

ゲーム脳について考えよう

ゲーム脳という言葉聞いたことがあるでしょうか。ゲームをやりすぎて脳に影響を与え、あまりしゃべらなくなるなどコミュニケーションが取れなくなること、そのこともあり感情暴発（キレること）が増えることなどといわれています。ゲーム脳について考えるということは、「相手の気持ちがわかる」「思いやりの気持ちをもつことができる」という人権教育と生きて考えることはできないとは思っています。

もちろん無気力な子ども、不登校の増加、凶悪な少年犯罪の発生など、最近の社会問題がすべてゲームのせいと言いたいわけではありません。しかし、少なくとも大きな原因のひとつにはなっているのではないのでしょうか。塩津小学校では、ノーテレビ・ノーゲームデーを、毎月10日に設定して対策を行っています。

森さん（日本大学・日本大学大学院研究科教授）の著書によると、ゲーム脳による症状には次のような事象があるといわれています。

ゲーム脳による症状

- 「無気力（ぼーっとしている）」 「笑わない」
- 「コミュニケーション不全」 「記憶力が悪い」 「落ち着きがない」
- 「集中力に欠ける」 「約束を守らない」 「羞恥心がない」
- 「理性がない」 「もの忘れが多い（数分前のこともすぐ忘れる）」

ゲームだけでなくテレビやビデオも子供たちに悪影響を及ぼすという調査結果が出ています。日本小児科学会の調査によるとテレビやビデオを長時間見て育った子供はそうでない子供と比較した場合、**倍の確率で言葉の発達が遅れている**といわれています。この学会は一日にメディアに触れる**総時間を1時間30分**、そのうち**ゲームは30分**までが目安としています。家庭でメディアについて話し合い、対策を考えていってほしいと思います。対策としては、**見たい番組を決める、テレビを見たりゲームをしたりする時間帯を決める**等あると思います。

あったかコーナー

みんなでなかよく
遊ぶことが多くなり
ました。

