



やまさききたしょうがっこう
山崎北小学校のみなさんへ

いよいよ3月！

6年生の教室に「卒業まで後〇日」とあり、令和3年度も後少しだと実感しました。

今年も、コロナに振り回されましたね。年末年始は、少し落ち着いていたのに、オミクロン株の流行は、子供達を直撃し、学校・学級閉鎖が実施されています。お別れ遠足も緑花センターになったと聞きました。本当に「がまん、がまん」の子供達です。でも、先月お伺いしたら、北小の子供達は元気いっぱい、すごいパワーです。

教室でも落ち着いて学習に取り組む姿があり、成長を感じさせてくれました。1年間、ありがとうございました。

「ゲーム依存」について。

大切なのは、依存は心のSOSととらえ、そこに寄り添ってあげることです。そして、親子で孤立しないよう、学校や専門機関に相談することをお勧めします。

- ①無理にゲームを止めさせず、それ以外の依存先を見つける（楽しいことを見つける）
- ②時間制限を懲罰の判断に使わない。遊ぶ時間の目安を提案したり、一緒に楽しんだりする。
- ③依存になっている子供は自己肯定感が低くなっている。良いところを徹底的にほめ、伸ばす。
- ④子供に「ありがとう」と感謝の気持ちを伝えることで自己肯定感を高める。
- ⑤子供が親を超えて行くことを、親自身が受け入れる。

参考：花田照久精神科医・八木眞佐彦精神福祉士『ゲーム依存から我が子を守る本』

今の子供達は、生まれたときからネットやゲームに触れています。そして、大人が作ったゲームはどこまで行っても終わりが無いように出来ています。そこに入ってしまった途中で止めることは本当に難しいことだと思います。でも、ほとんどの子供達は、学校に来て授業を受け、先生や友達と過ごすことが出来ています。その切り替えが大切です。思春期になって、心理的SOSを出しているのではないかとという視点で子供達に寄り添っていただきたいです。

らいこう よてい
来校予定

3月 8日（火）（今年度最終です）