

i Swing(アイ スイング)のご案内



当センターでは、ネット/ゲームの利用をめぐる困り事を抱えているご本人を対象に、ネット/ゲームとの適切な付き合い方を学ぶためのプログラム「i Swing (アイ スイング)」を実施しています。



i Swing とは？

- ・香川県の「ネット/ゲーム依存症対策事業」により、三光病院が作成したプログラムです。
- ・プログラムを通じて学んだり考えたりし、ネット・ゲームと上手に付き合えるようになることを目指します。

内容は？

- ・ワークブックを用いて、ネット/ゲーム依存症について学びます。また、自身のネット/ゲームの使い方や生活を振り返り、ネット/ゲームを適切に利用するための対策や目標等について考えます。

どんな人が対象になる？

- ・ご自身のインターネットやゲームの利用方法を見直したいと考えている、小学生から高校生までの方。
- ・当センターでの事前面接の結果、本プログラムを受けることが適当と認められた方。

※保護者の方からお子様の利用を希望される場合も、お子様ご本人の意向を確認したうえで、実施の可否を判断します。

どうやって実施する？費用は？

- ・原則個別で実施しています。費用はかかりません（ワークブックはこちらでお渡しします）。



どうしようか迷っているときは、まずはお気軽にご相談ください。

あなたのその一歩をここからお待ちしております。

☎087-804-5565