

### 第3回 令和7年4月15日（火）

#### 「スマホ教室を見学しました。」

1年生対象の体育館で行われたスマホ教室を見学しました。講師は都筑警察の方です。

さて、SNSについてはいろいろな問題があります。

例えば10人の集団があれば、およそ3人は自分と気の合う人、あとはだいたいどちらでもない人で、1人くらいは気の合わない人がいると言われています。

もちろん昔は相手の心なんて読むことができないので、気の合わない人とはほとんど接点もなく（一度くらいは衝突があったとしても）、次の人間関係ができたときには忘れてしまうことがほとんどでした。

ところがいまはSNSで自分の考えていることを外部に出すことができます。

さきほどの集団でいえば、たった1人なのにその人から攻撃されるとまるで世界中から攻撃されているような気持ちになってしまいます。（どちらでもない人は無反応のことが多いので。）

これが100人の集団だと10人から攻撃されることになります。すごい量の書き込みがあっても、だいたい調べれば同じ人であることが多いと言われています。

**SNS ≠ 世間ではありません。**ただの一つの意見にすぎません。

ネットは使うものであって、振り回されるものではありません。人生におけるスマホの優先順位を見直してみてください。

もし苦しいことや、辛いことがあれば必ず先生に相談してください。スマホの怖いところは嫌だと思っても見ずにはいられなくなること。誰かの助けがないと抜けだせない可能性もあります。

これだけネットワークが発達している現代でも、世界のリーダーたちは本当に大切なときには必ず対面で話します。ときには飛行機で何十時間もかけ、通訳を伴って会談をし、握手をします。

ネットコミュニケーションはツールであって本質にはなり得ないものです。たまにスマホに「お前なんかには人生ふりまわされないぞ！」と声をかけて、電源を切ってデトックスしてみましょう！