

子どもたちの「あふれる笑顔 きらめく瞳」をめざして

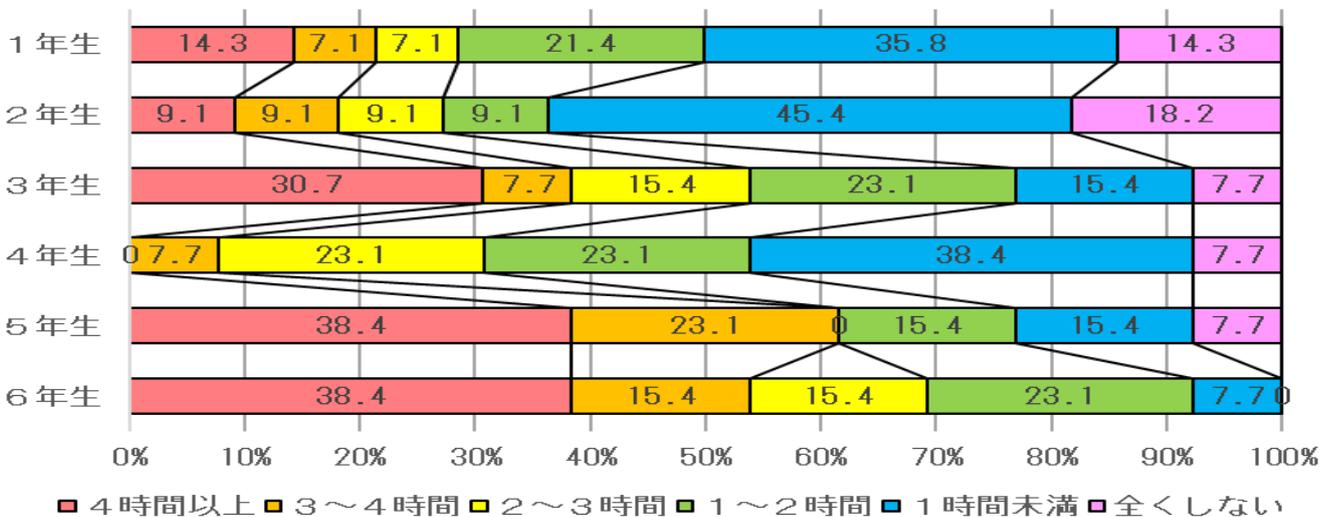


中学校区一貫教育校園 玉野市立玉小学校 学校だより第18号 (令和4年10月6日)

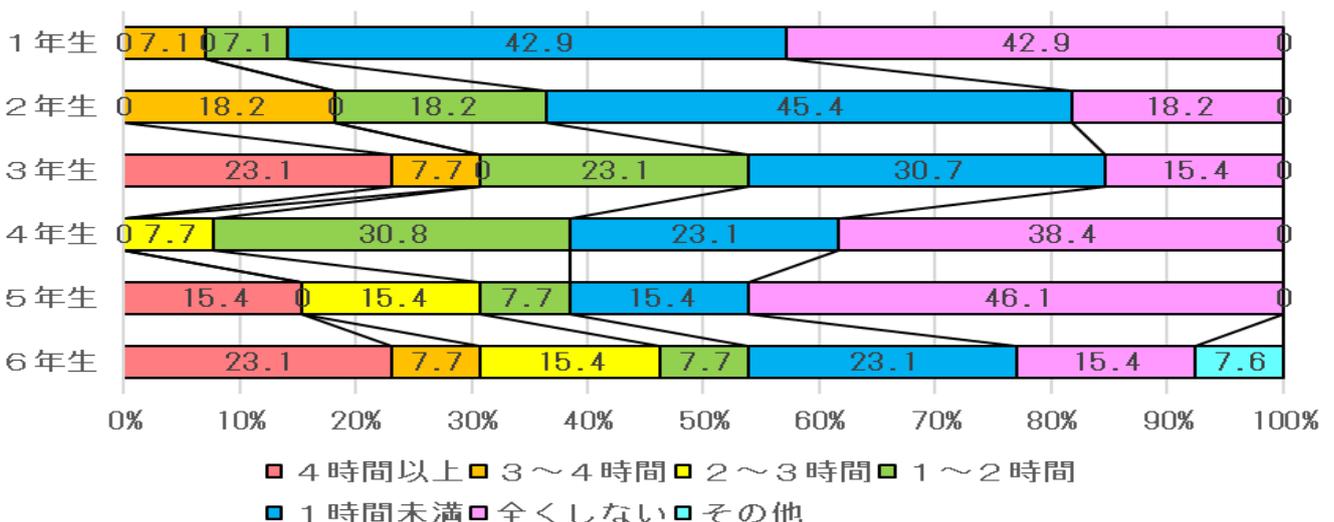
どのくらい使ってる？ (ゲーム・ネット時間調査結果より)

