

青少年育成センターだより

第110号 2021.5.1

防府市教育委員会生涯学習課

青少年育成センター

0835-23-3013



♪ やねよりたかい こいのぼり おおきいまごいは おとうさん
ちいさいひごいは こどもたち おもしろそうに およいでる



車で走っていると鯉のぼりが気持ちよさそうに泳いでいるのが見えました。子どもたちも鯉のぼりに負けないようにたくましく育てて欲しいものです。

ゲーム依存について考える

「子どもがゲームばかりしている。どうしたらいいのでしょうか?」「ゲーム依存について相談ができる病院を教えてください」と、電話による相談を受けることがあります。

このような悩みをもっておられる親御さんも多いのではないのでしょうか?

先月、新聞にゲーム依存についての記事がありました。

・・・京都市に住むフリーターの男性は2年前、病院の検査で出た肺活量の数値に目を疑った。体重も40キロ台になっていた。「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」。ひどい時で1日16時間。画面をつけたまま2、3日過ごした。・・・

・・・ゲームへの執着は止まらず、やがて無気力になり、学校を休みがちになった。「うるさい、黙れ」母に注意されると暴言で返した。後ろから母を思いきり蹴り飛ばし、ケガをさせたこともあった。・・・

・・・地元で通院しながら、病と向き合う。スマホには時間制限アプリを入れ、深夜0時以降は触らない。それでも動画を頻繁に見てしまう日もある。ゲームは半年以上していないがいつ再発してもおかしくないと感じる。・・・

・・・中2の息子は緊急事態宣言中、朝からゲーム・ネットばかりでその後は学校・塾を休みがちに。行っても意味がない、つまらないを連呼し、(自ら頭髪を抜く)脱毛症になった。・・・

記事は、このような凄まじい事例の紹介。また、昨年、今年とコロナ禍でゲーム依存の患者が増えていることも記されてありました。

このセンターだよりを読んでおられる親御さんの中には、「もうすでにスマホ・パソコン・ゲーム機を買い与えている」という方、これから、「買ってくれと言われているがどうしようと考えている」という方など、それぞれでしょう。

ここで、子どものゲーム遊戯にどのように向き合ったらよいのか考えてみましょう。

1つ目に、「スマホ・パソコン・ゲーム機を購入する前に、親子で話し合い、遊戯についての約束事(遊戯時間、行う場所等)を決めておく」

2つ目に、「家に閉じこもらないように、外で遊ばせる。できれば、親子一緒に遊び、外遊びの方がゲームをすることよりも楽しいことを体感させる」

3つ目に、「長時間遊戯できないように、スマホに時間制限アプリを入れておく」

4つ目に、「時には、親子で一緒にゲームをする」

5つ目に、「ゲーム依存がひどいと感じられた場合は専門医に相談する」 等々

大切なことは、子どもによく関わり、話し合う時間をもつことなのではないでしょうか。

(文責=青少年育成センター指導員 藤村)