

校長通信

第4号 令和5年6月18日

「降誕会」の講話から

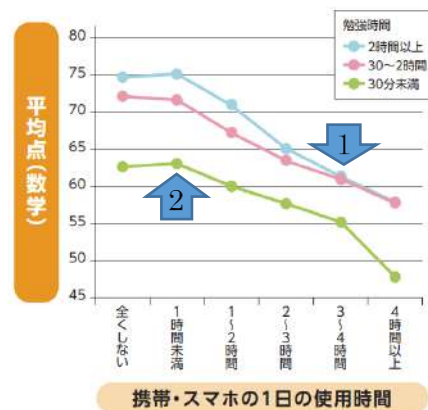
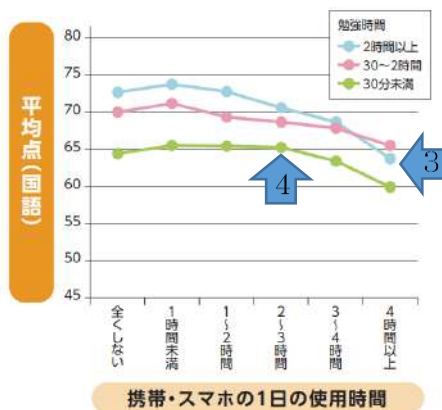
5月22日(月)は、降誕会でした。降誕会は「浄土真宗」を開かれた宗祖親鸞聖人の誕生を祝い、その出会いに感謝と喜びをあらわした法会で、本願寺小樽別院に参拝いたしました。

今年は宗祖親鸞聖人のご誕生から850年目にあたり、来年は親鸞聖人が浄土真宗のみ教えを開かれた「立教開宗」から800年目の節目の年になります。

本願寺小樽別院副輪番のご法話の中で、降誕会の「誕」には、「生まれる」という意味の他に、「言うことを先に延ばし、本当のことを言わないで真実を隠す」ことから、「いつわる」という意味がある、という話がありました。親鸞聖人は、嘘や偽りばかりのこの世で、真実とは何かを教えてくれる、とのことでした。

校長通信3では、言葉は人を傷つけるために使うものではないと言いましたが、いつわるため、言い訳のために使うものではないとも改めて思いました。

携帯やスマホを長時間使用すると、いくら勉強しても成績が下がる



左のグラフは、仙台市と東北大学とが共同で行った「学習意欲の科学研究に関するプロジェクト」の研究結果の一部です。中学生のデータを用いて、スマホや携帯電話の使用状況と学力の関係についてまとめたものです。

右の数学のグラフを見て

ください。情報が多いためゆっくり解説していきます。青線は2時間以上勉強している人、赤線は30分～2時間勉強している人、緑線は30分未満なのでほとんど勉強の習慣がない人です。基本的に青線が上にあり緑線が下にあります。勉強時間が多いほど平均点が高いのは当然です。グラフは右に行くほど下がっています。スマホの使用時間が多ければ多いほど点数が下がるのもうなずけます。

点数は、スマホ使用1時間未満が最も高く、そこから急激に下がっていきます。3～4時間以上使用すると、青線と赤線が重なり¹、勉強は30分未満でスマホ使用が1時間未満²より低くなってしまいます。左グラフの国語の傾きの程度は数学ほどではありませんが、4時間以上スマホを使用すると青が赤に逆転されています³。しかも、勉強の習慣のない2～3時間スマホ使用者より低い点数です⁴。**携帯やスマホを長時間使用すると、いくら勉強しても成績が下がる**と言われる理由はここにあります。

このことは「スマホを使用する時間が長いために勉強する時間が減って学力が下がるのではなく、長時間の使用が直接学力に悪影響を及ぼす」ことを示しています。

脳に直接影響を与えているのか、良い睡眠がとれないからなのか、それとも他に原因があるのかわかりませんが、長時間使用している人は、スマホの使い方、使用時間について見直す必要があるようです。

<https://www.city.sendai.jp/manabi/kurashi/manabu/kyoiku/inkai/kanren/kyoiku/project.html>