

# ☆道しるべ☆

令和5年6月30日(金)  
第12号 文責 大川 健

## 学校説明会・オープンスクールのお知らせ

### ☆ 鹿町工業高等学校オープンスクール

機械科、電気科、電子工学科、土木技術科のある佐世保市の公立高等学校です。

開催日	会場
7月28日(金) 8:50~11:45 (受付:8:30~)	鹿町工業高等学校 体育館

※詳細は生徒に別紙で配付をしています。希望者は生徒寮の見学、部活動体験もできます。個人での申込となりますので、プリントのQRコードから7月21日(金)までに申し込みを行ってください。

### ☆ 佐世保南高等学校オープンスクール

普通科、文理探究科のある佐世保市の公立高等学校です。

開催日	会場
7月31日(月) 13:00~16:00	佐世保南高等学校 体育館受付

※詳細は生徒に別紙で配付をしています。個人での申込となりますので、プリントのQRコードから7月25日(火)までに申し込みを行ってください。

他に長崎工業高等学校オープンスクールの案内がきています。興味がある生徒は、担任の先生に相談をしてください。

## スマホと上手に付き合えていますか？～使用時間と学力について～

先日の3年生の道徳の授業では「スマホに夢中」というお話を読みました。主人公がスマートフォン(以下「スマホ」)を夜遅くまで使い、次の日の友達との待ち合わせにも遅刻しそうになって、急いで駅の階段を降りようとする大けがをしてしまったというお話でした。みなさんはスマホとの付き合い方はどうでしょうか？先日は数学の授業の中で「YouTubeの〇〇の解説が分かりやすい」と言う生徒がいました。上手に使っているなど関心しました。しかし、中にはTikTokやインスタ、勉強と関係のないYouTubeを見たり、LINEばかりしてしまう人もいないでしょうか？東北大学加齢医学研究所所長の川島隆太教授は、平成25年度仙台市標準学力検査および仙台市生活・学習状況調査とスマホの利用状況から、スマホの利用時間と学力に右のグラフのような関係があると発表しました。



グラフを見ると、携帯やスマホを使う時間が長ければ長いほど、数学の平均点が下がっています。また、「2時間以上勉強しながらスマホを4時間以上使っている子」の平均点が「30分未満しか勉強していないけれどスマホを使わない子」の平均点よりも低いという結果も出ています。せっかく勉強しても、スマホを使う時間が長ければ、勉強した時間がムダになってしまうこともあるようです。数学に限らず理科、社会といった他の教科でも見られるそうです。

スマホの利用と学力低下についての直接的な因果関係は明らかになっていませんが、学力低下の要因として大いに考えられるのは、スマホの利用によって生じる「睡眠不足」だそうです。睡眠不足になると授業や学習に集中できず、学習を行っても覚えることができません。普段の生活から何が大切かをしっかりと考え、計画的に学習に取り組んでほしいと思います。(画像は仙台市の「学習意欲の科学的に関するプロジェクト」作成リーフレット 平成25年度版から引用しました。)