



こえかけ

令和3年8月 第2号

袋井市少年補導センター（生涯学習課内）

〒437-0013

袋井市新屋一丁目2番地の1（教育会館2階）

TEL 0538-86-3191 FAX 0538-86-3666

LINEへの登録のお願い

8月からスマホアプリ（LINE）を活用して青少年健全育成に関する情報配信を始めます。青少年健全育成に携わっていただいている関係者や各種団体の皆様と、健全育成に係る情報を“簡単”に、そして“タイムリー”に共有したいと考えています。

登録は任意ですが、趣旨をご理解いただき、多くの方に登録していただけますようお願いいたします。

【登録方法】

<方法1>

LINE アプリ内の「友だち追加」から右のQRコードをスキャンする

<方法2>

ID検索をして登録する（ID：@979ripad）



- 対象 袋井市の青少年健全育成に携わる皆様（「こえかけ」を送付している皆様等）
- 運用開始 令和3年8月から
- 内容 袋井市の青少年健全育成に関する情報
- アカウント名 **青少年健全育成(袋井市公式)**
- その他 市HPでも情報提供を行います。LINE を利用しない方はこちらをご利用ください。

袋井市 青少年健全育成に関するお知らせ で検索

https://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/soshiki/27/1/seishonen_kenzen/8713.html

運用イメージ

青少年健全育成（袋井市公式）

青 静岡県でボーガンを規制する条例が可決
これからは・・・

青 市内小中学校では
8月〇日（〇）から
2学期始まります。

青 全国青少年健全育成強調
月間の重点取組は
.....

今回、生涯学習課で始めようとしているLINEでの情報発信のように、ネットやスマホは、これからの社会において、大人にも子どもにも欠かせない大変便利なツールです。

一方で、使い方によっては、個人情報漏洩したり思いがけないトラブルに巻き込まれたりする等、様々なリスクをはらんでいるのも事実です。

今回の「こえかけ」では、ネットやスマホに関わる問題の中から、特に「ネット依存・ゲーム依存」について取り上げ、情報提供させていただきます。今後の家庭や地域での取り組みに参考にさせていただけたらと思います。

ネット依存やゲーム依存に潜む怖さ

静岡県教育委員会によると、近頃次のような相談が増えているとのことです。

「ネットやゲームに夢中になり、かなり長い時間ネットやゲームをしている……」

「やめるように注意すると、怒り出す」

「ネットやゲームを遅くまでやり過ぎて、朝起きられない」 etc

似たような悩みを抱えている方は多いのではないのでしょうか。厚生労働省の調査では、中高生の7人に1人が病的なネット依存が疑われるとの結果が出ています。また、このような状況を受け、世界保健機関（WHO）は令和元年に、ゲームのやり過ぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」を新たな依存症として認定しました。

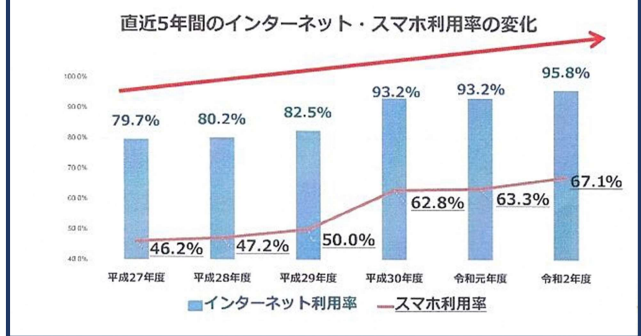
学校を含め社会全体にICTの活用が深く浸透している現在、青少年の健全な育成にとって、ゲーム・ネット依存は大きな課題として対応を迫られています。

子どもたちを取り巻く環境と実態

右記のグラフでもわかるように、ネットやスマホの利用率は年々上昇しており、この傾向は低年齢に移行していくと予想されます。さらに青少年のネットやスマホの視聴時間はTVのそれをしのいでいるとの調査報告もあります。

すでにネットがらみの犯罪やトラブルに青少年が巻き込まれる事例は後を絶たず、また、ネット・ゲーム依存が青少年の心身に及ぼす影響についても、さまざまな研究結果が報告されています。私たちは、この問題を重く受け止め、大人自らも関心を持ち、子どもとともにネットとの正しい関わり方を考えていくことが大切です。

