## 親子関係がうまくいくための

# ゲーム・スマホとの付き合い方

~ゲーム障害・スマホ依存から子供を守る~

国立病院機構久里浜医療センター 名誉院長、WHO 物質使用 · 嗜癖 行動研究研修協力センター長でも ある樋口進先生をお招きして、今時 のゲーム事情と親子での向き合い方 について学びました。



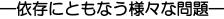
## 一最近のゲームの特徴―

- ●オンライン → 依存度アップ! ●ゲームにより様々な場面で問題が
- ●ケータイでいつでもどこでも手軽に
  ●日々の生活がゲーム優先
- ●課金をしたくなる仕組み ●ゲームを自分でコントロールできない











●脳への影響 ●肩や腕の障害 ●不眠、昼夜逆転

●リアルの友達がほとんどいない ●物を壊す、家族への暴言 ●暴力 ●過剰な課金 ●不規則な食事 ●学業成績の低下



あれ?見れらいかもる

### 大丈夫!心配しすぎないで!

☆使用時間を決める(だいたいでOK!)

☆使用場所を決める

☆決めたルールを書面に残す

(守れなかった場合も決めると良い)



第65号

家庭教育推進グループ 令和5年9月15日発行

島田市教育委員会社会教育課 TEL (0547) 36-7963

## 第三日曜日は 家庭の日

## 親子で一緒にルールを作ろう!

☆金額を決める(おこづかいが目安)

☆親も模範を示す



あせらなくて大丈夫! 子供との会話を増やして 疎通をよくしよう! 時間をかけて ゆっくりおおらかな対応♪



### <感想>

- ◎子供の未来を見すえてスマホゲームを与えて いくことが大切だと分かった。
- ◎決めたルールが思い通りにいかず、子供と衝 突して悩んでいたが、今日のお話で怒らず 親子で納得できるルールを決めていけたらい いと思う。

## ★島田市家庭教育学級の様子★

1年生の保護者を対象(他学年参加あり)に各小学校で、保護者同士が交流し、悩みや不安なことを話し合ったり、子育てのスキルを学んだり、親子の触れ合いを深める学習会を開催しています。

## ★つながるトーク★ ~みんなで話して子育ての悩みを共有しましょう~



テーマはいろいろ!

☆早寝、早起き、朝ごはん

☆家庭学習のすすめ

☆子供のほめ方、叱り方

☆聞いて、聞いて

☆うちの子大丈夫?

ーオンラインゲームー

☆絵本は心の栄養! など



- ◎本に触れる機会が少なくなっていたので、本の大切さを改めて知りました。
- ◎ほめることが少なかったと実感!ほめることの大切さや叱る時のポイントを知り、実践してみたいと思いました。
- ◎他の家庭の話が聞けて、同じような悩みなんだと思い安心しました。
- ◎子育てを振り返る大切な時間になりました。

## ~親子で一緒に 学ぶ大切さを 改めて実感~



★綱引き★

閉校前最後の運動会。 学級生以外にも未就園 児、中学生等、大勢が参 加し白熱しました。とて も楽しく、良い思い出に なりました。



★親子体操★

全員で大きな輪になったり、リレーで風船を使ったり、子供と一緒に体を動かせて楽しかったです。



★親子工作 風鈴作り★

大きな鈴をつけて、たくさん工夫した素敵な風鈴ができあがりました。 どんな音色を奏でてくれるのか楽しみです。

☆そのほかにも・・・

◎家庭読書 ◎心理学講座 ◎給食試食会 ◎親子マネー教室 ◎歯磨き講座 ◎ヨガ◎アロマクリームづくり ◎親子人形劇鑑賞 などなど、各学級で楽しい講座を展開中♪

学びあい つながり合って 楽しくみんなで子育てをしていきましょう!

