



府中二中だより

教育目標 自分らしく しなやかに たくましく
スローガン 笑顔満開の学校

令和 8 年度
7 月 30 日 発行
第 8 号
府中第二中学校
校長 成清敏治
電話 361-9302

夏休みに入り、2 週間が経ちました。生活リズムは乱れていませんか？

学校から離れて自由時間が増えた分、しっかり自制する行動を心がけることも必要です。今まで何度も「SNS の脳への影響」について、全校集会などで話をしてきました。生徒の皆さんと保護者の皆さまで情報共有したいと思います。

①「未成年の脳の発達に影響」「子供の SNS 依存問題」(2026 年 7 月) ～アメリカ コーネル大学の研究から～

「脳には短期的な満足を追求する報酬中枢を司る部分と、これを抑制する前頭全皮質とがある。両者の関係はアクセルとブレーキに似ている。脳は常に報酬と満足を求めるべくアクセルを踏もうとするが、この誘惑に抵抗するブレーキも社会生活を営む上で重要だ。だが、ブレーキは 20 代まで発達を続けることが分かっており、未成年では完成しない。『いいね』や『通知』など短期的な満足を誘発する SNS の仕掛けは、ユーザーの脳にアクセルを踏んでもらうことを狙っている。未成年ほど SNS に依存しやすい、ということだ。」

②「どう守る？ デジタルネイティブの子どもの脳」(2025 年 12 月) ～スマホ依存防止学会代表 磯村 毅～

なぜ成績が下がるのか…スマホ使用により脳内報酬系神経の機能低下が起きる結果、先生がどんなに面白く説明しても、ワクワクできず興味がもてず身が入らない。また、つまらなくても将来を考えて頑張ろうという前頭前野が弱ってしまえば「どうでもいいや」となってしまう。そもそも、脳の体積の成長が止まってしまうと、何もかも上手い出来ないのは自明の理であり、メンタルの悪化も起きてくる。

スマホ使用の低年齢化による悪影響は全国的な統計としても顕在化している。子どもの家庭内暴力で警察を呼んだ数が平成 25 年あたりから急増している。特に小学生の伸びは約 1.1 倍以上と極めて大きい。小学生が暴れ、保護者が警察を呼ぶ件数は、令和 5 年で 1,000 件近く起きている。では平成 25 年くらいから子どもの周りで何があったのか。それがスマホの使用率と見事に一致するのである (H25⇒R5 中学生は約 4 割から 9 割へ、小学生は約 1 割から 7 割へ)。

スマホの使用がダメではなく、どう上手に付き合うかが問われています。心身に影響が出てきている現状を踏まえ、家庭でも話し合っていただきたいと切に願います。

生徒の活躍 (敬称略)

【陸上競技部】

- 第 53 回全日本中学校陸上競技選手権大会出場！ 高木謙成
- 第 54 回関東中学校陸上競技大会出場！ 高木謙成 手塚虎太郎 小山内斗真

【地域ボランティア】

- 白糸台文化センター祭り参加者 一ツ松咲詠 (前号の名簿に未掲載でした)

【茶道部】

- 茶道裏千家淡交会「第八南学校茶道主催 学生茶会」 二中生がお点前を披露

【合唱部】

- 第 93 回 NHK 全国学校音楽コンクール 中学校の部予選 銀賞！