

N F 通信

ice arther



Vol.16

column

01

専門家コラム

西村医院 小児科医師 瀧上 佐智子さん



生まれた時からゲーム、ネットのある世界で生まれた子どもたちは中毒性、依存性があるものとは全く思っていません。アクセスも容易で日常生活の中であたり前に利用しているものですから制限は難しい。学校の課題授業はネットを利用するのにYouTubeは接続してはいけない、危機管理のためのスマホ携帯は良いが他の利用では持たせたくない、などなど現代社会での子育ては本当に大変です。適正にゲーム・YouTubeなどネット依存にならないために試してみたい事として、

- 1 家族がネットやゲームについてオープンに話してみませんか
普段から何のゲームをしているか、どの様な動画を見るのか、どの点が楽しいのか積極的にゲーム、ネットへの関心を示しておきましょう。
- 2 ゲームを買う段階で時間制限や課金限度額設定をしましょう
一方的に決めるのではなく、お互いに納得した条件を決めて文章にして保存します。購入したものを子どもへのレンタルとして、レンタル時間設定もいいでしょう。約束を守っている限りは家族は文句を言いません。感情的にならず一貫した態度が大切です。
- 3 オンラインゲームをなるべくやらせない
- 4 ガチャの仕組みを教えましょう
ギャンブルとゲームは同じ基準です！
- 5 子どもが暇な時間にできる活動を用意しましょう
勉強ではありません。家族で一緒に過ごす時間を確保しましょう。暇があると子どもはネットにつながります。

最後に、

大人が子どもの前でスマホ・ゲームをやりすぎない事
これが一番難しいかもしれませんね。

column

02 パパごはんクッキング開催



12月7日(土) 講師に料理芸人 クック井上。さん
を迎え、町内在住・在勤の方を対象に料理講座を
開催しました。

4グループに分かれ、あしたか牛、四ツ溝柿をは
じめとした地元食材を使った料理を3品調理しま
した。

井上さんの料理の雑学を交えた軽快なトークに参
加者も楽しく学べた様子でした。



あなたも投稿してみませんか

採用者には、こども商品券贈呈！

