

# ～輝きの子育て～

## スマホに注意！！

雑誌「致知」令和8年5月号で、東京いづみ幼稚園長の小泉 敏男さんと、東北大学教授の川島 隆太さんの対話が載っていました。スマホの弊害の研究者である川島教授が今までの研究成果について話しておられますのでその部分を紹介します。以下、教授のお話しです。

- スマホ中毒の親に育てられた子が、スマホ中毒になるというのが、いまの親子関係の図式です。そういう環境で育った子は、他人とのコミュニケーションを結んできていないので、他者の気持ちが理解出来ない。親との愛情形成が不十分であることから、例えば他の大人をなかなか信じることが出来ず、自分の感情を抑えることが出来ないという傾向が出ています。
- 仙台市教育委員会と協定を結び10年以上に亘って、市内の公立小中学校に通う年間7万人全員の学力調査と生活習慣のデータを累積して、匿名で成長を追いかけるデータベースを作っています。教育委員会からの課題は、子供の学習意欲を高める方法を探ることだったが、それは1年目にして答えが出ました。  
「朝ごはんを家族と一緒に食べる」ということでした。  
ただ、これだけで、学習意欲が高まることがわかりました。
- その後、スマホ、タブレットの利用と学習意欲、学力の関係を調べたら、思った以上に学力を引き下げていることがわかりました。  
スマホを一日に一時間以上利用している子供たちは、全く、勉強をしない子供たちより、学力が低いというデータが出ました。  
常識では理解できず、子供の脳のMRIを撮って調査していく中で、インターネットを毎日のように使っている子供たちの脳は、言葉や情報伝達を掌る領域をはじめとして、かなりの部分で発育が止まるという信じられないデータが出ました。
- スマホはオーストラリア、アメリカ、フランスなどで規制の動きが進んでいます。日本の教育現場では、タブレットの導入が進んでいますが、紙かデジタルかという論争では、研究者の間では紙に軍配が上がっています。しかし日本では不思議なことにタブレットの導入が進んでいます。
- 成績の伸びる子のスマホの使い方として、これだけ、スマホが普及していますが、約5～10%の割合で、成績の伸びのある子供は、「勉強する時と、寝る時はスマホの電源を切る習慣」のある子供でした。  
要は、自分の「・・・したいという」欲望を「・・・のために」抑えることの出来る子供です。  
スマホを使い続ける残り90%の子どもは脳のデータからは、努力しても努力しても自分に跳ね返らない底辺に沈んでいく危険性があります。将来、格差社会が出来る要因となるでしょう。
- スマホ依存からは、読書を通じて脱却することです。「読み聞かせ」の習慣を持つ子は、読書への移行がスムーズに進みます。又、親子の情愛、コミュニケーションも強化され深まります。  
読み聞かせで、子どもの問題行動が激減するので、親のストレスも減るようです。

以上が川島教授の話です。

最近、若い人の間では、何でも出来るスマホから、あえて一つの用途に特化したシングルデバイスへ回帰の傾向があるようです。デジタルカメラ、フィルムカメラ、腕時計、MP3プレーヤー、電子ブックリーダー、紙の手帳、目覚まし時計などへの「スマホ断ち」が見られるようです。商品も復活しており、中古市場も含め活性化しているとのこと。良い傾向かも知れません。