



令和 2 年 2 月 7 日 柿崎小学校発行

ゲーム依存から子どもを守る

校長 上野 宏

メディア利用については、数年前から「1日2時間以内に」と、学校や市P連など様々な教育団体から呼びかけられていますが、ご家庭ではいかがでしょうか。1月の学校保健委員会で上越教育大学の田邊先生から「ゲーム依存」というお話をお聞きし、改めて、利用時間を守ることが大切と思いました。

世界保健機関（WHO）では、2018年にオンラインゲームやテレビゲームのやり過ぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」を新たな依存症として認定しています。次のような様子がポイントだそうです。

- ・ゲームをしたい衝動が抑えられなくなり、日常生活より優先させる。
- ・健康を害するなどの問題が起きてもゲームを続けたり、一層エスカレートしたりする。
- ・家族や社会、学業、仕事に著しい障害がもたらされる。
- ・こうした症状が少なくとも12か月続く

田邊先生によると、オンラインゲームには、薬物のような中毒性があり、これまでのオフラインゲーム（インターネットにつながらないゲーム）に比べ、依存症になりやすいそうです。ぜひ、今一度、メディアの危険性と利用の約束をお子さんと確認し合い、健全な楽しみ方をするようご指導ください。

なお、12月12日付けの「ネット通信ゲームに係る注意喚起と家庭における管理のお願い」で紹介しましたが、お子さんの状況に心配がある方は、早めに医療機関にご相談ください。近隣では、[さいがた医療センター（TEL 534-3131）](#)に外来があるとのことでした。

3学期早々に流行したインフルエンザは、今のところ落ち着いていますが、新型肺炎の広がりも気にかけているところです。学校では、マスクの着用、手洗い、うがいの励行を継続指導しています。引き続き、ご家庭でも健康管理について、ご指導をよろしくお願いいたします。

