

一人一人が心や思いを込めて自己表現し、最後まで輝いていた子どもたち！
温かいご声援や励まし、本当にありがとうございました。

10・11月には、「コスモス発表会」、合唱部のコンクール、舞踊部の発表等、子どもたちが練習の成果を発表する機会がたくさんありました。一人一人のお子さんが目標に向かって、本当によくがんばりました。本番でも、自分の力を十分に発揮し、最後までやり遂げる姿、本当に輝いていました。保護者の皆様のご支援・ご協力があったからこそだと思っております。



子どもたちは、自分たちのがんばっている姿を見てもらえることが大好きで、そして、うれしいものです。「学校へ行こう週間」での自由参観や親子での学年行事など、保護者の皆様に見ていただき、一緒に参加していただき、子どもたちのいつも以上に笑顔で頑張っている姿がとても印象的でした。今後も機会あるごとにお子さんの様子をご覧いただき、励ましの言葉をいただければ幸いです。



学校でも、お子さんが学習や生活はもちろん、様々なことにも前向きにチャレンジし、最後までやり遂げられるよう、教職員も一丸となって指導に当たっていきたいと思います。今後ともご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

ゲームのやり過ぎによる問題とその対策について

もう一度ご家庭でもご確認ください。

現代の子どもにとって、ゲームは身近な娯楽になっています。ゲームをすることは悪影響だけではなく、適度にプレイすれば良い影響もあります。

<良い影響>

- 思考力・判断力の向上・・・戦略ゲームやパズルゲームなど
・様々な状況で素早く判断し、問題を解決する能力が求められる。
論理的思考力や問題解決能力の向上に役立つ可能性がある。
- 想像力や表現力の向上・・・シミュレーションゲームなど
・プレイヤーが物語の主人公となり、様々な冒険を体験することで、想像力が刺激され、自己表現力も向上する可能性がある。
- 協調性・コミュニケーション能力の向上・・・オンラインゲームなど
・他のプレイヤーと協力してゴールを目指すことがあり、チームワークやコミュニケーション能力が育成される可能性がある。

<ゲームのやり過ぎによる悪影響>

- 健康面への影響
・視力の低下：長時間画面を見続けることによるリスクが高くなる。
・睡眠障害：夜遅くまでプレイすることで、朝起きられない。授業中の居眠りや集中力低下。
・運動不足：屋外での活動が減り、体力低下や肥満のリスクが高くなる。
- 精神面への影響
・情緒不安定：やり過ぎにより、集中力の低下や情緒不安定を引き起こす可能性がある。暴力的なゲームを長時間プレイすることで、攻撃性に影響を及ぼすこともある。
・ゲーム依存症：ゲームに対する強いこだわりが日常生活に支障をきたす場合、専門的な支援が必要となる可能性がある。（何もやる気がしない、家から出られない等）
- 学業や社会性への影響
・学力の低下：勉強時間が減少し、学力が低下する可能性がある。文科省の調査では、平日のゲーム時間が長い児童ほど、学力テストの平均点が低い傾向にあるとの結果が出ている。
・社会性の発達：オンラインゲームを通じて他者とのコミュニケーションはとれる。実際の対面でのコミュニケーション能力が低下する恐れがあり、リアルな友人関係を築くことが難しくなる可能性がある。

<やり過ぎの原因は？>

- 達成感・爽快感を得るため：目標達成や敵を倒したりすることで、脳内での快感をもたらしのめり込む。
- 友だちとの繋がりをもつため：オンラインゲーム等によるつながりで、所属感や承認欲求を満たす。
- 現実逃避のため：現実世界でストレスや不安を感じ、仮想世界に逃避し、現実の問題から解放される。

ゲームのやり過ぎは、健康面、精神面、社会的な面で様々な悪影響を及ぼす可能性があります。大切なのは、ゲームの良い面や悪い面を理解した上で、お子さんにとってのゲームの適切な使用について一緒に考えていくことだと思えます。お子さんがゲームをやり過ぎていると感じたら、まず、「どんなゲーム」「だれと」「どのくらいの時間」「やり過ぎの原因」等を知り、お子さんの気持ちを理解し、対話を通して解決策を一緒に考え、対応することが大切だと思えます。

※ お気づきの点やお困りの点などがありましたら、個別懇談のときに、ご相談ください。

