子どもの健康づくり連携事業＜専門医の派遣＞実践例

小学校②

〔専門医による講話〕
1　テーマ「脳の働きから考える
　　スマホとの付き合い方」
2　対　象　　5･6 年児童、保護者
3　専門医　佐藤　篤　医師
　（TF メディカル嶋北内科･脳神経外科クリニック）
4　実施月　　7月
5　内　容(キーワード)
　　スマホの身体への影響

評価（あてはまるものに〇をつけ、理由を記入）

①健康課題の解決について
（〇）有効だった
（　）有効でなかった

＜その理由＞
＊スマートフォン利用による身体への影響，特にブルーライトの眼球や体内時計への影響から，様々な体調不良が起こることを教えていただいた。

②校内の組織づくりについて
（〇）有効だった
（　）有効でなかった

＜その理由＞
＊スマートフォン利用による学力への影響，特にメディア利用時間と学力の関係やスマートフォンは集中力や記憶力を低下させることを教えていただいた。校内の学習指導部の取り組みに役立てたい。

③校外の関係機関等との連携について（派遣専門医を含む）
（〇）有効だった
（　）有効でなかった
＜その理由＞
＊この度の事業には，本校PTA総務部にも協力いただき，多くの保護者が参加できた。それぞれの家庭で話題にしていただき，関心を高めることで，超情報化社会への対応を促すきっかけとなった。

〔受講者の感想など〕
〇スマホの身体や学力への影響がわかった。スマホの利用は1～2時間以内にして上手に利用したい。スマホは便利だが，寝る1時間前には使用しないで睡眠時間をしっかりとるようにしたい。

〔教科やその他の指導との関連性〕
〇今後，さらなる情報モラル教育の必要性と感じた。
〇基本的な生活習慣の確立や自分の生活をコントロールする力の育成