

3. ネットやゲームへの依存

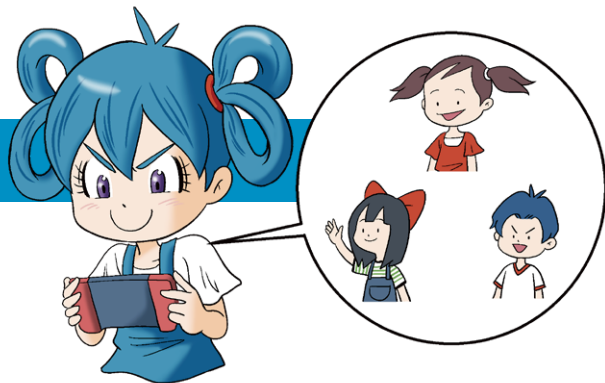
スマートフォンやゲームの影響

1 なぜインターネットやゲームに依存するのか

- 人間には、人とつながりたい、価値観を共有したい、自分をわかってほしいという欲求があります。
- 家庭や学校での生活が充実していないと、達成感や人間関係を求めてネットやゲームの世界に入り込んでいくことがあります。

2 子どもたちは何に依存するのか

- インターネットが提供する内容(コンテンツ)への依存
例) オンラインゲームやネット上の記事、動画など
- インターネット上でのコミュニケーション(つながり)への依存
例) SNS上での友だちとのつながりなど



対策

! 学校や家庭で、ネットやゲームの 使い方のルールをつくりましょう

- 子どもと大人が話し合い、互いに納得して、無理のないルールを決めることが大切です



ルールの例

- スマホやゲームを使ってもよい時間(平日は1日〇時間、〇時以降は使わない など)
- スマホを使っても良い場所(リビングなど、保護者がいる場所だけ など)

【参考】
兵庫県



リーフレット「話し合ってみよう!ネットとゲームのルールづくり」

ワークシート「ネットとゲームのルールを家族で作ってみよう!」

https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk16/net_rule_point.html



! ゲーム課金のルールの話し合い、 ペアレンタルコントロールで高額課金を防ぎましょう

【参考】
独立行政法人
国民生活センター

「子どものオンラインゲーム課金のトラブルを防ぐには?」

https://www.kokusen.go.jp/news/data/n-20210812_2.html



! ネット以外のいろいろな活動に参加することが、居場所やつながり づくり、生活のリズムを整えることになります。

保護者ならびに関係する皆様へ

家庭や学校での子どもとのコミュニケーションを充実させることで、
子どもがネットにのめりこむ背景を理解し、ネットへの依存を予防することにつながります。