



手城小だより

福山市立手城小学校
2024年(令和6年)
7月19日(金)

【学校教育目標】 自他を認め合い、主体的に生きる力をもった児童の育成

もうすぐ夏休み —ゲーム・ネット依存に要注意—

8月1日から夏休みが始まります。夏休みなど長期休暇に自由な時間が増えると、動画やゲームに時間を費やす子供が多くなりがちです。

スマホは生活に欠かせないツールとなり、ゲームは年齢を問わず熱中されると思いますが、子供たちが、YouTube など動画サイトを延々と視聴したり、Line やインスタなどのSNS上で友達の反応が気になって頻繁にSNSを確認したりするために、スマホから離れられなくなる場合があります。

また、仕事などで保護者が不在の自宅で、オンラインゲームをやりすぎて生活リズムが崩れたり、勉強に影響が出たりすることもあります。

このように、ゲームやインターネットに熱中し、ゲームをする時間などをコントロールできなくなり、日常生活に支障が出る状態、いわゆる「ゲーム依存症」の状態になることが懸念されます。

熱中しすぎると、次のような、問題が・・・

- 1 視力低下や運動不足による体力低下、不規則な食事による栄養不足、骨密度低下など
- 2 集中力、やる気の減退、昼夜逆転、イライラ感など
- 3 家庭内での暴力・暴言・課金によるトラブルなど

ゲーム・ネット依存の予防のヒント

- 1 ルールは子供と一緒に決める。
(親が一方向的に決めると、子供は守りません。)
- 2 子供がゲームやネットでどんなことをしているのかを把握しておく。
(与える機器については、知識を身に付けてから)
- 3 ゲーム・インターネット以外にも楽しいと思えること、自信をもってできることを作っておく。
(ストレス解消の方法が1つだと依存しやすいです。家族と一緒にゲーム・インターネット以外の活動や、家事・お手伝いを楽しむなど)
- 4 寝る時間・起きる時間を守る。
(「ゲームを減らそう」と言うと子供は「嫌だ」となりますが、「ゲームをやってもいいから、まず寝る時間と起きる時間を守ろう」と言うと「分かった」と言ってくれることが多いです。)

最近のゲームは、「始めやすく」「やめにくい」設計になっています。また、パソコンやタブレット、スマホやゲーム機など複数の機器でできるようになっています。無料のものもあり気軽に始めやすいのです。

また、ゲームは一定の時間がかかり終わりが無いのも特徴です。特にオンラインゲームは全く知らない人と一緒にプレイできるため、子供が見知らぬ大人と知り合うリスクは保護者として認識しておきましょう。

ようこそ先輩 一夢をもって未来へ向かってー



宮地信樹さん

7月9日(火)写真家の宮地信樹様をお迎えして、5・6年生に「夢をもって未来へ向かって」というテーマでお話していただきました。

因島出身で福山市在住の宮地信樹さんは、中学校の修学旅行で撮った写真を友達に褒められたのがきっかけで写真を撮るようになりました。その頃からカメラマンになりたいという夢をもち、両親の反対があり一時はあきらめたものの、現在、株式会社アスコンで学校タブレットに係る仕事をされながら会社員として働き、週末は写真家として様々なところで幅広く活躍されています。

夢を叶えるマンダラチャート

目標設定シート 世界の写真家 宮地 プロジェクト									
新聞に載る	ケーブルテレビ活用	facebookで告知する	アート写真	ジャケット写真	人物	アンケートを取る	SNSはせを多用する	自分のトレードマークを作る	
ラジオに出る	宣伝A FRしゆく方法は	ブログで告知する	花火	発想力B オンラインワン撮影をする	料理	チラシを作る	運 C ファンリビーターを作る	サインを作る	
テレビに出る	展示する所を探す	写真集を作る	祭	季節風景	木炭	名刺を配る	担当者と仲良くする	別商品とコラボする	
フォトコン賞	紹介してもらえるようなトークをする	推薦してもらえるように各刺を作る	宣伝A FRしゆく方法は	発想力B オンラインワン撮影をする	運 C ファンリビーターを作る	コラボ商品を作る	サンプルを産する	参考素材を探し資料にする	
	人脈D 人脈をつくる	外国人の友達を増やす	人脈D 人脈をつくる	テーマ名 世界の写真家	技術E レポートリー技を増やす	季節写真を撮る	技術E レポートリー技を増やす	カンパニイを作る	
インスタグラムで人脈を作る	facebookで人脈を作る	ブログで人脈を作る	体力F 精神を鍛える	人間性G 信用を集める	知識H 活動資金を集める	写真整理をする	RAWを勉強する		
スケジュールを作る	鏡の前で発声練習する		たくさん作品を作る	有名な人を知り合いになる	管理 ページを増やす	写真を売る	写真集を売る	ポスターカードを作る	
体力を鍛える	体力F 精神を鍛える	暗記して自信を持つ	プロジェクト ママツバシ	人間性G 信用を集める	イベント写真を取りPRする	イベントで撮影する	知識H 活動資金を集める	カレンダーを作る	
笑顔を増やさない		プラチカ捨てる	自分プロフィールを作る	他の人の参考資料を集める	展示を増やす	価格表を決める	個人飲食をする	支払方法を勉強する	

宮地さんは、「世界の写真家になる」という目標達成のために、マンダラチャートを使って、それを達成するためのアイデアやヒントを書き込んでいったそうです。目標を明確にし、モチベーションを維持するために、何から取り組めばいいのか具体的なイメージを持つことを突き詰めていき、具体的な行動に移したそうです。

その結果、「全国三菱カラーフォトコンテスト1位」「中国新聞フォトコンテスト6月1位」「我龍CDジャケットに採用」「地ビールラベルに採用」され、来年は「2025 世界バラ会議福山大会カレンダー公式カメラマン」として活動されることが決まっています。

夢は自分でつかむもの 常にチャレンジ

「写真は、たくさんの人に出会います。写真はどこでも撮れます。自分が撮影した写真によって、人を笑顔にし、人の心を動かせることが、カメラマンとして大きな喜びややりがいにつながっています。」と宮地さんは語りました。

写真は多くの人にその出来事やメッセージを伝え、人の笑顔や美しい風景など写真を通じて、それを見た人の心を動かすことができるのはカメラマンとしての腕の見せどころでもあり醍醐味のひとつなのでしょう。

子供たちは、真剣に聞き、質問タイムでは「2025年にチャレンジしたいことは何ですか。」「カメラマンを反対した両親は、今、何とされていますか。」「イチオシの写真は何ですか。」などたくさんの質問をしていました。



子供たちの感想

○私は、まだ具体的な夢はないけど、宮地先生の話聞いて、好きなことをとことんやってみようと思いました。

○僕は、将来の夢があります。マンダラチャートを使って夢を叶えたいと思いました。

○修学旅行で友達のほめられたのがきっかけでカメラマンになったという話を聞いて、ほんのささいな、身近なところに夢につながるものがあるんだなあと思いました。