

みなさんこんにちは、県立生涯学習推進センター メルマガ担当です。

当センターでは、「情報メディアとの上手な付き合い方」という内容で、小・中学校の保護者を中心に（児童生徒も同席）出前講座を実施しています。先日、とある保育園から保護者向けに出前講座を実施してほしいと依頼がありました。保育園でも、保護者が子どもの長時間の動画視聴やネット、ゲームの問題について悩んでいるとのことでした。

幼児期でも、すでにネットやゲームとの距離が近い状態が作られていて、小学校に入学する前から、ネットやゲームの長時間利用が発達に及ぼす影響を理解し、上手に付き合っていく方法を親子で取り組んでいく必要があるのだなと感じたところです。

今号は、長時間の動画視聴が子どもの言語発達に及ぼす大きな影響と、その対策について紹介したいと思います。（すでに実践している方も、改めて確認してみてくださいね☆）

独立行政法人国立病院機構仙台医療センター小児科の田澤雄作氏は、「例えば、1日4時間メディアと付き合うことは、起きている時間の約4分の1、つまり12歳になるまで3年分の現実世界体験の機会を失うことになる」とし、子どもの発達においては「子どもは、保護者や子ども同志の会話や遊びの中で、直接顔を合わせての現実体験を共有することにより、『自分の気持ち』を伝えるための言葉や『ほかの人の気持ち』を感じる力を発達させ、親子の絆（人間の絆）を育み、身体や脳（こころ）を成長させる。」としています。

このように発達の過程において重要な時期に、ネットやスマホ、動画の長時間視聴をしているとこれからの成長に大きな影響を及ぼすことが想像できますね。

さらに田澤氏は、「親がテレビ・ビデオ・スマホを見ながら、あるいはテレビ・ビデオ・スマホにまかせる育児は、親と子どもが顔を合わせる時間を減少させ、子どもの言語や感性の発達を阻害する危険がある。乳幼児期には、親子共々テレビ画面から離れ、一緒に会話し絵本を読み、身体遊びを楽しむ時間が大切である。行き過ぎたテレビ・ビデオ・ゲーム・スマホは、笑顔が少ない、視線が合わない、言葉が乏しいなど、対人関係の発達に問題がある子どもをつくる可能性がある。」と、その危険性を指摘しています。

このような危険性を回避するため、田澤氏は提言6つを挙げています。

- ① 3歳までのテレビ・ビデオの視聴は控えましょう。
- ② 授乳や食事時のテレビ・ビデオの視聴は止めましょう。
- ③ 幼児期以降では、すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。1日1時間が安全と考えます。
- ④ ゲーム遊戯時間は1日15分までが安全と考えます。中毒防止のためゲームから離れる日「ノー・ゲーム・ディ」を設けることが重要です。
- ⑤ 子ども部屋にテレビ・ビデオ・ゲーム・パソコンを置かないようにしましょう。
- ⑥ 子どもとメディアを利用するルールをつくりましょう。

子どものルール作りばかりが目されていますが、子どもと関わる大人も、子どもと一緒に情報メディアとの上手な付き合い方、意識してみませんか♪

子育てに関する悩みを一緒に考えます☆

子育て電話相談「すこやかダイヤル」 0198-27-2134

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^\_^)/

[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

★=====★

【発行・文責】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>

【Facebook】 <https://www.facebook.com/manabinetiwate/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

★=====★