

# 夢努力感謝 鹿本の心

第8号

令和7年12月18日

学校だより

山鹿市立鹿本小学校  
校長 百田 止水

## ゲーム依存症について

12月12日（金）の児童集会では、保健委員会から私たち鹿本小学校の子どもたちが健康で元気に学校生活をおくるために、よりよいメディアの使い方について提案がありました。その中で、ゲーム依存症について、くわしい説明がありました。ゲーム依存症とは、脳の病気で、心は「やめなさい！いけない！」と思っていても、脳がコントロールできない怖い病気であることを知らさせてくれました。そして、この病気を治すためには、病院に通わなければならないことも伝えてくれました。

鹿本小学校の子どもたちへのアンケートでは、家庭でメディアのルールがありますかという質問に、23%の子どもがないと答えています。また、家庭のルールがある子どもでも52.5%の子どもがルールを守らず使っていると答えています。毎日新聞の記事の中には、日本の子どもの約5人に1人は、ゲーム依存症（ネット依存症）になっているというものもありました。

ゲーム依存症になると、物忘れがふえる、イライラしやすくなる、夜眠れなくなる、朝起きられない、食欲がない、昼間眠くなるなどの症状がみられるようになるそうです。

子どもたちの健やかな成長のためにも、ぜひ家庭でもゲームを含めたメディアの使い方について、親子で話し合って、それぞれの家庭にあったルールを設け、実行していただきたいと思います。

今回の保健委員会のみなさんの発表は、これから私たちのよりよい生活習慣を形成する上で、とても大切ですばらしい提案でした。

### れいわ ねんど こころ 令和6年度 心のアンケート（メディア）



## 鹿本小中・高学年マラソン大会参観ありがとうございました

12月15日（月）に行われました鹿本小学校の中学生（3・4年）高学年（5・6年）のマラソン大会におきまして、多くのご家族や地域の方々のご参観をいただきましてありがとうございました。

子どもたちは、この大会に向けて自分なりの目標タイムを定めて、それに向かって一生懸命に体育の授業や鹿本タイムの時間に練習を重ねてきました。当日は、秋晴れの中、多くの歓声に包まれて、1人1人力強い走りを見せてくださいました。子どもたちの一生懸命にがんばる姿はとても美しかったです。

残念ながら、1・2年のマラソン大会は、インフルエンザ等の感染症の流行のため、令和8年1月19日（月）に延期します。多くの方々のご参観をお待ちしております。くわしくは、下記のとおりです。

### 【1・2年マラソン大会】

- 1 日時 令和8年1月19日（月） 10:30～11:15
- 2 会場 鹿本小学校運動場周辺



