

太田東西かわら版

おんころころ せんだりまとうぎ そわか

2025. 7

スマホでアホに ～認知症・家庭崩壊という代償～



ここ10年～15年前から大きく世の中が変わりました。
健康を損なっている人が激増しました。奇病・難病も増えています。

以前だったら、病院に行っても治らないというご相談に対して、自信を持って漢方を処方し、望ましい結果を出していました。しかし最近、「何をやっても治らない」という不可解な事例が増えています。

「生活習慣病」。それまでは食生活や運動不足が主な原因でしたが、今やその筆頭に君臨する生活習慣が＜スマホ＞です。

写真のような光景は当たり前。「スマホデビュー、0歳から！」などという風潮に疑問を感じない人は、スマホに洗脳されているかも。

上京した際に、しばしば目にする光景の一つが
電車内で乗客全員が片手にスマホを抱え
片手でタップして、画面を凝視する姿。



私は人と同じ事をするのが大嫌いなので、電車内
ではスマホを手にしません。人間観察しています。
およそ昔は、本を読んでいるか、イヤホンで音楽
聴いているか、目を閉じて寝ているかだったのに。

それは長崎でも目にします。早朝のバス、昔は寝ている人が多かった。
しかし今や“眠気に打ち勝って”スマホしている。通学途中にゴミ出し
する高校生の、反対の手にはスマホ。スマホをしながらのゴミ出し……。

まずはスマホ。時間があればスマホ。スマホがあれば全知全能気分。
そんなスマホ至上主義の今、子どもたちにも異変が起きています。

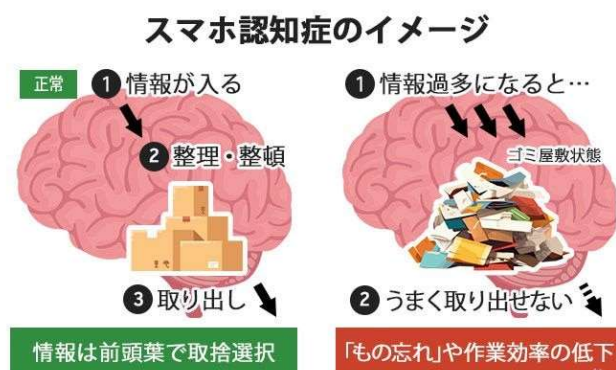
不登校・朝から起きられない・頭痛持ち・うつ傾向の小学生・中学生が
目立っています。笑顔がない、感情がない、無表情の子どもたち。

認知症と言え、高齢者の出来事というのが世間の常識。
それが今や、それは中高年世代から若年層まで拡大されています。
昭和・平成にはなかった、令和に誕生した病名が

<スマホ認知症>

スマホで、「スマホ脳」になり、「アホ」になる。

アホ＝記憶障害、理解・共感障害。人間関係に障害をもたらす脳機能障害。



スマホから大量の情報を受信した脳は、情報のゴミ屋敷と化しています。

「掃除好き、キレイ好き、片付け上手な人に認知症は少ない」と知られていましたが、スマホ認知症予防にも、掃除・断捨離が効果的です。

掃除の時は、スマホは手にしない。必然、スマホ視聴時間は減ります。否、掃除機かけながらスマホ見ている人は・・・「アホ一直線」です。

誤解を恐れずに言えば・・・

私含め、50代以上の大人は、スマホでアホになって健康寿命を縮めてもいいと思うのです。スマホ無き良き時代、それなりに享受してきたから。

しかし問題は、今の子どもたちです。

幼児～小学生～中学生。人生前半で脳を「アホ」にされては大変です。将来自分が何をしたいのか？ 自分に向き合う時間・意識をスマホに奪われて認知症になる。後悔しても遅い。誰も責任を取らない。

SNSで他人の動向を追うのが日常茶飯事。他人と自分を比較しながら自分の居場所・レベルを探ろうとする。対面での人付き合いが苦手になる。自分に自信がない若者ほど、人に相談しようとせず、スマホで調べる。

