



福山市立駅家西小学校

学校だより

2025 年（令和 7 年）5 月 23 日

号外

●学びあう子 ●支えあう子 ●やり抜く子

夢をかなえる脳と心を育てるために

5月21日（水）8：40より駅家西小学校の体育館でメディアコントロール集会が行われました。東北大学 榊 浩平（さかき こうへい）先生をお招きし、「みんなで一緒に考えよう！夢をかなえる脳と心の育て方～未来のカギはスマホ・ゲームに負けない強い心～」と題してメディアとの関わり方について自ら考え、より自分の気持ちをコントロールする力を育むことの大切さをお話していただきました。今の時代、メディアとどう関わっていけばよいのか、大切なお子様の脳にどのような影響を与えているのか、今後の生活に大変参考となるお話でした。



保護者の方の感想



～貴重なご意見をありがとうございました～

子ども達と同じタイミングで講演会を聞くことは今まで無かったので、すごく良い機会でした。内容もまさに今、子供たちと考えたいことでした。

知っていることも多かったですが、やはり実際に目の前で話されているのを聞くのは説得力があり、納得することが多くありました。そして、自分自身（親）の姿を考えさせられる内容で家族で共有していきたいです。

正直、「早寝早起きメディアコントロール」を定期的にされていて、意味あるのかな？と思っていましたが、こちらの捉え方次第で、有意義になるんだと考えさせられました。子ども達の大切な脳を健康に育ててあげたいです。ありがとうございました。

とても興味深いお話でした。要点や話のもって行き方が小学校 1 年から 6 年まで理解できるように工夫されていて、私にもわかりやすかったです。1 点、身体を動かすことを目的としたゲーム（ボクシングやら、フットスポーツパーティ系）は、脳が動くのか、質問をしたかったです。

長時間のメディアの脳に与える影響の大きさを知り恐ろしいなと思いました。親や人が決めた目標ではなく、子ども自身が考え目標を決め、自分でメディアをコントロールすることが大切なんだと改めて思いました。そして、子ども達に見せている自分の姿を振り返ってます、親である自分の行動を見直し、一緒に取り組んで行くことが一歩だと気づかされました。帰宅した子ども達と一緒に目標を決めて対話の時間も大切にしたいと思います。

とても貴重な機会を頂けたことに感謝しています。ありがとうございました!!

とても面白かったです。脳の働く場所の違いがあるから、個人差はあると思いますが、勉強とスマホ学習と繋がらないんだと納得しました。意外だったのはスマホで遊んだから、勉強時間を長くする。これは勉強時間に比例して点数も高くなると思っていました。早速、家で今日のお話を家族にしました。あとは自分を含め一番難しい実行をしようかと思います。凄く参考になりました。ありがとうございました。

脳トレ系のゲームについて、脳に良いわけではないというのが驚きました。ゆっくり少しずつ本人がコントロール出来ていけたらと思います。今日はありがとうございました。

スマホやゲームのやりすぎはよくない、という事は分かっていても、実際にはどのような影響があるのか、学習との関係が具体的に聞けて良かったです。6 年生もいい質問をしてくれ、おかげで貴重なお話が聞けて良かったです。

子どもたちと改めて、メディアとの付き合い方を話し合っ、親も含めたルール改訂したいと思いました。

こういった講演会は非常にありがたいです。ネットとの付き合い方も親子で聞けたらいいなと思います。

はじめにみんなでゲームをしたり質疑応答を取り入れたりして、子どもたちや保護者の緊張をほぐしていただけたので、とても良い空気感でした。語り口調も柔らかく、難しい内容のときでもわかりやすかったです。

我が家はテレビ画面で YouTube を観ており、視聴時間は自分で決めるということを作りたいのですが、できていない現状です。こちら禁止！とするのではなく、諦めずに自分で決めた時間は自分で守るように促していこうと思いました。

また、親もスマホ依存の傾向にあるので、子どもと一緒に取り組んでいきます。とても良い機会をありがとうございました。

（海外では、タブレット学習は学力向上の効果が見られないとの研究結果が出たためやめるようですが、日本はいつまでやるのでしょうかね）



親がルールを作ってもなかなか守らないという結果は自分自身耳が痛いお話しでした。すぐには無理でも徐々に時間を短くしていこうと下校したら話そうかなと思っていたら、子供の方からルールどうしようかなと話してくれました。YouTubeで私の知らない豆知識や学んでいたり、将来の夢を見つけたりなど良いこともある面時間の長さには悩んでいたのも、一緒に考えて実行してみることにしました。子供も自分から考えるきっかけになりとても良い集会でした。ありがとうございました。

最後の子どもたちのするどい質問には驚きました。
勉強の時間と、スマホの時間、テストの点数を比較したお話は具体的でわかりやすかったです。親として、子どもと一緒に納得するルールを作ることの大切さを感じました。
読み聞かせも続けていき、外でいっぱい遊ばせてやりたいなと思いました。
貴重なお話を聞かせていただき、子どもと話すきっかけになりました。ありがとうございました。

メディアとの適切なつきあい方について、子どもたちにも分かりやすく話していただき、脳の発達にとってよくないということは理解できたのではないかと思います。
テストの点数や偏差値については、ピント来ない児童もいたのではないかと思います。そこは、やはり多くの保護者のみなさんに聞いていただきたかったですね。
研究結果の中で、メディアに全くふれない子どもよりも、1時間未満ふれる子どもの方がテストの成績がよいという点が印象的でした。自己制御能力を身に付けることが大切なんだと言われていました。なるほどなと思うと同時に、最近の殺伐とした事件や事故のニュースを見るにつけ、いかに自己制御能力が欠けているかということを痛感します。
榊先生の「脳の働きにはどんなものがありますか？」の質問に、「想像することです。」と答えた児童がいました。正に、自分の言動がその後どんな影響を与えるか、どんな反応が起こるかなどを想像して適切に行動できるなら、いじめや交通違反、殺人事件などは減ってくるかもしれません。子どもたちの脳を、健全に育てていくためにも、私たち大人が行動する必要があると思いました。
ちなみに、我が家の子は、お話を聞いたその日から、食事の時はテレビやスマホを切り、9時になったら家中の携帯とテレビのリモコンを集めて回ってました(笑) 何日続くか楽しみに取り組みたいと思います。

綿の芽が出ました！



ホームページのトピックスでお伝えした、「篠原テキスタイル」の方をお招きして1年生が植えた綿の芽がでました。大きくなって収穫するのが楽しみです。今後、他の学年も様々な学習とつなげていきます。