

チャレンジ Cha(All)nge

「デジタルデトックス」

2学年付き 山下 篤史

生徒たちは、ほぼ全員スマートフォンを持っていると思います。アプリを入れ、自分が使いやすいようにカスタマイズもでき、非常に便利なツールです。さらに近年は、ChatGPTなどの生成AIでキーワードを打ち込むと文章作成やイラスト作成をしてくれます。そんな便利なツールでも裏を返せば、落とし穴があります。便利なものは、人間を退化させてしまいます。

先生は、車に乗り始めたときは、カーナビがありませんでした。そこで目的地まで地図を必死で見て、到着した経験があります。カーナビを入れた途端、地図を見るのがなくなりました。さらにスマートフォンを持ち始め、地図アプリを入れ、それから地図を見る機会がなくなりました。写真を撮るために山に行ったときスマートフォンが圏外になり、遭難しかけたことがありました。たまたま通りかかった登山者に助けてもらいました。もし、地図を持っていれば・・・と思いました。便利さを過信することは、良くないと感じました。

このことを君たちに当てはめると、漢字を書きたいけど、形は何となく出てくるけど、書けない。電卓アプリを用いて、計算することが多く、暗算ができないということがありませんか？「便利なものは、人間を退化させてしまいます。」近い未来、ChatGPTがさらに進化します。人は楽な方に傾くことが多いです。AI(人工知能)が人を支配する映画のような世の中にならないようにデジタルデトックスをする機会を設け、授業や実習を通じて、知識・技術を磨き、自分を高めていきましょう。

AI(人工知能)と人の違いは、自ら考え行動できることです。デジタル技術を使いさらに進化できる人間になりましょう！

デジタルデトックスの効果

- ・気持ちがスッキリする
- ・目の疲れが取れる
- ・頭(脳)の疲れが取れる
- ・睡眠の質が良くなる
- ・ストレスが減る
- ・安心感が増す
- ・五感がさえる
- ・想像力(創造力)が高まる
- ・ひらめきが良くなる
- ・幸せな気持ちになれる



一般社団法人日本デジタルデトックス協会のホームページより (QRより詳細をご覧ください)

		夏季課題	提出日
普通 科目	現代の国語	常用漢字の1・2トライ:P138～P145	試験日:出席番号順にした状態で二階職員室 黒田まで。 ※ワークを失くした者は各自でコピーを取り、それに記入して提出。コンビニ等でコピーできます。
	英コミュⅡ	単語練習プリント両面2枚	課題考査日(9月2日) ※左上をホッチキス止めすること
機械 科	製図(選択A)	「基礎製図 練習問題」プリント 複数枚 (終業式までに配布予定)	9/1(月)帰りのSHR終了後、各クラスの製図係の者が回収し、1組は櫻井先生、2組は榮井先生に手渡しすること。
	機械設計	演習プリント	9/1(月)帰りのSHR終了後、係の人が1階職員室(象橋)のところで提出すること。
電気 科	電気回路	① 電気回路1・2 演習ノート P63～P65 ② 今まで学習したこと(直流回路・交流回路・電磁気・静電気)についてのレポート ※詳細は授業で渡します	9月2日放課後に提出(金中まで)
建築 科	建築構造	建築物調べ A4用紙 (2枚)	始業式【9/1】(建築科職員室前のBOX)に提出 ※ホッチキスで2枚まとめる
	建築計画	住宅展示場へ行って来よう！	A2、1枚のレポート 2学年登校日
土木 科	社会基盤工学	Teamsにて確認問題を解答 社会基盤→夏季課題チャンネルより配布します。	8月31日23:50まで解答を済ませること。

8月12日、13日は、閉庁日となり、電話は、つながりません。

8月25日(月)は、2学年登校日です。

8:30までに登校 SHR 頭髪検査 LHRを実施します。

登校日に提出する課題がありますので、上の表をしっかりと確認すること

9月1日(月) 8:30 SHR 始業式 LHR

9月2日(火) 課題考査 1時間目 国語 2時間目 英語

7月14日 校外学習（大阪・関西万博）

