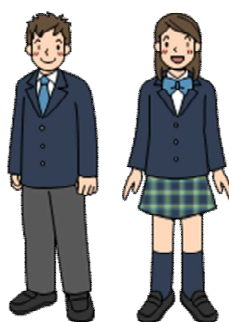


6月20日からの5日間、家庭学習強調週間に合わせて、今年度1回目のメディアコントロール週間を実施しました。みなさん、しっかりと取り組むことができたでしょうか？

もうすぐ夏休み。夏休みもメディアをコントロールし、心身共に健康な生活を送るようにしましょう！

1学期のメディアコントロールの取組の様子

【1年生】中学校で初めての取組だったね！
目標達成率は74.6%でNo.1 ☆メディアをコントロールすることで、勉強はもちろん、家族との時間が増えた人が多かったよ！



【3年生】Cコースにチャレンジする人が多かったよ！Aコースの達人も達成できた人も数名いて、受験に向けた習慣が身についている人もいるよ！でも、提出率が悪かったね…。

【2年生】Aコースの達人や、Bコースの上位にチャレンジしている人もいたよ！提出率はNo.1 ★でも、目標達成率は50%…。目標達成のために、日頃からメディアとの関わり方を意識して生活することを心がけてみよう！

☆提出率☆

1年生：84.6%

2年生：89.4%

3年生：69.3%

2年2組は
提出率が
100%
でした！

ゲーム障害について

【ゲーム障害とは】

- ・ 2019年5月 WHO(世界保健機関)が新たな病気として認定。
- ・ ゲームに熱中し、利用時間を自分でコントロールできなくなり、日常生活に支障が出る病気。



【ゲーム障害の診断】

- ① ゲームのコントロールができない
 - ② 他の生活上の関心事・日常の活動よりゲームを優先する
 - ③ 問題があるにも関わらず、ゲームを続ける
 - ④ 個人・家族・社会における、学業上または職業上の機能が果たせない
- これらが12カ月以上続くとゲーム障害と診断されます。

ただし、4つの症状が全て当てはまり、しかも重症である場合、12カ月より短くても診断される場合があります。

ゲーム障害にならないためには…ルール作りが大切です！！
あなたの家庭にはルールがありますか？



※ ゲーム障害やネット依存の治療は、全国でおよそ80箇所の医療機関で受けることができます。まずは、最寄りの精神保健福祉センターや保健所に問い合わせると良いでしょう！

◆鹿児島県精神保健福祉センター Tel099-218-4755

◆鹿屋保健所 Tel0994-52-2113