

学校教育目標「豊かな心を育み、自ら学び、たくましく生きる子どもの育成」



チャレンジ

高尾小学校  
H31.2.28 発行

時間

## WHOも病気と認定「ゲーム障害」の深刻度

インターネットの普及により、「ネット依存症」という言葉を聞くことは珍しくなくなりました。あちこちでスマートフォンいじりをしている人を見かけますが、その中でオンラインゲームに熱中している人も少なくありません。そのような中で、2018年6月、世界保健機関（WHO）が、ゲームに過度に依存している状態を「ゲーム障害」と新たな病気として分類したことを発表しました。脳神経外科専門医の工藤千秋医師（くどうちあき脳神経外科クリニック院長）が、この障害について解説します。（中略）

例えば、毎日定時に学校や職場に現れ、学業や業務は淡々とこなすけれど、昼休みやちょっとした休憩時にはスマートフォンやパソコンでゲームに没頭する。業務や授業の終了後の帰宅途中もゲームに興じ、自宅に戻るととにかく食事や入浴は軽く済ませて、あとはひたすらゲームをする。その結果、寝不足で、授業や業務中に、時々あくびや集中力低下、居眠りをしてしまう。ゲーム障害は、ゲームへの没頭が「家庭や職場などに多大な影響をきたしてしまう」という意味で、一般の人が単に「依存」と考えがちな軽いものではありません。実際、こうしたゲーム障害を持つ人は、脳機能の一部が低下していることが、最新の研究結果からも示されています。中国の四川大学附属華西医院のグループは、ネットゲーム依存を有する人の脳の磁気共鳴画像装置（MRI）画像に関する複数の研究をまとめた分析（メタ解析）から「ネットゲーム依存症の人は健康人と比べて脳の『前頭前野』の機能が低下している」ことを明らかにしています。脳の「前頭前野」は、人の創造性や、状況に応じた判断力、感情コントロールをつかさどる部分であり、いわば人の社会性や理性を形成している場です。その部分の機能低下とは「人が人でいられなくなる」ことを意味すると言っても過言ではありません。よく、ゲームに熱中して引きこもりになっている人をネット上で「廃人」とからかっているのを見受けますが、そのような状態は単なる言葉だけでなく科学的にも「廃人」という状態なのです。

しかも厄介なのは、前頭前野は脳の中で最もゆるやかに発達する部分で、中高生ならば発達途上の状態です。そのような時期にゲーム障害に陥ると、成人期までに状況に応じた判断力などが養われないこととなります。ゲーム障害はまだ新しい病気でもあるため、治療方法が完全に確立されているとは言い難い状況にあります。国内でも治療に対応できる医療機関はごくわずかです。治療方法としてはアルコール依存症や薬物依存症と同じく、入院してスマートフォンやパソコンに全く触れない状態を作り、そこで患者本人が自身の思考や行動を振り返りながら、その論理的な誤りを医師とともに見つけて修正していく「認知行動療法」などが行われます。ただあくまでその治療法は、専門家ですら試行錯誤中ですし、完治までにはかなり長期間を要します。だからこそ、そこまでに至る前に兆候をキャッチして適切に対処する方が本人や周囲にとっても望ましいと思われれます。具体的には、ゲームをしていない、あるいはできない状態になるとイライラし

て集中力が続かなくなる、ゲームをする時間が次第に長くなりつつある、ゲームに夢中になり、食事や入浴の時間を忘れてしまっているなどの兆候があったら要注意です。

こうした時はまず無理のない範囲、例えば、通勤や通学の途中で「公共交通機関の中でもゲームをしている」場合は「その時間のみゲームをやめる」、ゲーム時間の上限を決めてそれをしっかり守るなどの対策から始めましょう。

（平成31年1月13日 ネットニュースより）

2月21日（木）に行われた第4回学校運営協議会の中でも話題になりました。「Wi-Fi につないで、家に居ながら友達と対戦型ゲームをしている。」「ゲームの話題ばかりしている。」等、子供たちの生活の中に深く入り込んでいる様子を心配する声です。来年度に向けて、本格的な取組を考える必要を強く感じています。

校長 田邊 眞

## 学校の教育活動紹介!

### 「新見市ICT活用教育推進事業」授業研修会

1月31日（木）、6年生教室において、「新見市ICT活用教育推進事業」授業研修会が行われました。この研修会是新見市教育委員会主催で行われました。今年度新見市の小学校6年生教室全てにIWB（電子黒板）が配置されました。平成23年から高尾小学校には設置されていなかったので、その歴史と経験を買われて、ぜひ高尾小学校で授業を見せていただきたい、との経緯により、本校で実施されることになりました。秋庭先生自作の算数教材を新型の電子黒板に映し出し、授業が展開されました。20名を超える参加者の中、6年生は少し緊張気味でしたが、単位の学習をがんばっていました。今後も有効活用をしていきたいと考えます。



