

やりたいこと（学習・読書・趣味・ゲーム等）と睡眠の時間の使い方を考えます。

去る11月23日は勤労感謝の日であるとともに「ゲームの日」でした。ゲームの日と定められた理由は、仕事や勉強の尊さをはっきり自覚しながら、ゆとりある遊びとしてのゲームを楽しみ、ゲームと生活との調和が感じられる日とするために、「勤労感謝の日」を記念日としたそうです。

こんな理由にも関わらず、うまく家庭での時間を使えていない人、大切な学校生活に支障をきたしている人が世界的に増えていて、残念ながら本校でも数名見受けられます。

おとなり中国では、18才未満を対象に、オンラインゲームをできる時間を「週末の金曜日、土曜日、日曜日および祝日の午後8～9時の週3時間まで」に制限するゲーム規制が発表されました。日本でも香川県で、「ネット・ゲーム依存症対策条例」を制定されました。これほどゲームのデメリットに危機感を覚える人が世界的に増えているということです。

心配する人たちの主な主張は、

- △①ゲーム依存の可能性
- △②課金への自制がきかない可能性
- △③視力の低下
- △④表現が過激なゲームがある
- △⑤外で遊ぶなど実体験を伴った遊びに興味が向かなくなるなどです。あてはまるお子様はいないでしょうか？

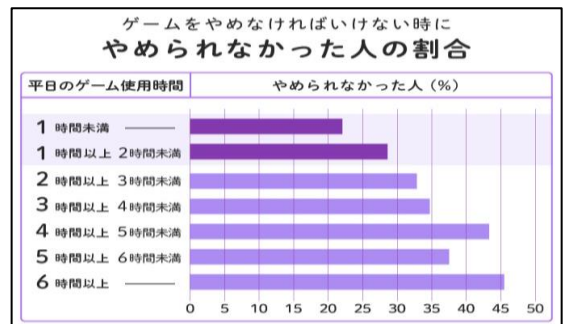
一方、ゲームのメリットを主張する人たちの意見としては、

- ①友達、親子とのコミュニケーションに役立つ
- ②ゲーム内容から学べることが多い
- ③物理的に離れた友達とも遊べる
- ④身体能力に関係なく遊ぶことができる
- ⑤やるべきことを先にやる習慣が身についた、などです。

コンピュータエンターテインメント協会としても、ゲームを安心・安全に楽しむために必要な取組として、

- ◇①適正な利用時間の設定
- ◇②年齢に合ったソフトの選定
- ◇③インターネット接続の制限
- ◇④有料コンテンツ利用によるトラブル防止を掲げており、

何よりも大切なことは『家庭内でしっかりルールを決めてもらうこと』だとして、業界として制限機能の活用やゲーム利用の健全化に関する啓発活動を進めていくということです。



三方中学校といたしましても、6月に敦賀署のスクールサポーターの方に来ていただき、1年生と3年生を対象に、「ネット被害の防止」についてお話していただきました。また、来る12月21日(火)には、1年生と希望される保護者を対象に、佛教大学の原清治先生に、「中学生のネットやゲームへの依存、学力低下や人間関係への影響」などについてお話いただくことになっています。ご都合がつかましたら、ぜひおいでください。

昨年の今頃、生徒指導の小辻教諭がノーネット・ノーメディアキャンペーン結果を分析しましたところ、「平日1時間+休日3時間以上ネットを利用した人」とそれ以下の利用時間の人との期末テスト平均点の差は、なんと25点にも及びました。

そこで、来週30日(火)から12月13日(月)までの2週間、生徒一人一人に、①自分自身の生活リズムを把握してもらい、その危険性や改善点に気づいてもらう、②時間を意識してより良い家庭生活を送るきっかけにってもらう、ことを目的に『睡眠・朝食調査』を実施いたします。冬休み中に高橋養護教諭が全生徒の調査票を分析し、コメントを加えます。1月11日(火)の始業式に返してもらったら、1月12日(水)～17日(月)は『生活リズム改善週間』として取り組んでもらう計画です。

家庭と学校がスクラムを組んで、7時間以上の睡眠時間を確保し、規則正しい生活習慣をつけて、『健康でたくましい心と体を育てる!』ために、ご協力のほどどうかよろしくお願いいたします。