

通級教室だより

令和5年 9, 10 月号

通級指導教室スタート！

今年の夏休みも厳しい暑さの連続でしたが、新型コロナウイルスも5類へと移行し、行動制限のない長いお休みとなり、ました。これまで以上に様々な経験ができたのではないかと思います。

さて、お子さんは元気に過ごしていますか。通級の授業が始まりましたら、どんな夏休みを過ごしたのかたくさんお話を伺いたいと思っております。9～10月は、1学期のまとめの時期です。また各学校により、校外学習、自然教室、修学旅行、運動会などが予定されています。通級指導教室では、各学校やお子様の様子に柔軟に対応しながら、子ども達を支えています。ご家庭や所属校と力を合わせてサポートしていきますので、ご協力をお願い致します。

9・10月の予定

- 9/1(金) 一日お休み
- 9/7(木) 午後お休み
- 9/21(木) 一日お休み
- 10/13(金) 午後お休み
- 10/17(火) 午後お休み
- 10/25(水) 第2回通級懇談会
- 10/31(火) 一日お休み



第二回懇談会について

10月25日(水) 10時から開催する予定です。ご都合がございましたら、ぜひご参加ください。

第1回の感想

- ・他のご家庭と情報共有ができてとても有意義でした。
- ・校長先生の話の毎回楽しみにしていて、今回もとても嬉しい気持ちになるお話でした。
- ・それぞれのご家庭での工夫などを知って、私にもまだまだできることがあるのではと思いました。

など

インターネットとの付き合い方

オンラインゲームは子どもたちの生活に身近なものになっていき、インターネットのサービスも次々に新しいものが現れています。われわれ大人は、子どもたちがインターネットで何をしているのか、何を求めて使用しているのか常に関心を持ち、話ができる関係を持ち続けることが大切であるといえます。また、依存させないためには、インターネットやゲーム以外にも、楽しいと思えること、自信をもって取り組めることをもっているかが重要です。

*インターネット依存・ゲーム障害になると どんな状態に? どんな問題が?

図1のような状態が起こります。

外来を受診した子どもたちには、さまざまな深刻な身体的問題が起きていることがあります。

- ・骨密度の低下
- ・エコノミー症候群のように血液がどろどろの状態になっている
- ・低栄養
- ・昼夜逆転した睡眠障害

身体的問題以外にも、成績低下、遅刻・欠席、課金のために保護者のお金を盗んだりクレジットカード

を無断で使用することもあります。保護者の方がスマホやタブレット、パソコンを取り上げると暴言・暴力に及び、何度も警察をよんだとか、家出をしてネットが使用できる場所で寝泊まりし、何日も帰ってこないといったケースに発展するケースもあります。

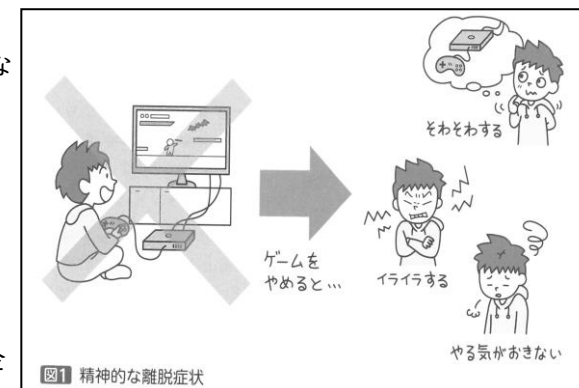


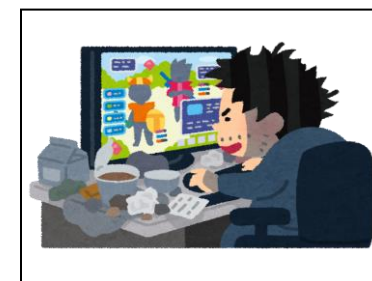
図1 精神的な離脱症状

*インターネット依存・ゲーム障害を予防するためには

先行研究から、インターネット依存・ゲーム障害になりやすい人の特徴がいくつかわかっています。

- ・ゲームの使用時間が長い
- ・ADHD や気分障害などの併存障害がある
- ・社会的能力や社会に対する信頼度が低い
- ・学力が低いまたは学校活動にあまり参加していない
- ・ゲーム以外の関心を欠いている
- ・家族の支援が乏しいまたは不適切な監視を受けている
- ・友人がいない(少ない)
- ・スポーツ・運動を好まない

など



ゲーム障害の予防方法としては、ゲームの使用時間を短くする、ゲームをしない時間を作る、ゲーム以外の活動を充実させるといったことが重要ではないでしょうか。また、何かあったときに家族や友だちに相談できるスキルや関係性を築けるスキルを身に付けておくことも大切だと考えます。