インターネット環境の変化



内閣府「青少年のインターネット利用環境実態調査」より

ネット依存・ゲーム依存の影響

◆からだへの影響

食生活の乱れや運動不足から体力の低下が起きやすく、頭痛や吐き気、倦怠感など身体的な問題が生じます。また、画面を長時間見続けることで近視や乱視になりやすくなります。

◆こころへの影響

ネットにのめりこみ過ぎてしまうことで、うつ病になりやすくなることやイライラしやすくなるのが研究で明らかにされています。このため、気力がなくなるだけでなく、人に対して怒りっぽくなるなど、その人らしさを変えてしまいます。

◆学業への影響

夜遅くまでパソコンやスマホを使用していると、翌日に遅刻や授業中の居眠りが生じやすくなります。これが続くと成績が低下したり欠席が増えたり、さらには不登校にもつながったりすることがあります。

◆家族・周囲への影響

子どもは、ネットから離れるように強制されたりスマホを取り上げられたりすると、暴言を吐いたり暴力をふるったりするようになることがあります。家族関係にひびが入ってしまい、もともとの関係性が崩れてしまう恐れがあります。



青少年がネット依存に陥ることなく、ネットやスマホを正しく活用できるように、家庭や社会でできることから取り組んでいきましょう。

さまざまな方法で呼びかけが始まっています・・・(県からの呼びかけの例)

家庭でできるネット依存対策

～～ 静岡県教育委員会社会教育課パンフレット「ネット依存 大丈夫ですか」より ～～

家庭ができること

(1) 会話を増やす

ネットに興味を示し、本人との会話を増やしていきましょう。重要なのは周りの大人も興味を持ち、全てをネガティブに捉えないことです。

(2) ネットを維持する

ネットを急に遮断してしまうと本人の状態はかえって悪化します。家庭ではネットを完全に遮断することは避け、少しずつ調整しましょう。

(3) 家庭や地域での役割や活動を勧める

本人に家事や手伝いを頼み、生活習慣を変えていきましょう。家庭内の役割を与えたり、外出して活動することを勧めたりすることで充足感・肯定感を獲得できるようサポートしていきましょう。

本人(子ども)ができること

(1) 記録を残す

1日の流れを記録し、ネットの利用時間などを確認してみましょう。記録をとると自分の生活を具体的に認識でき、生活改善の必要性に気づきます。

(2) 記録を読み返す

記録をとることに慣れてきたら、記録を読み返してみましょう。記録が積み重なってくると、どこが問題なのか、生活習慣の乱れがはっきりと現れてきます。

(3) 目標を立てる

行動記録を見ながら、今後の目標を考えてみましょう。今の状況を“少しだけ”改善する無理のない目標を立てるのがポイントです。

本人と家族ができること

(1) 家族全員でルールを作る

家族全員が納得できるルールを作りましょう。このとき、本人の意見を主体にしてルールを考えるのが大切です。まずは達成できそうなルールが良いでしょう。

(2) ルールを書き出す

本人と相談して決めたルールを書面に書き出しましょう。本人の同意のもとで、リビングなどに貼り出し、常に意識できるようにするのも良いでしょう。

(3) オフラインの時間を設定する

家族全員がネットを使わない時間を作りましょう。家族もネットから離れ、本人と向き合う時間が確保できます。

ネット依存チェックシート

次の質問の中で、あなたに当てはまるものはいくつありますか

1	あなたはネットに夢中になっていると感じていますか。	
2	あなたは、ネットを使う時間をもっと長くしたいと感じていますか。	
3	あなたは、ネット使用時間の制限や、やめようとしたが、うまくいかなかったことが度々ありますか。	
4	あなたは、ネットの使用を制限しようとしたとき、落ち着かなかったり、イライラしたりしましたか	
5	あなたは、使い始めに決めた時間より長い時間ネットを利用してしまうことが多いですか。	
6	あなたは、ネットが原因で大切な人間関係や学校のことをおろそかにすることがありますか。	
7	あなたは、ネットへの熱中のし過ぎを隠すために、家族や先生にうそをついたことがありますか。	
8	あなたは、絶望感や罪悪感・不安から逃げるためにネットを使用しますか。	

