

夏休み中のゲーム・スマホ



「依存」にご注意！

あなたのお子さんは、夏休み期間中、ゲームやスマホに時間を費やしていませんか。

夏休み期間中は、子どもだけで留守番する場面が多くなります。仮に子どもと「夏休みのルール」を作ったとしても、子どもが動画やゲーム・スマホの使用時間を超過した形跡があれば、叱りたくなる気持ちも理解できます。

一方、子どもからすれば、「動画もダメ。ゲームもスマホもダメ。じゃあ何をすればいいの？」と思うわけで、子どもの気持ちも理解できます。



このようななか、ゲームやスマホへの『依存』に警鐘を鳴らす医師がいます。「ゲームやスマホは『最凶』の依存物」と指摘するとともに、「スマホやオンラインゲームへののめり込みは、『依存』という病気であり、徐々に身体や精神をむしばんでゆく危険なものであることを知ってほしい。」と語ります。

では、どうすればいいのでしょうか。

その対策として有効とされるのが「画面を見る以外にやることを用意しておく」ことだとされ、強制的に画面から離れる時間を作るというものです。

例えば、「友達と一緒に図書館に行き、図書館のコミックスを読破する。」という目標を立てて、図書館に通わせるのはどうでしょう。目標を達成することは、子どもの自信にもつながります。

東図書館では、多彩な夏休み企画を準備しています。ぜひ、お越しください。

◎ 新刊のお知らせ



児童書

『空白小説』 氏田雄介・小狐裕介・水谷健吾/ワニブックス

書籍の内容

『空白小説』は、書き出しと結びの文だけがはじめから決まっているショートショート集です。その間の空白をどう埋めるかで、物語は予想できない方向へと展開し、書き出しと結びのもつ意味は大きく変わります。

あなたは「空白」の展開を予想できますか？

- 吾輩は猫である → 名前はまだない
- 犯人はこの中にいる → 私がやりました
- 昔々あるところに おばあさんがいました → いつまでも幸せに暮らしました など

◎ その他の新刊（抜粋）

〔児童書〕

『桃太郎は嫁探しに行ったのか？』、『病院図書館の青と空』

『ほうれんそうカレー ききいっぱつ!』、『びっくり図書館』ほか

〔一般小説等〕

『誰かがこの町で』、『おしゃべりな部屋』、『二重らせんのスイッチ』ほか

'22 東図書館カレンダー

8月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

■ は休館日です。

◆ 開館時間 午前10時～午後6時