



9月のほけんだより

平成29年 第202号

呉市役所
子育て施設課
0823-25-3144



こどもとメディア

スマホやタブレット・テレビやDVD等、子どもたちの周りには様々なメディアがあふれています。「健康によくないと思いながらも、手軽なためつい与えてしまう」「公共の場で機嫌が悪い時は、本当に助かった」など、便利な反面よくない影響があることはわかっていてもどうすればよいか分からず、漠然と不安を感じている保護者が多いようです。

何が問題なのでしょう？



1 コミュニケーションの機会が減っていませんか？

・スマホやタブレット等に頼って育児をしていると、子どもとのコミュニケーションが極端に減ってしまいます。また、ことばを覚えておしゃべりを始める時期に、大人との会話が減ってしまうため、ことばの習得が遅れがちになってしまいます。目と目を合わせて語りかけることで、子どもは安心感と大人に対する愛着を感じ、情緒の安定やコミュニケーション能力の発達にはとても大切です。

2 時間のコントロールは大丈夫？

・スマホやタブレットを使っているときはおとなしくても、取り上げると聞き分けがなくなり、がまんができない子どもが少なくありません。習慣性に注意が必要です。子どものだだこねに困り、言いなりになってしまったり、自分の時間を作り出すために、長時間与えてしまったりすることのないように気をつけましょう。



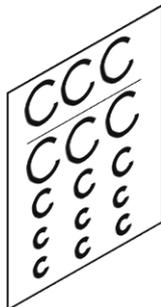
3 実体験の機会が減っていませんか？

・子どもは、いろいろな体験を積み重ねていく中で、見る・聞く・触る・味わう・臭うの「五感」をバランスよく使っていくことが脳の栄養となり、豊かな感受性や安定した情緒の発達につながります。そんな発達の途中にいる子どもたちを、指先の動作と画面の中のできごとであるスマホにどっぷり漬からせてしまうと、「五感」を刺激する機会を奪いかねません。



4 視力は大丈夫？

・スマホやタブレットは画面が目近く、長時間使用してしまうと子どもたちの視力を悪化させてしまう可能性があります。



子どもたちの心身の健やかな発達のためには、1日のトータル接触時間を2時間以内とし、2歳まではなるべく見せない（見せるとしたら、大人と一緒に見る）、現実の体験も経験させる、などが大切です。

大人がスマホを操作しながら子どもと会話をすると、子どもは「今（大人は）忙しいんだ、話しかけてはいけない・・・」と感じてしまい、「楽しい」「うれしい」「さみしい」など、自分の思いを伝えられなくなってしまいます。共働きの家庭が増え、親が子どもと過ごす時間が減っている中、メディアを盛んに使い、その時間をさらに削るのはもったいないことです。



ほけんだよりは、くれ子育てねっとの子育て支援サービスでもご覧になることができます。