

少年

第427号(1) 令和3年10月(神無月)発行



山梨県警察本部
生活安全部 少年・女性安全対策課
甲府市丸の内1-6-1
055-221-0110 内線3082
少年対策官 山岸正人



自分と向き合う



新年度が始まってから、早半年…あつという間にもう10月です。秋の気配がますます深まるこの頃、昼夜の気温差がある季節でもあるので、健康面には十分に気をつけていきたいと思います。
今年度の折り返しを迎え、授業にも学校行事にも学級内の人間関係にも慣れ、充実した学校生活を送れる時期ではないでしょうか。
現状に満足せず、学習の仕方、生活の仕方、友達関係などで自己のあり方を見つめ、新しい活路を見出したり、試行錯誤を繰り返したりしながら、自己をさらに確かなものにしてほしいと思います。

夢をもつ

「夢を見るから、人生は輝く」
「夢、これ以外に将来を作り出すものはない」「夢なき者に理想なき者、理想なき者に計画なき者、計画なき者に実行なき者、実行なき者に成功なし。故に、夢なき者に成功なし」…。
夢に関する名言は、数知れない。夢を持つことは、なぜ重要なのだろうか。私たちは、夢を持っていても、そのことを意識することは少ないかもしれない。



夢を持つことで、自分の進むべき道がはっきりし、日々、その方向にすすんでいくことができる。実感しながら、過ごしていくことができると、夢を持つことがわかってくる。夢を現実にするために、何をすべきかがわかってくる。夢を現実にするために、何をすべきかを自分自身で探さなければならない。必要な情報を見つけていく必要がある。それにより、生活にメリハリがつけ、積極的に行動できるようになる。

数々の研究によっても、将来の自分を想像することで、現在の自分をコントロールする力(意志力)が強くなるという結果が得られている。

アメリカの心理学者、ケリー・マクゴニガル著「スタンドフォードの自分を変える教室」によれば、自分をコントロールする力(意志力)には、3つの側面があるという。

1つ目は、自分の目標に浴うことを実行しようとする意志(I will、「やるぞ」)、2つ目は、それ以外のもの(誘惑や楽しみなど)を切り捨てる能力(I won't、「しないぞ」)である。3つ目は、自分が何をしたいのか、目標をハッキリさせる力(I want、「こういう人間になりたい」という夢)である。

私たちの周りには様々な誘惑が存在している。インターネットは瞬間の誘惑を、次から次へと繰り出してくれる道具である。

自分のゴール(夢、I wantの対象)をはっきり認識しておかないと、意志力が十分に備わらず、どうしても誘惑に流されてしまうということになる。



5月に行われた全国学力テストの児童生徒へのアンケートでは、「将来の夢や目標を持っているか」との割合が前回の調査より小6が5.7%減の60.2%、中3が4.4%減の40.5%という結果であった。

「一流のスポーツ選手になる」「医師になる」「科学者になる」といった大きな夢、「目指す高校に合格する」「テストで100点をとる」「資格をとる」といった身近な夢、あるいは課題に至るまで、夢や目標をもつことで、日々の生活をより充実したものにしてくれるはずである。
出典:ケリー・マクゴニガル『スタンドフォードの自分を変える教室』大和書房

「あと少し、もう少し」

ふらっと立ち寄った本屋さんで、タイトルに惹かれて手に取った、青春小説、「あと少し、もう少し」。



陸上部の名物顧問が、転勤となり、代わりに、井上部長の勧めで、頼りない美術教師のメンバーを募り、練習を始める。1区を走る元いじめられっ子、練習を始める。2区、不良の太田、3区、頼み断れないジロ、4区、プライドの高い渡部、5区、せな後輩の俊介、6区、アンカー、部長の柁井。寄つ集めの6人は県大会を目指して、襷を一つ集める。そんな中学生たちの最後の夏を描いたストーリー。

駅伝の魅力は、何と言っても1本の襷をチーム一丸となって運ぶ「絆」にある。ひとり一人の走者が担当区間をチームの勝利のために、一人一人が諦めず走り抜く。誰かの失敗がみんなの成績に影響する、誰かの連帯感が生まれ、見ているもの心揺さぶる。この作品にも、そんな姿が描かれている。