### 3年生 火起こし体験



2月5日（火）、3年生が七輪を使っての火起こし体験を行いました。この行事は社会科の「昔の暮らし」の学習から発展した活動です。長寿クラブの7名みなさんにご協力をいただきながら、スタートしました。まず、マッチで枯れ松に火をつけます。その後、細い木を燃やしていきます。火が大きくな



ったところで炭を入れます。炭がおきたところで網を敷き、お餅を焼きます。最初、子供たちはマッチをすることが怖くてできない、と言っていました。クラブのみなさんのご指導の下、なんとかつけることができました。炭をおこすために火吹き竹やうちわで一生懸命風を送りました。

その結果、とても良い炭の具合になりました。お餅をのせて焼くと、すぐに膨らみ、とてもおいしくいただくことができました。次にするめを焼いて食べました。子供たちは口々に楽しかったと満足していました。昔は当たり前だった七輪の火起こしも今では滅多にしません。便利にはなりましたが、人の「火を起こす」という機能が失われたと感じると、とても意義のある活動と思いました。長寿クラブの、宮地さん、藤原さん、竹田さん、只野さん、綱崎さん、宮永さん、大森さん、本当にお忙しい中、ご協力いただきまして、ありがとうございました。



## 長縄跳び大会

2月12日（火）、長縄跳び大会が開催されました。冬の間、学年や縦割り班で練習した連続8の字跳びの成果を発表する場です。最初に学年の部がありました。2年生と6先生は自己記録を伸ばしました。次に縦割り班の部です。1班、3班、4班、5班が自己記録を伸ばしました。特に3班は249回で、岡山県の中でもトップの成績でした。1年生も初めて挑戦して、とても上手になりました。冬の良い体力作りになりました。結果につきましては岡山県教育委員会のHP「チャレンジランキング」を調べていただくと閲覧することができます。



## 囲碁教室



2月13日（水）、20日（水）の2回にわたって、囲碁サークルの、森下さん、逸見さん、長谷川さんの3名が来校してください、1、2年生に囲碁を教えてくださいました。数年前まで囲碁は小学生の間で人気があったことや倉敷まで子供たちを連れて大会に参加していたことなどを話してくださいました。いよいよ囲碁の本番です。最初は基本的なルールの説明をしてくださいました。そして対戦です。サークルの皆さんから渡された7路盤で行いました。だんだんと分かってくると楽しかったようでした。2回目には更に楽しくなり色々な友達と対戦しました。囲碁は空間認知力が高まるというお話があります。ご家庭でも是非されてみてはいかがでしょうか。



## ありがとう集会

2月21日（木）、ありがとう集会を開催しました。たくさんいらっしゃるボランティアの皆さんの中から、この日は14名の方が来校してくださいました。最初に、6年生の眞治君が挨拶をしました。次に、ボランティアの方の紹介や各学年の出し物

を行いました。各学年とも、感謝の気持ちを表すために工夫をした出し物ができました。その後、思い出のスライドや感謝のお手紙を渡しました。そして歌を歌い、代表の坂本さんのお話を聞きました。最後に6年生の宮原さんが挨拶をしました。



来校された皆さんは、口々に良い集会だったとお褒めの言葉をくださいました。特に、6年生の挨拶や発表がしっかりできていて感心した、という声を多く聞きました。

多くの皆さんに支えられて教育活動が充実していると改めて感じることができる良い集会でした。

## お知らせ等



### いよいよ卒業証書授与式

3月22日（金）は、今までがんばってきてくれた6年生の晴れの舞台、卒業式です。みんなを心を入れて素晴らしい式にして、送り出したいと考えています。3月に入ると早速練習が始まります。特に6年生には体調管理に気をつけてほしいと思います。あと数日みんなががんばりますので、ご声援宜しく願いいたします。

### 学習・生活のまとめを

3月26日をもって平成30年度は終了します。色々な出来事があった年でしたが、全校児童・職員共に元気に終えたいと張り切っています。ご協力をお願いいたします。

## 3月

4日（月）	全校朝礼 6年生親子給食 参観日 学級懇談 新1年生物品販売	15日（金）	通学班会 大掃除 いっせーのーDAY
5日（火）	図書司書来校 SSW 来校	18日（月）	全校朝礼 卒業式予行 学級会計監査
6日（水）	委員会 安全点検	20日（水）	卒業式準備 6年生下校 14：10
7日（木）	学校集金日	21日（木）	● 春分の日
8日（金）	6年生を送る会	22日（金）	卒業証書授与式
11日（月）	登校指導 全校朝礼 代表委員会 体育館使用禁止（～4月9日）	25日（月）	全校朝礼
12日（火）	新見第一中学校卒業式	26日（火）	登校指導 修了式 一斉下校 11：40
13日（水）	てらこやたかお （ふりかえりの会）	27日（水）	春休み（～4月7日）