスクを伴うことを知っておくことは重要です。



大和中学校の生徒のみなさんの使用時間についてです。みなさんはこのグラフを見てどう思いますか？

1週間の平均の使用時間は、2時間以上3時間未満が最も多かったです。2時間以上の使用が73%以上もありそのうち、5時間以上が、19%います。

文部科学省の2024年度の報告では、SNSなどの使用時間と、各

教科の平均正答率も調べたところ、「どの学年どの教科でも、使用時間が長いほど、正答率が低くなる傾向がみられた。特に差があったのは中3数学。使用が4時間以上のグループと30分より少ないグループでは、平均正答率が18.5ポイント違った。」という結果が得られました。文部科学省の「小・中学校における携帯電話の取扱いに関するガイドライン」では家庭での使用時間を平日30分、休日60分を目安とするよう推奨しています。

自分の使用時間や、生活を見直し、今後の生活に生かしていきましょう。

## 全学年5/22 熱中症予防講座を行いました

熱中症にならないように、朝ごはんを食べたり、よく寝たりすることが大切だとわかった。その時の自分の体調、そして気温によって、活動内容を変えることも自分のためにやるべきである。また、外部冷却や内部冷却など、熱中症になる前に適切な行動をする。水分、塩分など体からなくなってしまったものを補給する。これらの行動が欠けると熱中症になってしまう。熱中症は、死亡することもあるので、自分のいのちを守るためにも様々な熱中症に対する知識が必要だと思った。

<3年生の生徒の感想>



自分は、「熱中症にならない」と思いこまずに、誰でもなる可能性があると思うことが大切だと思った。特に風通しの悪い室内や炎天下の校庭は気をつけようと思った。人間には「汗」がとても大切で、汗の役割は、体温調節や体温を下げることだとわかった。

塩分・糖分を含んだ水分などをとることも大切だと思った。もし、友達がだるそうにしていたらすぐに声をかけて涼しい場所に連れて行ったり、先生に伝えに行ったりなどしたいし、自分も予防できることをこれからしていきたい。

<2年生の生徒の感想>