



県北教育事務所 社会教育だより

つながれ KENPOKU

令和5年7月19日 発行

今回は、伊達市・桑折町・国見町の委員の皆様が参加された伊達地方社会教育委員連絡協議会総会・研修会にて社会教育主事がお話した内容についてお伝えします。

令和5年度伊達地方社会教育委員連絡協議会総会・研修会

「社会教育委員の役割について」

6月30日

国見町観月台文化センター

社会教育委員の職務

- 社会教育に関する諸計画の立案
- 教育委員会の諮問に対する意見具申
- 地域の問題解決などに必要な研究調査

社会教育委員に期待されること

- 地域の情報収集
- 関係者とのネットワークづくり
- 行政との関係づくり
- 委員自身の自己研鑽
- 自分自身が楽しむこと

地域課題の解決を社会教育委員の皆様の方で！

研修会に積極的に参加することで、自他の地域の状況について情報交換したり、幅の広い視点で地域課題を捉え直したりし、地域課題解決のヒントを得る。

ボランティア活動に参加することで、地域住民が求めていることを生の声で聞く。

地域の実情を知り、住民の声に耳を傾ける。

社会教育委員同士での情報交換も積極的に行い、生涯学習課や公民館職員、社会教育指導員などからも情報を得る。

社会教育委員の皆様のご活躍をご期待申し上げます

話題のコーナー

携帯・スマホ依存度チェック

<地域家庭教育推進ブロック会議より>

1	携帯電話やスマホに、思っているよりも多くの時間を使っていますか？
2	携帯電話やスマホを始めると無意識に時間が経っていますか？
3	携帯電話やスマホを使っていると、時間を忘れてしまいそうですか？
4	人と直接話すよりも、メッセージやツイート、メールをする方が多いですか？
5	携帯電話やスマホに費やす時間がだんだん増えていますか？
6	携帯電話やスマホに費やす時間を少しでも減らしたいと感じていますか？
7	寝ている時も、携帯電話やスマホを（電源がONの状態）枕元やベッドサイドにおいていますか？
8	他の作業を中断してでも、昼夜問わずメッセージ、ツイート、メールを表示して返信していると思いませんか？
9	注意と集中を要する、運転などの作業をしている際にも、メッセージ、ツイート、メールの返信やネットサーフィンをしていますか？
10	携帯電話やスマートフォンを使うことで、生産性が低下すると感じることはありませんか？
11	少しの間でも、携帯電話やスマートフォンがないことに抵抗を感じますか？
12	誤ってスマートフォンを車内や自宅に置いたままにしたり、圏外になったり、壊れたりしたときに、気分が悪くなったり不快になったりしますか？
13	食事中であっても、携帯電話やスマートフォンをテーブルに置いていますか？
14	携帯電話やスマートフォンの着信音、通知音やバイブが鳴ったりしたときに、メッセージ、ツイート、メール、更新などを確認したいという強い衝動を感じますか？
15	特に、新しい情報や重要な情報が何もないとわかっていても、1日に何度も携帯電話やスマートフォンを無意識にチェックしていますか？

今や、なくてはならない存在である携帯・スマホですが、つつい使いすぎではいませんか？

あなたの依存度は…

- 2個以下
：スマホ依存傾向なし
- 3~4個
：スマホ依存の傾向あり
- 5~7個
：スマホ依存症の可能性が高い
- 8個以上
：重度のスマホ依存症の可能性あり

<https://virtual-addiction.com/smartphone-compulsion-test/>