

韓国の「デジタルデトックス」ブーム?

キム シンヒョン
太宰府市国際交流員 金辛沄

韓国はスマートフォンの普及率が非常に高く、2022年、韓国の放送通信委員会が発表した「放送メディア利用行動調査」によると、韓国全体のスマートフォン保有率は93.4%に達しており、特に10代から40代まではほぼ100%に近い水準でした。

このような普及率の高さが背景となり、最近韓国では「デジタルデトックス（デジタル断ち）」を試みる動きが若者を中心に徐々に広がっています。その理由は、日常的にスマホやSNSを過剰に使用することによる情報過多、比較文化の浸透、夜遅くまでの使用や通知による睡眠の質の低下、精神的ストレスの増加などが、デジタル疲労やSNS依存の原因として挙げられるからです。

このような状況を受け、韓国政府も対策に乗り出しており、たとえば、「スマートフォン・インターネット過依存予防・解消推進計画」を策定し、実態調査、カウンセリングサービス、教育、広報活動などを実施しています。また、中高生を対象とした「デジタルデトックスキャンプ」や、幼児向けのストーリーテリング型依存予防教育など、様々な年齢層に合わせた取り組みが進められています。2025年には、授業中のスマートフォン使用を原則禁止とする法律改正も可決され、教育現場におけるデジタルとの距離の取り方も見直されつつあります。

このような動きは、日々「つながりすぎている」現代社会において、人々が意識的に「つながらない時間」を求めるようになってきている証とも言えるのではないのでしょうか。

季節の生け花

太宰府市華道連盟



なかしま きみこ
中島 公子 草月流

花材：段竹、栗、菊



太宰府短歌会

スーパーで供花買ふ翁をいくたりか
見たり御盆の前日なれば

朱雀／黒木 邦枝

ステーキを箸で挟んで食っている
想像力の衰えし手で

福岡市／竹森 祐彦

暑さから私のなづきの回線が
狂ってしまったアップデートしたい

糟屋郡／仲道 朋子

十三の孫に浴衣を着せれば
成長ぶりに目を細くする

東ヶ丘／西木 ミヤ子

炎屋を辛くも耐えし家群に
来て笛を止む夜の救急車

大佐野台／宮崎 フミ

太宰府俳句会

持永 真理子 選

静雲の句碑の意深め秋しぐれ

星ヶ丘／柴田 慧美子

指先を紫に染め食ぶ葡萄

馬場／岡 和砂

飛梅句会

介弘 紀子 選

駅一步よりの道連れ月今宵

長浦台／徳賀 美智子

観月や矢つぎ早なる子の奇問

観世音寺／野田 杉子

爽やかや海の匂ひの風走る

青葉台／平野 香

庭下駄で月を見に出る露路の先

朝倉市／味酒 ふじ子

爽やかな風を味方に第一打

青葉台／本山 晴子

宝満句会

菅井 久美子 選

コンビニの灯の煌々と野分中

福岡市／工藤 友子

一人酌むワインに揺るる夜長の灯

高雄台／川路 泰子

秒針を数へて更くる夜長かな

大佐野台／金丸 恵子

野分だつ過ぎ去るまでの室籠り

星ヶ丘／江里口 幸生

都久志てんじん句会

佐々木 甘露子 選

出世する同期夜長の方丈記

小郡市／貞金 志帆

五庄屋の身をうち捨てて男郎花

筑紫野市／寺田 恵子

六畳に玄関ちゃぶ台終戦日

福岡市／宮津 英理子

棚田なる島を黄金に豊の秋

青葉台／彦坂 正孝

太刀洗飛行場かな終戦日

福岡市／塩飽 たか子

太宰府川柳倶楽部

小池 一恵 選

クラス会今年は二人減っていた

福岡市／迎 あゆ子

本気出す孫を相手に腕相撲

観世音寺／松浦 ちえ

コピーした浅い知識が剥がれ出す

松川／山根 清

酒を断つ夫の背なに見る本気

二日市／吉田 敬子

いつの世ももう終わりだと投げるやつ

五条／安枝 昭雄