

# 人権コラム 心、豊かに

## ◆ 心まで「虜」にならぬよう

「スマホやめますか。それとも大学やめますかー」。信州大学の学長さんが、入学式で新入生に投げかけた言葉です。

今では、未成年者の約7割がスマホ＝スマートフォンを愛用。その所有率は年々増加傾向にあり、小学生でも4割近くが所有しています。そして、未成年者が使用するスマホは通話よりも、ゲームやインターネットとしての利用が大部分を占めており、いわば「ひとり」で楽しめる便利な道具となっています。

スマホは、大人にも深く浸透しています。大人が使うスマホは、情報収集や連絡手段として、その多機能ぶりを発揮し、使い方によっては大きな貢献をもたらしています。

一方で、マスコミや週刊誌などでは、スマホの悪影響も取り上げられています。電子機器であるがための身体への影響、またスマホを長時間使う小中学生の学力が低いなどの諸説が報じられています。いずれも、その真偽ははっきりしませんが、やはり「使いすぎ」は要注意です。なかでも、最も懸念されるのが「スマホ依存症」。スマホを片時も手放せない状態は深刻な社会問題として専門家も警鐘を鳴らしています。

信州大学の学長さんは、学生の将来を憂慮すると同時に、「スマホに触れる時間を見直し、本を読み、友人との会話の時間をつくり、自分で考える習慣を身に付ける」ことの大切さを強く訴えるため、冒頭の言葉を用いたようです。

人と人とのつながりは、発せられる言葉や人を思いやる心なくしてあり得ません。魅力的な媒体として認められているスマホは、正しく適切に利用すれば、何ら問題ないことは確かです。スマホを上手に操り、スマホの魅力に心まで奪われることのないように。