

スマホの弊害について

テーマに関する説明

現代社会に欠かせないスマホは私たちの生活を便利なものにしたが、その一方で、依存症などの弊害をもたらしている。

プロジェクトの目標と計画

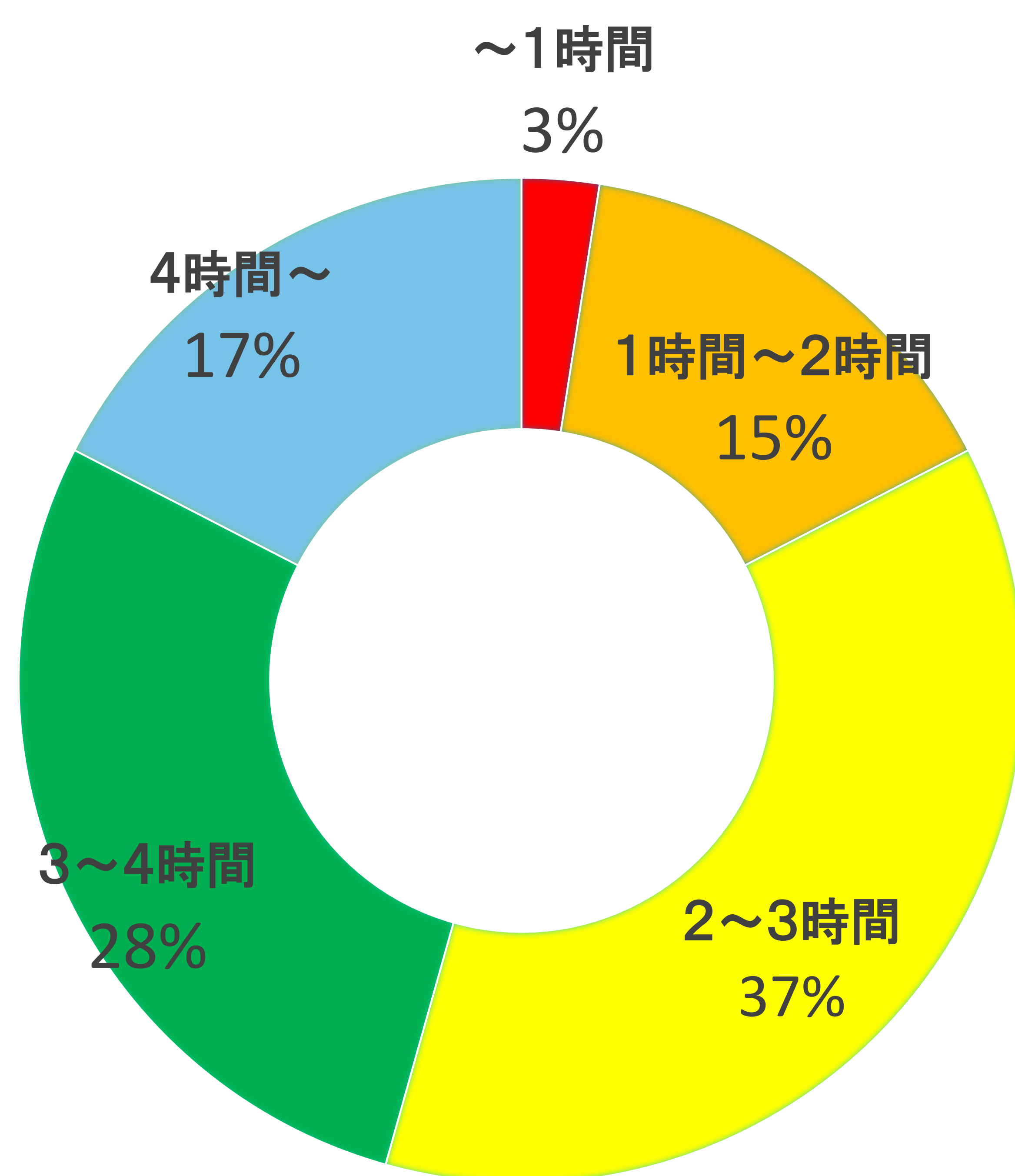
依存症や視力の低下が問題となっているスマホの悪影響を調査し、正しい使い方を発信する。

SDGs との関連



プロジェクトの実施内容

- ・アンケートの実施
- ・テーマに関する調査
- ・改善策の考案



↑本校2年生における1日のスマホの使用時間

視力の低下

⇒目を閉じて眼球運動

姿勢が悪くなる

⇒肩のアルゴリズム体操

睡眠の質が悪くなった

⇒スマホを手離す

悪影響の例

プロジェクトの成果・まとめ

スマホを長時間使用すると、視力が下がったり、姿勢が悪くなったりするだけでなく、睡眠の質が下がった、成績が悪くなった、など様々な被害を被っている。

今後の課題・展望

- スケジュールの管理の徹底
- 目標の具体化

