



「ゲーム障害（依存症）」について



「ゲーム障害」とは、「ゲームの利用時間などを自分でコントロールすることができず、健康を損なうなどの影響が出ているにもかかわらずゲームを続けてしまう状態が1年以上続いていて、日常生活に支障を及ぼしている状態」として、2019年5月にWHO（世界保健機関）によって国際疾病に加えられた病気です。

「ゲーム障害」は、依存症の一つです。ゲームにのめり込むうちに脳の働き方に変化が起こり、昼夜逆転や食生活の乱れ、遅刻や欠席、学力低下などの初期症状が見られ、視力の低下や筋力・体力が落ちるなどの「からだ」の症状、イライラする、興奮しやすい、落ち込みやすいなど「こころ」の症状を引き起こします。（注意：これらの症状があるからと言って「ゲーム障害」というわけではありません。）そして、現在、この「ゲーム障害」を完全に治すことはなかなか難しいと言われています。

依存症にならず楽しくゲームをするために次のことに気を付けてほしいと思います。

- ※ ゲームを使うときのルールを必ず決める。（平日と休日の使用時間、ルールを継続して守れたときや守れなかったときの対応など）
- ※ ルールは家族で話し合っで決める。
- ※ ゲーム以外の時間も大切にする。（習い事、スポーツ、会話、外遊び、家族の手伝い、勉強など）



暴力的なゲームが子どもに与える悪影響

精神科医の岡田尊司氏は、現代のいじめ、家庭内暴力、引きこもり、異常犯罪の低年齢化などの問題は、ある種の暴力的なゲーム（ネット、テレビ、ビデオなどの暴力シーンも含む）が原因の一つであることを指摘しています。

- 攻撃性を高める。
- 暴力シーンを見過ぎて、暴力に対して無感覚になり、本来、人として感じるはずの暴力に対する嫌悪感がなくなる。また、暴力をやめなければという危機感もなくなる。ゲームの時間が長ければ長いほど暴力シーンを見るとワクワクする子どもが増える。
- 相手の気持ちや弱い立場の者への共感や思いやりがなくなる。

生福小学校でも、無料でダウンロードできるバトルロワイヤル（プレイゾーンの中で最後の1人になるまで倒し合うゲーム）『フォートナイト』などを楽しんでいる子どももいるようです。『フォートナイト』は対象年齢が15歳以上とされていますので、子どもに与える悪影響が懸念されます。ご家庭での保護者による見守りについてもよろしくお願いします。

集団宿泊学習

9月27日～29日、南薩少年自然の家において5・6年生合同の集団宿泊学習が行われました。

テント設営や野外炊飯、キャンプファイヤー、サイクリング、カヌー体験など、全てのプログラムを無事に実施できました。

親元を離れての2泊3日の集団生活。様々な体験活動を通して、みんな成長したようです。「心のリレー」「明るいあいさつ」「10分

前行動・5分前集合」今回の学習で学んだことを、これからの生活に活かしていけるといいですね。



生福クリーン作戦

10月6日、1・3・5年生による「生福クリーン作戦」が行われました。

空き缶やプラスチックごみ等、意外とたくさんのごみびっくり。みんなの協力で、生福の町もきれいになりました。これからみんなも意識して、きれいなまちづくりを進めていきましょう。



生福オリンピック開催！

本年度も市陸上記録会が中止になったため、10月8日(土)に生福オリンピックを開催しました。自分が取り組みたい競技を選択し、目標に向かってチャレンジしました。

自己新記録を出したり、目標達成したりと充実した一日になりました。これからも、自分を高める努力を続けていきましょう。



合同学校訪問

子どもたちの素晴らしさをアピールしました！

9月12日、鹿児島教育事務所、市教育委員会の13名の先生方が生福小に来られて、子どもたちの学習の様子を参観されました。

授業では、タブレットや電子黒板などのICT機器を使った学習に興味をもたれていたようです。先生方からは、「生福小の子どもたちは活気があって元気」「学校が明るい」等とお褒めの言葉を多数いただきました。



あいさつ運動・ボランティア活動

今年も生冠中学校のお兄さん・お姉さんたちと一緒に「あいさつ運動」が行われました。

朝から元気なあいさつで、気持ちのよいスタートを切れました。あいさつ運動の後は、みんなでボランティア活動。生福小学校のみんなの『素敵な姿』が見られました。



11月の行事予定

1日(火) 地域が育む「かごしまの教育」
県民週間(～7日)

2日(水) 学校運営協議会

6日(日) 学習発表会

7日(月) 振替休日

8日(火)～15日(火)

いい歯ニッコリ生福週間

12日(土) 西岳登山(3年)

18日(火) 高齢者との触れ合い活動

25日(金) 英国留学生記念館見学(6年)

25日(金) 家庭教育学級(視察・給食試食)

30日(水) 家庭教育学級(人権教育)

※ 生福小学校ブログ「伸びゆく若木」も
右のQコードからご覧ください。⇒