心の崩壊だけではなく、スマホは身体も崩壊させます。

眼精疲労、ドライアイ、弱視という一般的症状だけではなく、器質的な目の症状が急増しています。

代表が「斜視」。

至近距離を長時間、直視しているのが原因。

スマホ認知症と同様、スマホ斜視も元の状態に戻ることはありません。

スマホのやり過ぎは体に悪い。それはなんとなく誰でもわかっている。でも、止められない。でも、手放せない。気づけば握っている。

世間をあっという間に席卷（せっけん）した、文明の利器＜スマホ＞。その人類への貢献は認めるところですが、その健康被害は甚大です。

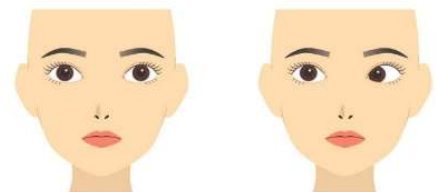
スマホ急性内斜視とは？

●片方の目が内側に寄ってしまう

「内斜視」とは、右目と左目のどちらかが内側に寄っている状態のことです。そのうち、スマホやタブレット、携帯ゲーム機などを見る時間が長くなった後に起こるものを「スマホ急性内斜視」といっています。

【正常な目】

【内斜視】



片方の目が内側に寄っている

スマホを利用するのではなく、いつしかスマホに利用される。
所詮はそれを扱う人間の自己責任。しかし自己責任で済まされない、悲惨な顛末（てんまつ）が勃発しています。それが

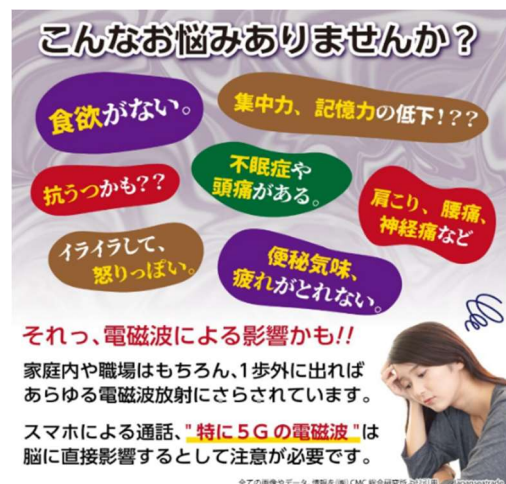
「家庭崩壊」。

家族の団らん、コミュニケーションをはかる貴重な時間が「食事」。
“絶対防衛圏”であるその食事時間にも、スマホが侵入しています。
スマホ視聴しながらの食事は当たり前。家族全員がイヤホンをして
料理や家族の顔を見ることなく、動画や漫画を視聴しながら食べる。
早くスマホをしたいからと、早食いして自分の部屋でスマホにふける。

調査では「別居・離婚・不倫」も増えています。
ちょっとした出会いから LINE 交換して、深い関係になっていく。
職場の飲み会、同窓会の出会いから LINE 交換して、アバンチュール・・・

夫婦で親子で毎日向き合ったって、話すこともない。楽しくもない。
でも、スマホはワクワクする新しい情報と出会いを供給してくれる。
YouTube 視聴時間のほうが、家族と居る時間よりも、はるかに楽しい。
一人だって寂しくない。無料ゲームは 1 日中でも飽きない。

昔、日没後は外界との関係は薄れ、家族だけの時間がありました。
それが今、昼夜関係なく、いつでも他人とつながれるようになった。
家庭崩壊どころではなく、もはや国家存亡の危機。



ほかにも「姿勢」の問題。スマホ・WiFi からの「電磁波」の問題。

自分や家族の不調の原因が「スマホにある」という認識なく、病院に通い薬を飲み続ける。それが根本原因だとわかってても、きっと止められない。

太田東西薬局もスマホの前には、お手上げです・・・・・・m(_)_m