



## 昔から伝わる遊びを親子で楽しむ冬休みに

コロナ禍の影響で、外で自由に遊べない日が続いた子どもたちは、室内でのゲーム遊びが主流になったようです。そのため、ゲーム依存に陥っている子どもが増えているのではないかと危惧されます。

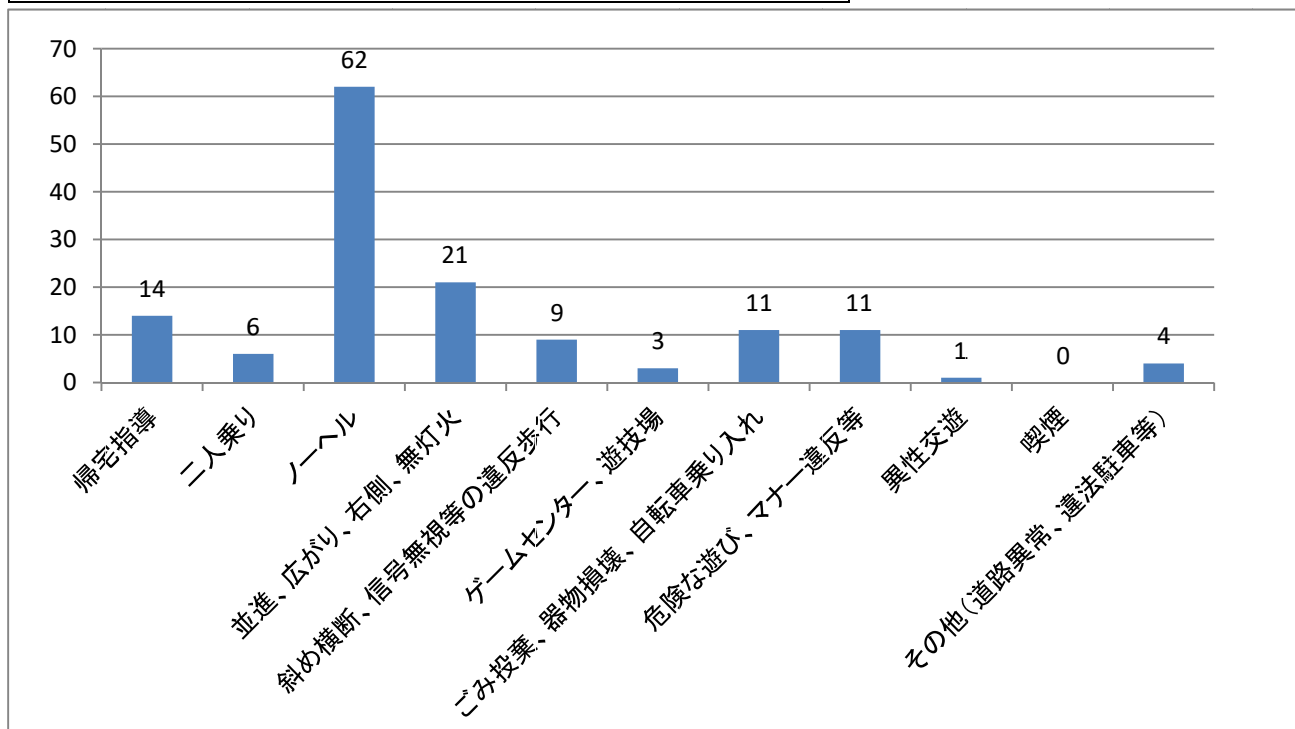
ゲーム依存症に詳しい久里浜医療センター所長の樋口進先生は、バドミントンやジョギングなどの運動を取り入れれば、生活リズムを整え、体力もつき、ゲームの利用時間を減らすことにもつながると、運動が依存症予防や治療にも効果があると説かれています。また、運動によって、食事や睡眠などの習慣が落ち着くとも述べておられます。さらに、運動が苦手な場合は、絵画に取り組んだり、親子でトランプ遊び等をしたりすれば、生活習慣を見直すことにつながるのお勧めだと紹介されています。

ところで、昔の子どもたちは、冬休みといえば、「凧揚げ」「すごろく」「羽子板」「コマ回し」などを楽しんでいました。

この冬休み、昔から伝わるこのような楽しい遊びを、親子でいっしょに取り組みたいかがででしょうか。楽しい遊びを親子で体験すれば、ゲームより楽しい遊びがあることを子どもたちに実感させることにつながるのではないのでしょうか。



(令和3年11月30日現在)



上記の表は、市内13人の補導員の方々と当センター職員が巡回補導で声かけ指導を行った実績です。ご覧のように、自転車に関する危険運転（ノーヘル、並進、広がり、右側通行、無灯火、二人乗り）が目立ちます。また、道路でスケートボードに乗って遊んでいる子どもたちも見受けられます。

補導員の方々のコメント欄には「横に広がり、道をふさぐように歩く中学生4人がいたので、声をかけ指導した。」「魚釣りをしている親子連れがいたが、子どもはライフジャケットを着用していなかったので、水難事故防止の声かけを行った。」「高校生男女が公園に自転車を乗り入れし、芝生に寝転がっていたので、声かけした。」「高校生数名が帰宅時に無灯火だったので、灯りをつけて帰るよう声かけした。」等が記載しており、子どもたちの健全育成、事故・事件の未然防止のため、地域の立場から声かけをしていただいていることが分かります。

取り返しのつかない事故・事件が発生しないよう、家庭及び学校でも指導をお願い致します。

