

14 チコちゃんに叱られる

2025/8/6 白子隆志

NHKの人気番組である、「チコちゃんに叱られる」は皆さんご存じですよ。子供のころはどんなことでも興味をもって、「なんで」「どうして」そうなるのか知りたかったものです。昔は分厚い百科事典をめくっては、世界にはこんなことがあるのかとワクワクして読んでいたのが懐かしく思えます。

一方、大人になり毎日毎日同じような仕事に追われていると、ちょっとしたことにも感動しなくなり、子供のころのように「なんで」「どうして」と調べようとすることも少なくなっています。特に最近では、スマホで検索すれば、かなり専門的なことまで書かれており、簡単に調べることができてしまう便利な世の中になりました。一方で、簡単に調べられるから後回しにしようと思っているうちに「調べること何だっけ」と忘れてしまうことも度々です。重い百科事典を引っ張り出し苦労して探し、読み、あるいはメモしてなどの作業が今はほとんどなくなりました。ひと昔前までは、電話番号や住所も必死になって覚え、連絡帳にしていたのに今はスマホに入れてあるからといって覚えることも少なくなりました(覚えられなくなった)。

インターネットが普及する20年前くらいまでは、論文を書くにあたって様々な文献検索を行い、必要な雑誌のコピーをMR(製薬会社の営業マン)にお願いしたり、図書館で過去の雑誌を引っ張り出しコピーしたり、病院に貯蔵されてない雑誌に関しては全国の図書館にコピーの郵送(FAX)を依頼するなど、準備だけで2-3週間かかったことが懐かしく思われます。今や、生成AIに頼めば文献検索、収集、論文作成までほぼ専門家レベルで医学論文が書けてしまう、SF映画の世界になった気がします。

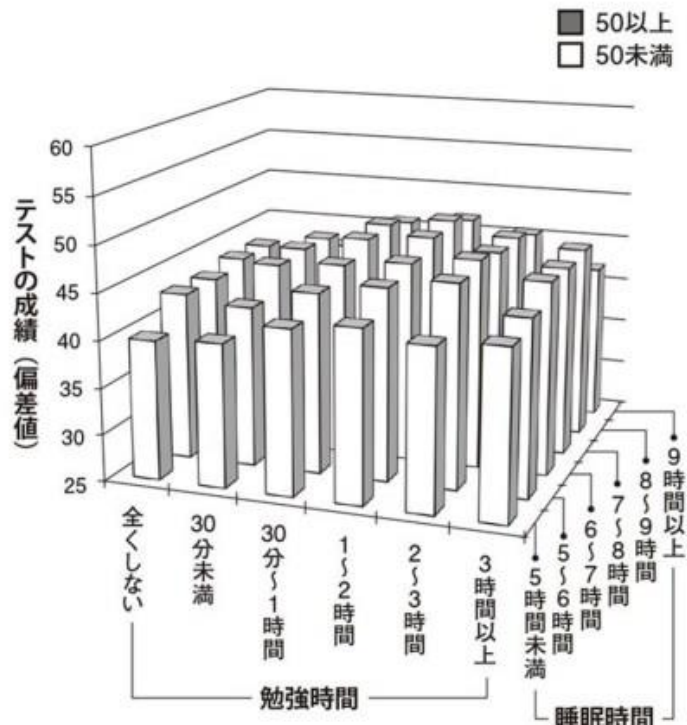
先日のニュースでほとんどの中学校でPCやタブレットでの授業が行われており、デジタルが教育の現場で当たり前になったとしている一方で、実際に自分で文章を書くことができず、書いてもほとんどがひらがなでの文章になったそうです。ある研究では、中学生でスマホを3時間以上使用していると学力の低下がみられ、脳の発達障害をきたす可能性が示されました(スマホ等の使用が3時間以上/勉強・睡眠時間と学力の関係出典=『スマホはどこまで脳を壊すか』図表1)。

人類(他の動物もしかり)は、必要に迫られて順応した者たちが生き残り、進化や発達を遂げてきたと考えられます。また、暮らしの中で苦労したことを改善しようとして、先人たちによって様々な道具が次々に開発や発明がなされ、今の豊かな暮らしを謳歌できるようになった一方で、使わなくなった筋肉や脳の機能は徐々に委縮していくと考えられます。これは企業や病院機能でも同じで、(やむを得ず)やらなくなった業務・診療行為(看護も含め)はできなくなり、再度取り返そうとしたときにはすでにできない、もしくは相当の苦労がいることになります。

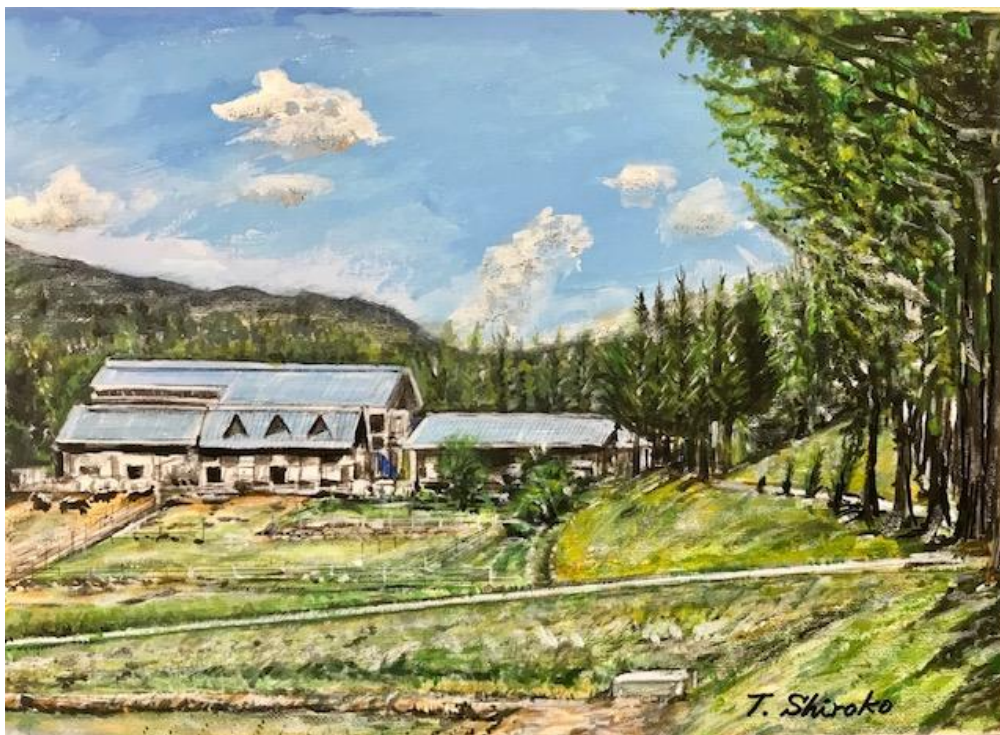
若さを保つ、人間らしく生きるためには、便利な生活はかえって害になる可能性があるのかもしれない。皆さん、「チコちゃんに」叱られないように、色んなことに興味をもって生きていきましょう。

図表1 スマホ等の使用が3時間以上／勉強・睡眠時間と学力の関係

2018年度 小5～中3（40,817人）のうち、平日のスマホ等使用時間が3時間以上のグループ（8,463人、20.7%）
成績：4科目（国語、算数〈数学〉、理科、社会）の偏差値



榎浩平(著)、川島隆太(監修)『スマホはどこまで脳を壊すか』(朝日新書)



夏の農業高校(高山)