三高かわら版
No.10

# 白坂台

令和8年5月29日

綱　領
高きを仰ぎ
広きを知り
深きを探る

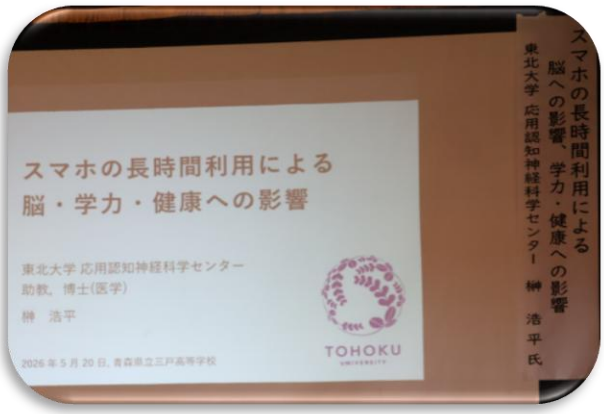
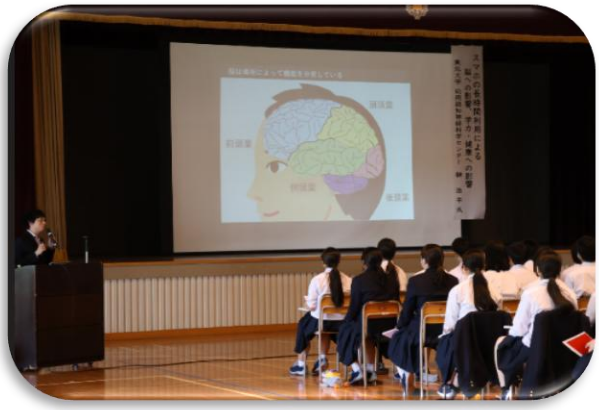
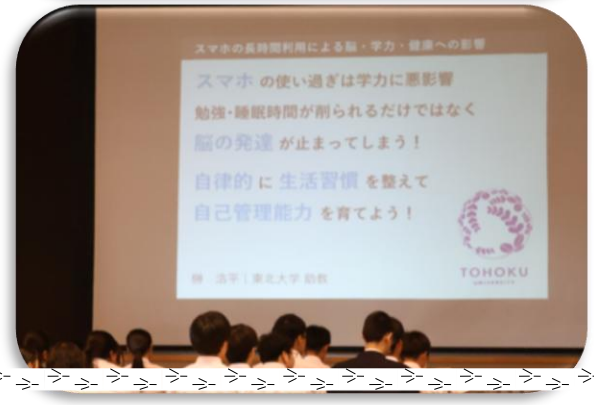
## 情報モラル講座

5月20日（水）

東北大学応用認知神経科学センターの榊　浩平先生を講師にお迎えし、「スマホの長時間利用による脳・学力・健康への影響」をテーマに情報モラル講座を開催しました。

講座では、脳の専門家の立場から、テレビやゲームに比べてスマートフォンの方が脳に与える影響が大きいことや、日頃のスマートフォンの使い方が脳機能に悪影響を及ぼす可能性があることについてお話しいただきました。また、具体的な対策として、アプリのアイコンの整理や通知をオフにすること、寝室にスマートフォンを持ち込まないことなどの行動が、「脳と心を育てる」ことにつながるとのご助言もいただきました。

やや耳の痛い内容もありましたが、依存性の高いネットゲームへの注意喚起も含め、スマートフォンの使い方について改めて考える良い機会となりました。



東北大学　榊　浩平　先生