

# 子育て支援だより

## 「子育てワンポイントアドバイス」

### 第74回 「子どものゲーム依存」

こころの相談員 小林 節子

寒い季節は、子どもたちも家に閉じこもりがちになりますね。そこで心配になるのが「ゲームばかりして遊んでいる」という状況ではないでしょうか。どこの家庭でも、ゲームを買い与えた時に、一日の使用時間を制限するというようなルールを設定したと思いますが、それがちゃんと守られているかどうかを再確認したほうがいいでしょう。ルールが守れなかった日の翌日はゲームをさせないというような罰則も必要でしょう。

難しいゲームが、必ずしも脳の活性化につながるとは限りません。ある脳科学者の実験をテレビで見たことがあります。子どもの前頭前野（感情や思考など、人間らしさに最も関係の深い部位）が活発に働くのは、難しいゲームをしている時ではなく、母親と楽しそうにおしゃべりしている時でした。

子どもが夢中になるようなゲームのソフトは今後も次々と開発されるのですが、大人は子どものゲームへの依存を極力減らす努力をすべきだと私は思っています。

小学校の低学年までは、まだ親と遊ぶことを喜びます。お父さんとボール投げ、トランプや将棋、料理の手伝いをさせながら、しりとりなどの言葉遊びなど。雪が降ったら雪合戦や雪だるまつくり。子どものころに、人とかがわって心の底から笑いあうという経験をたくさんすることが、人間としての豊かさはぐくむのですから。

※小林相談員は、あさひ園・カンガルーあさひなどで相談活動を行っています。

## 活動報告



### あさひっ子クラブ（学童保育所）おたのしみ会

12月27日

クリスマス会とお誕生会を兼ねて、おたのしみ会が行われました。

お店屋さんごっこをしたり、歌を歌ったり、デコレーションケーキを作ったり…

みんなで楽しい時間を過ごしました♪

