

少年

第412号(1) 令和2年7月(文月)発行



山梨県警察本部
生活安全部 少年・女性安全対策課
甲府市丸の内1-6-1
055-221-0110 内線3082
少年対策官 山岸正人



「間」



新型コロナウイルスの影響が続く中、7月いっぱいまでの特別な1学期となります。暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ています。学校が再開され、あわただしい毎日を過ごしていることでしょう。人は、強いストレスを受けている状態で自分の心に入り込んでしまうと冷静な判断ができません。自分の不安やストレスに気づいたら一息入れることが大切です。

「間」の文化

伝統的な日本の芸術、文化にあるものは「間」の文化だという。例えば、龍安寺の石庭。枯山水は日本独自の発想で水を感じるために水を排すという手法で作られている。

欧米の家屋は個室で組み立てられているのに対し、日本の住居は壁が少ないのが特徴だ。ふすまや障子で仕切られて、家の中の空間を自由自在につないだり仕切ったりして暮らしてきた。クラシック音楽は様々な音によって埋め尽くされているが、日本古来の音楽は音の「間」というものが至る所にある。バレエと日本舞踊でも「間」が歴然としている。人との距離間も日本人は特有である。こうして日本人は生活や文化のあらゆる分野で「間」を使いこなしながら暮らしてきた。

この文化の起源は仏教が日本で普及することにより、無常観（この世の中の一切のものは常に生滅流転して不変なものはない）という考えが成立。それが芸術としての余韻、余白などの美として確立し、音楽や舞踊、演劇、武道の間などと結びついた。そして日本文化としての「間」が成立したという。



2015年、アメリカの14歳の少女トリーシャさんはSNSで受けたいじめを苦に13歳の少女が自殺したというニュースを耳にし、ショックを受けた。彼女はユーザーが侮辱する書き込みをしようとした時、「このメッセージは他人を傷つけるかもしれない。本当に投稿しますか？」と表示する「Rethink」という仕組みを考えた。

1500件を対象にこの実験を実施。これを見た93%の若者は投稿を止めた。ネットいじめにつながる発言を減らすことができたのだ。投稿を思いとどまる若者が多かったのは立ち止まり、自分の行為を客観視する「間」が持てたからだ。

日本でも、SNSの利用の浸透に伴い、匿名による誹謗中傷、ネットいじめ、犯罪ともとれる動画投稿など、被害は広がっている。

通信技術の発展は社会に更なる利便性や豊かさをもたらした。一方、私たちは待つことができなくなっているという。

日本特有の「間」の文化。どんな時でも「間」を大切に感じながら生活していきたい。



6秒間

感染流行により「新しい生活様式」が生まれ、私たちの生活スタイルは変化している。家で過ごす時間が増えた一方、外出や活動の自粛があり、ストレスがたまりがちである。思い通りの行動がとれない中、人間関係を良好に保つにはどうしたらよいか。最初の一步が「6秒間の我慢」だという。アンガーマネジメントという感情のコントロールの方法だ。

私たちは、人との関係の中でどうしても冷静さを欠き、感情的な言動を出してしまう。そして、関係を悪化させたり、後悔したりする。

人間である以上、怒りの感情が沸き上がることは自然なこと。しかもそのことに関心があるからこそ怒る。無関心、無責任な人は怒ることはない。関心があること、責任を感じていることについて、理解できない事態が生じたときへの脳の反応が怒りだという。そのときの脳の状態は血流が増え、不必要な酸素が供給され、一種のパニックになっているようだ。

具体的にどうしたらよいか。「怒りを感じたらまず6秒間やり過ごす」。怒りのアドレナリンが出るのは最初の6秒間がピーク。ゆっくり深呼吸したり、その場を離れたりして気持ちを静めるのが最初にできることという。深呼吸をしたとたん、気持ちが落ち着き、今、置かれている状況を冷静に検討できる。深呼吸は緊張する場面、重要な場面などあらゆる場面に役に立つ。

国立成育医療研究センターが4～5月、小中高生やその保護者にインターネットでの調査を実施。「すぐにイライラする」は、小学生34%、中学生の29%、高校生の26%が選択し、ストレスを抱えている現状が浮かんた。

