

Where there's a will  
there's a way.  
(意志あるところに道はある)



令和2年12月24日  
富江中学校 第12号  
校長 山上 福範

ゲーム症（障害）



ゲーム症（障害）はゲームをやめられなくなり、生活や学習に支障が出る精神疾患です。理性が本能や感情をコントロールできなくなる「依存症」のひとつです。

では、なぜ子どもたちはゲームをするのでしょうか？ ゲームは脳の中で気持ち良くなるドーパミンを放出します。高得点や対戦相手を倒すことで、さらにドーパミンが増えます。ギャンブルへの依存症と似た快感を子どもたちに与えます。

また、ゲーム内の成功は一時的に自尊心を高め、仮想世界で日常のストレスから逃れられる手段ともなります。本人だけでゲームやネット使用の時間や場所をコントロールすることは難しいので、家族の理解や応援が必要です。

冬休みは親子でゲームやインターネットなど、メディアの使い方について考えるよい機会です。ぜひ文科省の「**情報化社会の新たな問題を考えるための教材**」を検索願います。

内容は、ゲームに夢中になる理由、ネット詐欺、ID交換や書き込みの危険性、著作権、個人情報、コミュニケーションの取り方などです。子どもや親子が主役の短い約1～12分程度の動画を63本視聴できます。

数学コンクール

12/14(月)

基本的な計算の力を身に付けるこ

とを目的に、市内中学校共通の数学のテストを実施しました。

★満点賞

川上	川邊	小原
貞方	三浦	芳野
柿脇	川中	近藤
田橋	出口	福山
稲田	岩田	尾崎
川邊	田中	野口
濱口	川本	丸山
川中	立花	中野
平野	古本	堀口
大賀	柳崎	大小瀬
橋本	金澤	柳崎

公立高校進学希望状況

12/17(木)

高校名	学科	定員	希望者	倍率
長崎東	普・国際	160	174	1.09
長崎西	普通	200	196	0.98
	理系	80	110	1.38
五島	普通	160	112	0.70
	スポーツコース		19	
	衛看	40	24	0.60
五島南	普通	80	24	0.30
	夢トライコース		6	
諫早農	動物	40	47	1.18
	土木	40	49	1.23
長崎工	建築	40	60	1.50
壱岐商	情報	40	51	1.28
五島海陽	総合	80	70	0.88
五島(定時)普通		40	2	0.05
鳴滝(通信)普通		300	24	0.08

島内にはない定時・通信制や学科、コース、高倍率の高校の紹介です。

## 終業式の式辞 12/24(木)

この2学期、富中生は「仲間を思いやる行動をとる」ことができました。

柳崎団長と山本団長を中心に創り上げた体育大会、各学年が伝え方に工夫を凝らした総合的な学習の時間の発表会、指揮者・伴奏者・各パートリーダーを中心に心を一つにして歌い上げた合唱コンクール、勝利に向かって練習を重ねた各部活動の新人大会、そして暑い夏から部活動や受験勉強との二刀流で気持ちも身体もきつい練習を続け、絆を深めた駅伝大会。

行事に限らず、毎日の授業の中でも、何をするにしても、富中生は仲間を思いやる行動をとったからこそ、「やったー」という達成感を味わえたと確信しています。

冬休みのミッション(指令)について。

1つめは「自分の命は、まず自分で守る」こと。2つめは新年のスタートを気持ちよく切るため、冬休みに「これだけはやり遂げる」という目標を1つ決めること。目標を決めたら、家に帰って、「冬休み、これだけはやり遂げる」と家族に宣言すること。

「これだけは」をやり遂げるコツは、無理をせず、低い目標設定から始めること。やり始めてから、ちょっとずつ少しずつでいいので、例えば回数や時間を増やしていったり、内容を難しくさせていったりすることが、やり遂げるコツです。

冬休みに「これだけは」をやり遂

げると、自分の自信になります。「よし3学期もがんばるぞ」という気持ちになることができます。

富中生の皆さん、自分の成長につながる冬休みを自分自身で「創って」みてください。

## 安心ダイヤル&メール

悩みや不安を言葉にして、誰かに聞いてもらうだけで気持ちが和らぐ場合があります。その選択肢として、以下の相談先を紹介します。

### ★24時間子供SOSダイヤル

(親子ホットライン)

0120-0-78310 (24時間対応)

### ★メール相談

soudan@news.ed.jp (24時間対応)

### ★SNS相談窓口

「スクールネット@伝えんば長崎」

(中高生のみ)

## メディア講演会 12/21(月)

長崎県メディア安全指導員の田中さんから、安全なメディア使用について、ご指導いただきました。子どもをネット絡みの犯罪の加害者にも被害者にもさせないよう家庭で約束事の確認をお願いします。