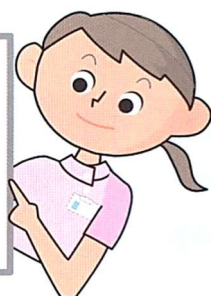
<チェックの数>

○ 0～2個・・・問題ありません

△ 3～4個・・・あなたは少しネットを使い過ぎています

× 5個以上・・・「ネット依存」が疑われます

ネットやゲームへの依存に気付くのは、多くの場合は依存している本人ではなく家族です。家族や周りの人が受診のサインを読み取り、治療に結びつけることが大切です。



地域での子どもの様子・情報提供

◆少年補導センターの定期補導から

袋井あやくも学園地区(袋井中学校区)

- ・堀越公園に集まっている中学生は、声掛けには素直に応じるが、何をするわけでもなくたむろしていることが多い。
- ・夜間にバイパスのガード下でバスケットボールをして楽しんでいる少年たちがいて周辺の住民から苦情があり出動した。注意をすると少年たちは素直に帰宅して問題はなかった。(袋井交番からの情報)

周南たちばな学園地区(周南中学校区)

- ・イオンのゲームコーナーではいつも多くの子どもたちがゲームを楽しんでいる。男子の児童生徒が騒がしいときもあるが、羽目を外すような言動はないとのこと。
- ・県道袋井春野線の「上山梨交差点」と周辺の道路が整備された。歩道も広くなり児童生徒の登下校は安全になったが、交通量が増え通行車両のスピードも増している現状があり、事故が起きないように見守りと指導を強化しているとのこと。(山梨交番からの情報)

南の丘学園地区(袋井南中学校区)

- ・小笠沢公園付近で下校途中の小学生に声掛けをした際、ふざけあっていて車道に飛び出す児童がいたので、安全に気をつけて下校するよう注意をした。
- ・愛野公園やその周辺の歩道で、体育授業や部活動の練習で運動している中高生の姿を見かけるが、ルールを守り秩序ある活動をしており特に問題はなかった。

浅羽学園地区(浅羽中学校区)

- ・浅羽中央公園には、近隣の子どもたちだけでなく、旧浅羽町全体から子どもたちが集まってきている実態がある。
- ・常に安全な環境にしておきたいが、ごみを放置したり器物を破損させたりするケースが見られる。公共のルールや環境整備の呼び掛けを今まで以上に徹底したい。(浅羽防災センターからの情報)

◆袋井警察「生活安全課」から

- ・市内の公共施設でスプレーによる落書きが見つかった。このような事案では、非行行為の重大性をきちんと伝え、再犯につながらないように指導することが大切。
- ・SNS を介して市内の中高生が近隣市町の青少年とつながり非行行為に及ぶ事案が増えている。袋井署管内でも SNS で連絡を取り合って家出した青少年が、他市(県中部)で保護されるというケースがあった。

◆不審者情報

- | | | |
|------------------|----------|------------------------|
| ・ 5月13日(木) 18:40 | 今井 延久 | 自転車に乗った不審者に幅寄せされた |
| ・ 5月20日(木) 7:50 | 堀越東交差点 | 歩いてきた男に「バカヤロー」と叫ばれた |
| ・ 6月 9日(水) 14:08 | 新池東公園付近 | 肩をたたかれ「あめ玉をあげる」と声掛けされた |
| ・ 6月10日(木) 7:40 | 愛野 小野田 | スマホで動画を撮影された |
| ・ 6月23日(水) 18:15 | 下新池ガード下 | スマホで写真を撮られた |
| ・ 6月30日(水) 15:40 | 新池西公園付近 | スポーツカーに乗った男に声を掛けられた |
| ・ 7月14日(水) 15:00 | 堀越スギ薬局付近 | 男に罵声を浴びせられた |
| ・ 7月18日(日) 14:00 | 川井西公会堂 | 下半身を露出した男に声を掛けられた |
| ・ 7月20日(火) 12:00 | 松和橋南付近 | 小学生が、下校中にカメラで写真を撮られた |