



ゲーム時間 どれくらいが望ましい？

小学6年、4年、2年の3児の父です。ゲームとの付き合い方を教えてください。

新型コロナウイルスの影響で「おうち時間」が長くなり、ついにわが家でも「ニンテンドースイッチ」(家庭用ゲーム機)を買ってしまいました。

小6の長男のゲーム時間は1日2時間ほど。平日は学校から帰ってから晩ご飯まで、本来は宿題などをやるはずの忙しい時間にやっています。

下の2人もやりたがりですが、2年生の子に長い時間やらせていいのか、悪い影響がないかなど気になります。どれぐらいの時間だと望ましいのでしょうか。

先生、教えて！

子育て・教育相談コーナー



仙台市宮城野区

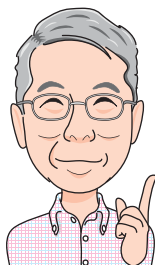
30代・会社員

からの質問

●回答してくれた人

本間 博彰さん

ほんま・ひろあき 静岡市出身。医学博士。宮城県子ども総合センター所長などを歴任。東日本大震災後は被災地の子どもへのケアにも従事。2018年から星総合病院(郡山市)精神科部長。



このコーナーは保護者からの子育てや教育についての相談を募集しています。メール、郵送のほかQRコードから応募できます。

▷記入事項 氏名、年齢、職業、住所、家族構成、電話番号、メールアドレス

▷宛先 〒980-8660 河北新報社
こども新聞係。メールアドレスkyo
pro@po.kahoku.co.jp



ゲームは今や子どもの日常生活に根を下ろし、友達とのコミュニケーションの話題や手段になっているようです。オンラインで時間を決め、数人の仲間同士で楽しむなど、孤立のリスクを避けて群れる手段や場にもなっています。

ゲーム文化はこれからも発展していくとみられ、この流れに大人は取り残されているのかもしれない。ゲームの仕方や時間を巡るせめぎ合いは親子双方にとり重要な課題。ゲーム中毒になるのが心配の場合、子どもがゲームをしている時間を把握できたり、中断させたりできるソフトもあるようです。

親としてはゲームをする時間を決める前に、子どもと話し合

決める前に話し合いを

うことが大切なステップになると思います。親がゲームに関して心配していること、例えば視力や注意・集中力の低下などを子どもが分かるように伝えましょう。

楽しみの一つとしてゲームをする場合にも、親との間で立てた約束は守ること、のめり込んで日々のやるべき課題がおろそかになることがないように、確認しておくべきです。

ゲームを巡る問題は「余暇の過ごし方を持っているか」という当たり前の課題を思い起こさせます。子どもも余暇を楽しむ習慣を持っていた方が人生が豊かになります。ゲーム以外の楽しみを一緒に見つけることにもチャレンジしてください。