



学園広場

<http://hachioji-school.ed.jp/swas/index.php?id=takao3g>

令和6年12月1日

学校だより 289号

八王子市立高尾山学園

校長 黒沢 正明

ゲーム・ネット依存

副校長 山田 和也

親として、子どもとネットやゲームの良い関係をつくる事にかなりの難しさを感じています。現在、高校生と小学生の子どもがいる我が家に、一時期だけゲーム機があったことがあります。ゲームソフトは1つだけ。それも小中学生の流行とは全く違うもの（マニアックなレースゲーム）でした。直ぐに飽きるだろうと思っていましたが、兄弟ともにかなり入れ込んでしまい1時間が2時間とどんどんゲームの時間が延長されました。その結果、家庭学習はもちろん食事や入浴等の生活の優先順位が下がり、ついにゲームが生活の最優先となってしまったのです。そこで私の我慢の限界が来てしまいゲーム機材は全て処分。それ以来、ゲームとは無縁の生活でした。しかし、兄が遠方の進学となりタブレットとスマートフォンが必要になりました。弟も欲しがったため、約束を付けてタブレットを与えました。当然ですが、スマートフォン、タブレットでできるゲームやSNSの魅力は絶大であるため、親預かり(取り上げ)という方法で現在も子どもと戦っている状況です。ゲームと子どもの適切なバランスは、とても難しいと感じています。

6年前、「ゲーム依存」についての専門医の講演会を紹介してもらい、家族で聞きに行ったことがありました。これを思い出しネットで検索してみると、現在も多くの子どものたちがかなりの重症度で困っていることが分かりました。本人や医師の意見があったので、下にその一部をご紹介します。

- ・「ゲーム依存は脳が覚えた習慣。一度身についた行動のくせは数カ月という単位では修正できない。一度改善しても、薬物やアルコール依存と同じように何かのきっかけでまた元に戻ることもある。地道に長い時間をかけて治していくしかない」。(医師)
 - ・「ゲームは自分のペースで遊べるうえ、仲間から称賛されれば非常に居心地が良い逃げ場になってしまふ。」(当事者)
 - ・「より強い刺激を求めてゲームへの渴望がますます強まり、逆にゲームを中断されると想定されていた快感を得られなくなるため怒りがわきあがる。」(当事者)
 - ・「ゲームのしすぎでおかしくなっていた。家族も壊れて異常な状態でした。自分でも病的と思いながら、どうしていいかわからなかった。」(当事者)
 - ・「現実より居心地が良くなり、やめられなかった。ろくに勉強せず毎晩ゲームばかり。いま思えば逃避でした。」(当事者)
 - ・ネット使用の習慣がなかったり少なかったりした子どもは、物事の認知機能に重要な役割を果たす大脳皮質と大脳白質が順調に大きくなっていた。体積にして約50ccだ。しかし、ほぼ毎日使う子どもは、体積の増加がほとんどゼロだった。(医師)
- (産経、朝日、東京新聞)

これらを読んで、私はかなりの危機感をもちました。タブレットやスマートフォンを開けば、広告としてゲームの紹介が当たり前にあります。これを無視できる子どもはいないでしょう。故に親としてどうするかは、その責任として子どもに区切りは付けてあげないと「ゲーム依存」という状況に誰でも陥ってしまうのだと考えます。ご家庭で話題にしてみてください。

【参考】独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター

ネット・ゲーム依存症スクリーニングテスト <https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/>



12月の行事予定

日	曜	学校諸行事	給食	下校時刻
1	日			
2	月	個人三者面談始 中3進路面談始 午前授業	全校×	12:50
3	火	個人三者面談 中3進路面談 午前授業	全校×	12:50
4	水	個人三者面談 中3進路面談 午前授業	全校×	12:50
5	木	個人三者面談 中3進路面談 講座(5)	○	16:00
6	金	個人三者面談終 中3進路面談終 午前授業	全校×	12:50
7	土			
8	日			
9	月	安全指導	○	14:30
10	火	講座⑥ 八王子市学力調査 専門・中央委員会	○	16:00
11	水	プレイルーム企画	○	16:00
12	木	講座(6)	○	16:00
13	金	放課後カフェ	○	16:00
14	土			
15	日			
16	月	私学入試相談 ALT	○	16:00
17	火	講座⑦ 避難訓練	○	16:00
18	水	ALT	○	14:30
19	木	講座(7) ALT	○	16:00
20	金	4校時冬迎祭前日準備	○	14:20
21	土	小中一貫教育の日 学園四季祭『冬迎祭』 学校運営協議会	全校×	14:20
22	日			
23	月	冬迎祭振替休日		
24	火	4時間授業(月曜時間割)	○	14:30
25	水	合同学活 中2移動教室説明会(11:30~)	全校×	11:30
26	木	冬季休業始		
27	金			
28	土			
29	日			
30	月			
31	火	大晦日		
1月		1日元旦		
7	火	冬季休業終		
8	水	合同学活 午前授業 安全指導	×	11:30
9	木	講座(8)	○	16:00
10	金	避難訓練	○	16:00

お知らせ

個人・三者面談、中3進路面談

12月2日(月)～6日(金)の期間に個人・三者面談、中3進路面談が開催されます。既にお手元に日程決定のお知らせが届いていると思います。短い時間ですが、お子様の学校生活の様子や保護者から見て気になっていること、心配なこと、保護者と学校が相互に理解し、学校と家庭でどのようにお子様を支えていくかを確認します。

中学部第3学年では、いよいよ志望校等が決定し出願等につながっていきます。短い面談時間ですので、ご家庭でも進学先についてお子さまとよく話をきていただければ幸いです。



学園四季祭(冬迎祭)について

12月21日(土)に小中一貫教育の学園四季祭「冬迎祭」が開催されます。「冬迎祭」は季節感のある日本の食文化や伝統行事を肌で体験し、経験を深め、クラスや学年、保護者、教職員(来賓)との交流を深め、行事の雰囲気味わうとともに、自らの役割を認識し、仲間と協力して取り組む力を培う行事です。おもちの代金として、当日に参加される来賓や保護者からも300円徴収させていただきます。

(児童・生徒、教職員は事前に徴収)来賓、保護者のご参加をお待ちしています。



放課後カフェ

12月13日(金)15時25分から放課後カフェを開催します。今回も子ども食堂様よりお菓子を提供いただきました。育て上げネット、東京学芸大学心理カウンセラーの方も相談にのってくれます。

保護者の皆様もご参加ください。



ホームページ災害時情報掲示訓練 災害ダイヤル訓練について

令和7年1月15日(水)10時から災害用ダイヤル訓練と災害時情報掲示訓練(ホームページ上)を実施いたします。発災時のいざという時のために、ご確認ください。