本日、全国・岡山県学力・学習状況調査（3～6年生対象）の結果を当該学年の児童と保護者の方にお知らせしました。その中で、本校児童（5・6年生）はゲーム・インターネットの使用時間が全国・岡山県・玉野市の結果と比べて長いことをお知らせしました。「1～4年生はどうかのだろう？」と生徒指導部が調査用紙を作り、1～4年生にも答えてもらい、本校児童の傾向を確認しました。（5・6年生は岡山県・全国調査の結果を使っています）保護者の方々にも関心をもってもらえるように結果は校内にも掲示しています。

1日あたりのゲーム時間



1日あたりのインターネット使用时间



玉小版

ゲーム・ネットの長時間使用はなぜいけないの？

「ゲームやインターネットの世界は楽しいからついやってしまう」という気持ちは十分わかります。Web で調べると、ゲームやインターネットをすると「集中力や創造力が高まる」「空間認知能力が高まる」等の良い影響もあると書いており、その通りだと思います。

今、私たちが一番問題にしているのは【時間】です。自主勉強を含めた家庭学習の時間をゲームやインターネットに使っている人が多いことが玉小の課題です。学校日より第4号でお知らせした通り、ゲーム・インターネットの使用時間が1時間程度（未満）であればさほど悪い影響はないそうです。しかしそれ以上の長時間となると良い影響より悪い影響が多くなってきます。他にも以下のような影響があります。みなさん、あてはまるものはありますか？

からだへの影響
■視力が低下した ■体重が急激に増えた/減った ■授業中の居眠りが増えた ■筋力や体力が低下した ■頭痛やめまい、吐き気が生じるようになった
こころへの影響
■イライラする/怒ることが増えた ■ゆううつな気分になることが増えた ■何かに興味を抱く/感動することが減った ■ネット・ゲーム以外の活動にやる気が出ない ■充実感や満足感があまりない
生活への影響
■寝つきが悪い/朝起きられない ■昼夜逆転している ■勉強の成績が下がった ■遅刻/欠席が増えた ■リアルで友人との関係を築くのが難しい ■リアルの友人と過ごす時間が減った ■アイテムが欲しくて課金を繰り返した

【参考】学校現場におけるネット・ゲーム依存予防対策マニュアル(令和3年3月 香川県教育委員会)

児童のみなさんの中には「ゲームやインターネットは世の中からなくなならないし、新しいものがどんどん出てくる。やっていたら楽しいからやりたい。」、保護者のみなさんの中には「子どもがずーっとやっているのは心配。」という思いをもっていると思います。一番大切なのは、「どう使うか」を親子で話し合い、ルールを作って、実践することです。

【参考】 岡山県教育委員会より「ルール作りは大切だけれど、ポイントは何なのか？」が分かる資料として、岡山県教育委員会が出している資料を載せます。

【時間】【場所】【場合(状況)】を親子で話し合って決めることが大切ということですね。

保護者のみなさんには**子どもが自分でコントロールできるように【見守り】【アドバイス】**をお願いします。

2019年、WHO(世界保健機関)がゲーム依存を“病気”として認定しました。今年(2022)から適用されています。玉小のみなさんの中には、そこまでの人はいないと思いますが、「ゲームがやりたくて、やりたくて他のことが手につかない」「ゲームをする時間や回数を自分でコントロールできない」等が続く場合は、れっきとした病気の治療が必要だということです。そうならないために、ゲームやネットに自分がコントロールされず、自分でコントロールできるようにしましょう。