

人間の生活や社会 全体への影響

1日のスマートフォンを使う時間

スマホの影響・・・

メリットは??

- どこでもゲームや買い物ができるようになった。
- 地図アプリを使うことで道に迷うことが少なくなった。
- 気になったことをすぐに調べることができるようになった。



**ZOZO
TOWN**

デメリットは??

- 人と接する機会が減った。
- 情報格差が大きくなった。
- スマホ依存になる人が多くなった。



ネット依存かチェックしよう。

テクノストレス

情報機器の普及によってあらわれる様々なストレスのこと。

例えば、

- 人の感情を読み取りにくくなり、イライラする。
- コンピュータのことが頭から離れない。
- コンピュータ作業環境から日常生活への切り替えが困難になる。

依存症

コンピュータやインターネットに依存しすぎて、、
コンピュータがないと

ネガティブ

中毒症状

不安症

- コンピュータをつかうのが苦手
- 使いこなせるか不安だな・・・

ストレス

神経過敏

体調不良

VDT症候群

- ディスプレイの長時間の使用から、、

目や心身に支障