



『ショート動画が小学生の脳に与える影響』

校長 斉藤 直彦

最近、学校現場では子どもたちの気になる変化が目立ってきています。45分の授業に集中力が続かない、感情をコントロールできずにひどい言葉を連発する、休み時間が終わっても友達との会話をやめられない、思い立ったら立ち歩いてしまうといった行動です。こうした行動の背景には、TikTokやYouTube Shortsといった「ショート動画」の過剰な視聴が深く関わっているという報告もあります。

脳科学の視点で見ると、子どもの脳は「欲求や快楽を司るアクセル（報酬系）」が早期に育つ一方、「我慢や集中を司るブレーキ（前頭前野）」は20歳前後までかけてゆっくり発達するそうです。つまり小学生の脳は、構造的に「アクセルを踏み込めるのに、ブレーキが効きにくい状態」にあるということになります。

TikTok などの数秒ごとに刺激的な映像が流れるシステムは、脳内でドーパミン（快楽物質）を放出して強いアクセルをかけ続けます。指一本動かすだけで強烈な刺激（ドーパミン）が手に入るショート動画に脳が慣れると、「少しでも退屈な時間」「思い通りにならない時間」に対する耐性が極端に低くなります。結果として集中力の欠如や自制心（心のブレーキ）の低下につながる

ことが大学の研究などでも科学的に証明されつつあります。

もちろん、要因はこればかりではないですし、このような行動をとらずに、集中して頑張っている子どもがほとんどです。でも、このような行動が増えていくと、先生からの注意が増えて、子どもの自己肯定感も下がっていくことにつながりかねません。

調べてみると、このような懸念は日本だけではないようです。

オーストラリアやフランスなどのように、「家庭の指導だけでは、高度なアルゴリズム（「視聴者を引きつけ放さない」という、商業的な戦略）に勝てない」として、法律で未成年の SNS 利用を一律制限する動きが急拡大しています。

日本はまだ法的な規制はありません。だからこそ、学校とご家庭が強固に連携することしか策はないと私は考えています。これは、決して保護者の皆様の「しつけの問題」ではなく、「科学的に設計された依存の仕組みから子どもを守る取り組み」です。健やかな脳と未来を守るため、家庭でのルール作りや見守りに、どうかお力をお貸しください。

9月の行事予定

日 曜	行 事 予 定
1 火	1日防災学校、児童委員会⑦
2 水	なかよし班⑥ 食育授業1年
3 木	特別時程 下校バス乗車日
4 金	劇団四季6年 夏休み作品展最終日 読み聞かせ（中休み）
5 土	
6 日	
7 月	特別時程 スピーチ朝会（中学年）
8 火	代表委員会④
9 水	特別時程 社会見学1年（動物園）
10 木	特別時程 食育授業6年
11 金	湿原学習②5年
12 土	
13 日	
14 月	特別時程
15 火	
16 水	社会見学5年（高橋商会他）
17 木	特別時程 社会見学3年（丸善木材他）
18 金	ウェルカム町長6年 児童委員会⑨
19 土	
20 日	
21 月	敬老の日
22 火	国民の休日
23 水	秋分の日
24 木	通常時程 教育実習生離任式 なかよし班⑦
25 金	開校記念日
26 土	
27 日	
28 月	特別時程 いじめ把握アンケート週間 修学旅行保護者説明会（6年保護者）
29 火	宿泊研修事前説明会（5年保護者）
30 水	前期通知表配付

別保少年消防クラブ 7月29日(水) 積極的な防火体験・街頭啓発活動

別保少年消防クラブ団員の4~6年生が、釧路町消防署に集まり、活動を行いました。

まず、消防署の方から、住宅火災警報器の重要性を学び、煙の中で実際に警報器が作動する体験をしました。

続いて、トライアル店舗前で、住宅用火災警報器の点検を呼びかけました。大きな声で呼びかけ、来店するお客さんにチラシやティッシュを配付するなど、積極的に活動していました。



第1回 PTA交通安全週間 8月31日(月)~9月4日(金)

登校時の児童を、第1・2学年のPTA厚生委員の方々が、通学路に立ったり歩いたりして見守ってくれます。ご家庭でも改めて、交通ルールを守り、安全に気をつけて登下校できるよう、声かけをお願いいたします。



教職員「不審者対応訓練」

夏休みに入った7月27日(月)、釧路警察署生活安全課の方々を講師に迎え、先生方を対象とした不審者対応訓練を行いました。

ねらいは、子どもたちの安全に関する知識・技術の向上を図ることです。防犯に関する講話を踏まえて、実際にさすまたを使った不審者対応の実技訓練を行いました。

日頃からの安全点検や不審者対策を徹底し、安全・安心な学校づくりに努めてまいります。



2学期開始 ~改めて確認ください~

■放課後の過ごし方

- ⇒公園内を自転車で走行しない。
- ⇒方向を確認して公園内のボール遊びをする。
- ⇒公園内のフェンス・支柱などにあがらない。
- ⇒自転車でスピードを出さない。左右確認をする。
- ⇒ヘルメットを着用して、自転車に乗りましょう。

■スクールバスの利用

- ⇒必ず座席に座りシートベルトを着用する。
- ⇒走行中は席を立たない、座席の上に立たない。
- ⇒運転手の注意をそらさない(大声で騒ぐ等)。
- ⇒バス内の備品は大切に扱う。
- ⇒けがや破損につながるような行為をしない。
- ⇒運転手さんや友達に対して思いやりのある言動を心がける。

「わかった！」があふれる授業へ 算数専科指導(4・5・6年)

第4・5・6学年の算数は、算数専科教員の松田先生が授業を行っています。

深い教材研究を生かし、子どもたちが数学的な活動を通して、しっかり理解できる質の高い授業づくりに取り組んでいます。

今後も、算数の面白さや子どもたちの「わかった!」「できた!」があふれる授業を、展開していきます。



学校の先生を目指して「教育実習」 8月25日(火)~9月24日(木)

2学期の始業式の日に、北海道教育大学釧路校から、2名の教育実習生が着任し、約5週間、教育実習を行います。

2年1組と6年1組の学級を中心に、実習を行います。別保小学校の子どもたちとの関わりを大切に、たくさんのことを学び、実りのある機会にしてほしいです。

別保小学校開校記念日 9月25日(金)

9月25日は、休業日となります。今年度の開校記念日で、別保小学校は136年目を迎えます。創立は明治23年です。別保炭鉱によって栄え、昭和18年には児童が710人もいた大きな学校だったそうです。

受け継がれてきた伝統を大切にしながら、子どもたちとともに新たな歴史を築いていきます。

