

# スクールソーシャルワーカー (SSW) だより

令和6年9月 第2号

## 【ゲームやネット依存のリスクと予防】

夏休み期間中、どのように過ごしましたか？暑い日が多く室内でゲームをしたり、YouTube等の動画を見たりすることも多かったのではないのでしょうか。

ゲームやネットに依存してしまうことによる「動かない」「寝ない」「食べない」の3つのないの影響で、視力低下や不眠・睡眠障害、イライラ感などにつながり、学業の不振、家族・友人関係の問題などが生じてしまいます。

これらを予防するには、人とコミュニケーションをとる、体を動かす機会をつくる、他に夢中になれることを見つけることなどが効果的です。

1人1人に合った対応がありますので、お困りの方はSSWやスクールカウンセラーにご相談ください。

## 《スクールソーシャルワーカーはどんなことをするの？》

スクールソーシャルワーカーは、児童生徒の皆さんや保護者の皆さんが生活の中で抱えているいろいろな悩みごとの解決を図る福祉の専門職です。

学校のことだけでなく、家庭のこと、友だちのこと、自分のことなどの悩みを、教員とは違った立場で相談にのります。様々な制度やサービスを活用し、児童生徒の立場に寄り添って、保護者のみなさんと一緒に考えサポートをしていきます。



SSW 森

## 《どんな相談をしてもいいの？》

ゲームがやめられない

生活リズムが乱れている

クラスになじめない

学校に行きたくない

登校を渋っている

経済的に困っている

子育てについて悩んでいる

### 2学期の来校日

9月13日、19日、27日

10月4日、10日、25日

11月8日、21日、29日

12月6日、12日、19日

いずれも9:00~17:00

※変更になることもございます

相談を希望される方は、内部中学校 教頭までお問い合わせください。

内部中学校 320-2088