



「SNSと特別支援」

3学年支援部

4年前から本校で情報の授業を担当していますが、特に最近感じるがあります。情報という教科に対する社会的な捉え方が変化していることと、それをどのように生徒に教えたらいかがということです。数年前までは、本校の生徒に対してSNSなどの危険性を強調する指導が多く、そのような教材も一般的でした。しかしここ2、3年で、SNSを生活ツールとして有効に活用する方法に目を向け、SNSを通じた交流についても否定するのではなく、むしろSNSをいかに使うかを見極める力を育てる指導へと変化してきていると感じます。

実際に授業内で生徒にSNSの利用状況を尋ねると、「数百人もの“知り合い”がいる」と話す生徒もいます。その中には当然、直接会話をしたことがない人も含まれます。SNSを通じて本校卒業生や他学年の生徒との繋がりができ、人間関係が広がったという声も聞きます。一方で、SNSに関連するトラブルも増加傾向にあります。

そのトラブルの内容は多岐にわたりますが、多くの生徒は「バレなければ大丈夫」という考えから、安易に行動してしまい、結果トラブルに巻き込まれ、後悔を語ることになっています。彼らの端末は日常的に家族や他者に見られることが少ないと、何かあっても「バレなかった」という経験を積み重ねてしまうこととなります。保護者の方々もフィルタリングサービスやスクリーンタイムの制限などの対策を取っていただいているのですが、それだけでは完全な安全は保障されていないというのが現状です。

だからこそ、「見極める力」が重要になります。たった一枚の画像、一つのメッセージ、一回のタップが重大な結果を招くこともあります。これを冷静に見極める力があれば、トラブルを防ぐことが可能なはずですが、授業内でも繰り返しその重要性を伝えていますが何かあった時、自分でどうすれば良いのかわからない時、信頼できる大人に相談することに踏み出せない生徒も多くいます。どのタイミングでも構いませんので、時には子どもたちが画面を見ている様子を観察し、気になる様子が見受けられたら躊躇せず声をかけていただければと思います。

「ゲーム障害」について

「ゲーム障害」または「ゲーム依存症」という言葉を耳にしたことがありますか？

現在、世界中の多くの人々がゲームを楽しんでいます。さまざまなコンテンツが提供され、ゲームを通じてプレイヤー同士がつながることができる一方で、ゲームにのめり込む人が増加しているのも事実です。

本校の生徒たちも多くがゲームを楽しんでおり、子どもだけでなく、大人にとってもゲームは生活の一部になっている人が増えています。

世界保健機関（WHO）は、インターネットを通じたオンラインゲームなどに過度に没頭し、日常生活のリズムが崩れたり、健康を損なう状態を「ゲーム障害」（ゲーム依存症）と定義し、新たな疾病として認定しました。

2022年1月から、「ゲーム障害」はアルコール依存症やギャンブル依存症と同様に、治療が必要な新たな疾病として施行されました。以下に示すような状態が「ゲーム障害」と診断される基準となります。

「ゲーム障害」（ゲーム依存症）とは

1. ゲームの時間や頻度などをコントロールできず、したい欲求がおさえられない。
2. 家庭、学校、職場等日常生活に大きな問題が生じても、ゲームにのめり込む。
3. こうした状況が少なくとも12か月以上続く。

ゲームは世界中で楽しまれていますが、自分の意思でやめられなくなる人もいます。このような状態に至らなくても、日常生活の中でゲームを優先したり、健康を害したりしてもゲームを続けたいようなエスカレートした状態は、依存症の可能性があるとされています。

一方で、ゲームは気分転換の手段にもなり、集中力が高まったり、計画的に行動できたり、ストレスを解消できたりと、ポジティブな面も多くあります。

子どもたちは幼少期からゲーム機に親しみ、ゲーム機能を持つスマートフォンに触れることが増えています。現在、社会全体で子どもたちがゲーム依存症にならないように考えるべきだ、という意見もあります。

ご家庭でも、お子様と話し合い、ゲーム依存症にならないためのルール作りが大切です。例えば、以下のような対策を考えてみてください。

1. 1日1時間など、ゲームをする時間を決める。
2. ゲーム内でアイテムやコンテンツを購入する際の上限金額（課金）を設定する。
3. 運動や他の趣味に時間を割く。
4. ゲームをする場所を決める。（一人になる部屋にパソコンやスマホを持ち込まないようにする。）
5. 家族との食事の時間を大切にする。

香川県では「香川県ネット・ゲーム依存症対策条例」が定められています。このような条例があるかどうかに関わらず、ゲーム依存症にならないために、ご家庭でゲームとの付き合い方について話し合い、ルールの中でゲームを楽しむことが重要です。卒業後もしっかりと働き続けられるような健全なゲーム習慣を身につけましょう。