

希望湧く

安全で、有意義な連休にしよう

コロナ感染拡大防止に注意して生活しよう!!

- 1 「新しい生活様式」を継続し、感染防止の3つの基本
 - ①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いを励行する。
- 2 手指消毒、咳エチケット、こまめな換気、3密の回避を実行する。

GWの日程		
4月	29日(木)	昭和の日
5月	1日(土)	休日
	2日(日)	休日
	3日(月)	憲法記念日
	4日(火)	みどりの日
	5日(水)	こどもの日

いよいよゴールデンウィークです。一中の生徒としての自覚と誇りをもち、安全で有意義な連休を送りましょう。



1 計画的な生活を送ろう

- 「新しい生活様式」を意識して過ごそう。
- 学習計画や部活動、家族で過ごす時間の計画を立て、充実した連休にしよう。
- 読書や趣味を生かすよい機会にしよう。

2 事故のない連休にしよう

- 交通ルール・マナーをよく守り、交通事故に注意しよう。
- 交差点では、確実に一時停止をしよう。

3 家族の一員として過ごそう

- 家族と一緒にいる時間を増やそう。
- 家事の手伝いに進んで取り組もう。

4 外出について

- 不要不急の外出はひかえよう。
- 外出時は、保護者に行き先・帰宅時間・同行者等を伝えよう。
(夜間の外出はしない。)

※ゲームセンター、カラオケボックス等は保護者の同意を得て、保護者の責任で利用する。

※18時以降は、保護者同伴でなければ利用できない。(県条例)

- 不審者(車)に気を付けよう。※近づかない。危険を感じたら助けを求める。

5 絶対にしてはならないこと

- 万引・自転車盗・飲酒・喫煙など法律に触れる行為はしない。
- **友人宅への外泊はしない。**
- お金の貸し借り、物品の売買はしない。
- 火遊びはしない。

- **SNS(LINE、Twitterなど)上に、個人情報や画像、誹謗・中傷は絶対に書き込まない。**



いか ない
の らない
お おきな声で叫ぶ
す ぐ逃げる
し らせる

ご意見募集
専ら企画「依存症を考える」へのご賞賛や感想、体験などを送ってください。宛先は〒950-8535、新潟市中区長町3-1-1、新潟日報社 報道課生活情報部。ファクスは025(385)7250。メールはizonsyou@kangaeru@niigata-nippo.co.jp
QRコードからも受け付けます。

依存症を考える

第3部
大学に進学すると専門的な勉強が難しくなり、スマホを触る時間は相対的に減っていった。生者が狂ったのは昨年4月の緊急事態宣言以降だ。大学の出入りは制限され、わずかな授業も自宅でのオンラインで集中できない。思い描いたチャイルド

1面から続く
県内出身で、東京都の大学生、神谷義登さん(仮名)は、スマートフォン依存だと認める。親にスマホを置いてもらったのは、高校生の時だ。インドア派でゲーム好き。生きたらざる抱えた高校時代も、合倉制交流サイト(SNS)を介して趣味だけつながる同好の友が主なようになった。「私は人と交流できない分をゲームで埋めている」



ウィルス禍

ドローンもできず、奥もり状態。将来への不安が募り、自然とスマホを触る時間が増えた。



ゲームの購入履歴を差す神谷さんのスマートフォン。1万円の課金を繰り返す日もあった。ゲーム台などを画像加工してしま

巣ごもりスマホ頼み

ゲームや通販 浪費の一途

本社アンケート 感情的になる子どもも

新潟日報社は「ゲーム・ネット依存」について、新潟日報社のメールマガジン登録者らを対象にアンケートを行った。2月上旬から3月末までに計87人から回答があった。

家族や本人が「ゲーム障害」に該当すると回答したのは14人(16%)。このうち当事者の年齢は、多い順に小学生4人、中学生3人、高校生2人だった。原因となる使用機材(複数回答)は「スマホ」の7人(50%)が最多で、テレビ画面でプレイする「据え置きゲーム」5人(36%)、持ち運びできる「携帯型ゲーム」4人(29%)が続いた。1日当たり費やす時間は、「寝食以外ほとんど」が最多の5人(36%)、「6~12時間未満」が4人(29%)だった。

自由記述では、感情的になる子どもの対応に、困惑する家族の声が多く寄せられた。新潟市の40代女性は小学生の息子について、「寝食以外スマホなどゲームをしていて、うまく行かないと奇声を発し、だたはた暴れる」と明かした。同市の40代男性も小学生の息子に対し、「注意すると感情が制御できなくなり、暴言、暴力を振るう」と記した。家族や本人が「ネット依存」に該当すると回答したのは19人(22%)。このうち当事者の年齢は中学生6人、小学生4人、高校生と20代(社会人)が各3人。問題となっている行為(複数回答)は「動画視聴サイト」が最多の15人(79%)。「SNS」7人(37%)、「ネットサーフィン」5人(26%)が続いた。

年代は40代が最多で28人、50代(20人)、30代(15人)、60代(11人)、70代以上(6人)と続いた。20代は5人、10代は2人だった。

の情報が飛び交い、競争意識が燃え、簡単に火が付いた。珍しくて思いキャラクターを好きで当でもっと有料の課金システム「ガチャ」に手を出した。

■ 1
夢中になったのが、スマホ版のロールプレイングゲーム(RPG)だ。登場キャラクターに感情移入し、冒険ストーリーを楽しんでいたが、次第に手持ちのキャラが一息と感ずるようになってきた。SNSでは「新しいキャラを手に入れたよ」とめどろろと言われた。

■ 2
最初はコンビニで買うプリペイドカードで、ガチャをきるポイントを購入していた。しかし、なかなか目当てのキャラが当らずコンビニに行く手間も惜しい。スマホの課金は、画面をフリックするだけでおまかせ。お金を払う感覚は既にまひしていた。数分が過ぎて強いキャラが手に入り、SNSで発信すると、「おめどろろ」と言われた。

■ 3
神谷さんは当時の購入履歴をスマホを確認し、「おれなから」とため息をつく。気遣いにお店にはならないストレスも重なり、ネット通販で化粧品も買った。おまかせ購入も繰り返していた。

■ 4
課金料を管理していたことで課金が突如増え、親と対決を覚悟してスマホ決済を自分でできないように変更してもらった。親が対応がなければ、今もゲーム課金、課金を何万もついていたかもと感謝する。

■ 5
精神科のクリニックに通院し、物欲などの症状は落ちるに感じていない。今は、課金性の少ないゲームを楽しむ。ただ、SNSは多岐にわたる。最近も1日の操作時間は時間半分。利用は動画視聴にゲーム。課金S睡眠以外はほぼ触っていない。医師にはスマホを閉じて眠るように言われるが、寝るできない。スマホの画面を覗かないと落ち着かず寝られない。現実逃避の手段がもれない。

(「新潟日報」社より掲載許可をいただいています)