「自分のためにできることなんて、たかがしれているけどさ、誰かのために何かするって、すげえパワー出るんだな。」
2区を走る太田の言葉が印象に残った。

家族、学校、学級、部活動…。私たちは、いくつもの集団、チームに属して、日々、生活している。私たちは決してひとりではない。

「あと少し走れば、襷を手渡せる」
「もう少し走れば、県大会に出場」
「あと少し、もう少し、みんなと走りたい」
私達もこんな思いで、だれかのために、そして、自分のために「あと少し、もう少し」今年度後半を頑張っていきたいと思う。



出典:瀬尾まこと『あと少し、もう少し』新潮社

ゲームやりすぎ注意 ルールを決めよう

文部科学省が実施した全国学力学習状況調査の結果が公表され、テレビゲーム(パロリ、スルも含む)にける1日当たりの時間は、1時間以上が小6で計75.9%、中3で計79.8%に上りました。同じ質問があつた2017年度は、小6で55.1%、中3で58.5%。単純比較はできませんが、いずれも20%ほど上回りました。「4時間以上」と答えた割合は小6、中3ともに1割強となっています。

ゲームは楽しく、得られるものも多いですが、やり過ぎには注意が必要です。「ゲーム依存症」という状態になることもあります。ゲームに夢中になりすぎて、昼と夜が逆転した生活になる。親に注意されたらイライラして暴力をふるう。こうした症状があると、ゲーム依存の疑いがあります。

ゲーム依存症には、確立した治療法がまだないといわれています。

ゲーム依存症の予防として、親子で話し合い、ルールを決めることが大切であり、相談できることが重要になります。

ゲームのやりすぎかな、と思ったら ~自分の状態を知ろう~

この1年のうちに

- ゲームができる時のことばかりを考えていた時期がある
- もっとゲームをしたくて、不満に感じたことがある
- ゲームができなくて、つらいと感じた
- ほかの人から何度もゲームの時間を減らすようにいわれたのに、減らせなかった
- いやなことを考えなくてすむよう、ゲームをした
- 自分のゲーム行動がもたらす結果について、だれかと口論した
- ゲーム時間についてウソをついたことがある
- ゲームで頭がいっぱいになり、ほかの趣味や活動への興味がなくなった
- ゲームが原因で、家族や友だちとぶつかった



0~1項目
通常のゲーマー

2~4項目
リスクの高いゲーマー

5項目以上
危険信号

「インターネットゲーム障害スケールの日本語版(IGDS-J)について」より

山梨県警察ヤングテレホンコーナーがフリーダイヤルになりました。

0120 - 31 - 7867

みんな ひとりで なやむな

受付時間 平日 8:30 ~ 17:00



「ヤングテレホンコーナー」は、多種多様化している少年の悩み、不安、困りごとや、少年に対する保護者の悩みなどについて、気軽に相談できるように設けられた専門ダイヤルです。

相談者の皆さんが利用しやすい環境を整備するため、本年10月から、フリーダイヤルでの運用を開始しました。

匿名の相談でも大丈夫。一人で悩まず、お気軽に利用してみてください。

メールによる相談もできます。

山梨県警察ホームページの「少年サポートセンター」に用意されている「相談専用フォーム」から入力してください。

http://www.pref.yamanashi.jp/police/p_syonen/saportsenter.html



全国地域安全運動 (期間 10月11日~20日)

ひとり一人が安全安心のために

- ・子供、女性の犯罪被害防止
- ・電話詐欺の被害防止
- ・万引きの防止
- ・自転車盗の被害防止 侵入窃盗の被害防止
- ・自転車盗の防止
- ・インターネットの安全な利用



第30回全国小学生作文コンクール 「私たちのまわりのおまわりさん」応募のお礼

今回は、県内18の小学校より、低学年の部88作品、高学年の部25作品の計113作品の応募がありました。ご協力ありがとうございました。

結果等については、発表があり次第、掲載させていただきます。

