

〔専門医による講話〕

- 1 テーマ 中学生のときを知っておきたい  
ネット依存の危険と予防
- 2 対象 1～3年、教職員
- 3 専門医 阿久津 吉男  
(県立こころの医療センター)
- 4 実施月 6月
- 5 内容(キーワード)  
長時間のネット使用による心身の影響  
ネット依存について



評価(あてはまるものに○をつけ、理由を記入)

①健康課題の解決について

- 有効だった  
有効でなかった

<その理由>

\* ネット依存の予防と解決策が明確に提示され、生徒にもわかりやすかった。依存の脳の関係について専門的な話もあり、興味深く聞くことができた。

②校内の組織づくりについて

- 有効だった  
有効でなかった

<その理由>

\* 健康安全指導部で企画準備を行い、当日は生徒保健委員会の活躍の場として活用した。

③校外の関係機関等との連携について(派遣専門医を含む)

- 有効だった  
有効でなかった

<その理由>

\* こころの医療センターの医局秘書の方とやり取りし、講演の内容についても事前に相談できた。

〔受講者の感想など〕

- ネットの長時間利用によるネット依存は、薬物・アルコール・たばこの依存と同じメカニズムということが分かった。SNS 等のやりとりも人間関係の依存につながる可能性もあるので、使い方を気を付けたい。

〔教科やその他の指導との関連性〕

- 講演内容を保健教育、保健指導、家庭への啓蒙などに活用したい。