人間関係を悪化させたり、後悔したりしないためにも「6秒の間」、「深呼吸」を身につけたい。



出展：山梨日日新聞「文化・くらし」令和2年6月1日付 日刊警察新聞「平河抄」令和2年6月

子どもたちの精神状態も大人次第によるところも多いはず。私たち大人も上手に「間」を使い、子どもにとって居心地のよい場所を作っていければと思います。

発行番号は昭和61年初号からの通算番号です。

http://www.pref.yamanashi.jp/police/p_syonen/shonenkoho.html

夏休みを前に！ ～安全・安心なネット利用を～

インターネットは、その利便性から様々な場面で利用されています。令和元年度の内閣府による青少年インターネット利用環境実態調査によると、高校生は99.1%、中学生は95.1%、小学生でも86.3%を超える高い利用率です。当然のことながら、間違った使い方をするとその利便性は凶器となることは言うまでもありません。特に近年、SNSをはじめとする交流サイトにおける子供被害は増え続け、昨年度は最多の2082人と発表されました。被害児童の約89%はスマホを利用するとともに、有害情報を閲覧できないようにする「フィルタリング」機能の利用者は、わずか13.5%でした。スマホを持てば、大人であろうと子供であろうと、誰もが被害者のみならず、加害者にもなる可能性を持っています。各家庭で、大人が主導権を握り、しっかりとルールを決め、子供達を守りましょう。

少年・女性安全対策課では、学校や地域団体向けに「インターネット利用の危険性やトラブルへの対処法」等の講話を行っています。気軽に御依頼ください。

サイバー犯罪に巻き込まれないために

①「タップ」する前に疑問を持つ！

- 「無料?」「安くない?」「提供元は?」など常に疑問を持ち、情報収集をし、内容を吟味してから判断をしましょう。
- 迷惑メールも急増しています。差出人不明のメールやそれに添付されたファイルは開かないようにしましょう。

②ID、パスワードの管理をしっかりと！

- IDはネットワーク上で利用者を識別する記号であり、パスワードは使用するための鍵の役割を果たします。安易に他人に教えたり、同じものを使い回すのは避けましょう。

③「冗談」ではすまされない！

- 情報発信が手軽なSNSは、「デマ」や「誹謗中傷」に拍車をかけています。「軽い冗談のつもり」が、名誉毀損罪、侮辱罪、威力業務妨害罪に問われてしまうこともあるのです。個人情報はもちろんのこと、ネットに書き込む内容は、よく吟味しましょう。

④フィルタリングの利用を！

- 青少年が安心してインターネットを利用できる環境の整備のための法律があり、18歳未満の青少年がインターネットを利用する際には、ネット接続提供事業者は、フィルタリングサービスを提供しなければならないことになっています。また、18歳未満が使用者である旨を申し出ること、フィルタリングの説明を受けること、フィルタリングソフトなどの設定を行うことが、保護者の役割となっています。我が子の「心のブレーキ」に応じたフィルタリングサービスを利用しましょう。

第29回全国小学生作文コンクール『わたしたちのまちのおまわりさん』

☆募集期間

令和2年6月11日(木)～9月11日(金)

☆今年度も多数の御応募をお待ちしています。

☆【小学校低学年の部1～3年生】と

【小学校高学年の部4～6年生】の2部門です。

☆低学年の部；B4(400字)原稿用紙2枚以内

☆高学年の部；B4(400字)原稿用紙3枚以内

☆お問い合わせは、各警察署・学校に。

☆入賞者の発表は、令和2年12月上旬

賞の構成

- | | |
|------------------|----------|
| ○内閣総理大臣賞 | 図書カード5万円 |
| ○国務大臣・国家公安委員長賞 | 図書カード3万円 |
| ○警察庁長官賞 | 図書カード2万円 |
| ○日工組社会安全研究財団賞 | 図書カード2万円 |
| ○全国少年警察ボランティア協会賞 | 図書カード2万円 |
| ○読売新聞社賞 | 図書カード2万円 |
| ○審査員特別賞 | 図書カード1万円 |
| ○優秀賞 | 図書カード5千円 |
- ・優秀賞以外は、低学年及び高学年より各1名
 - ・優秀賞のみ、低学年及び高学年より各14名