

情報メディアとの上手な付き合い方

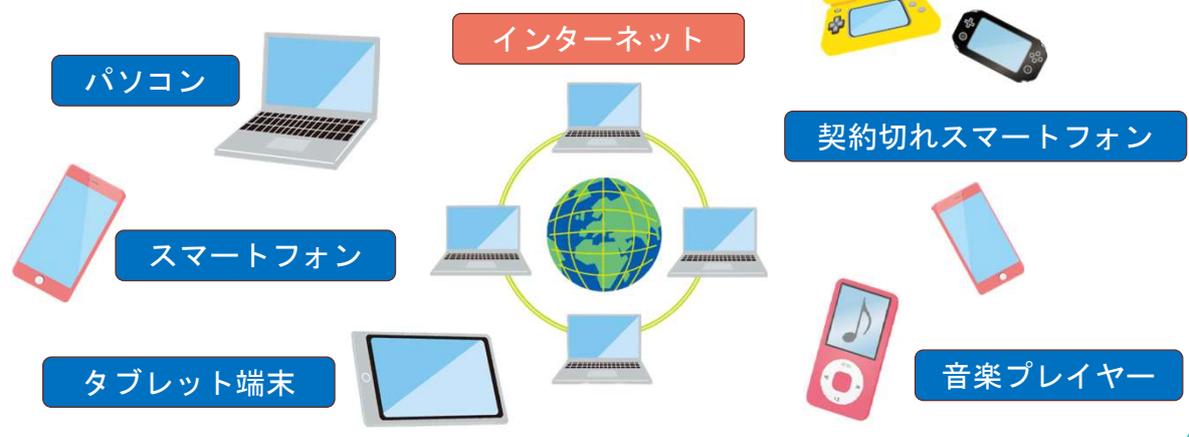
1

本日の内容

- 1 近年のネット利用に関する話題
- 2 ネット利用の実態
- 3 依存って何だろう
- 4 スマホが脳を破壊する
- 5 子どもの脳の成長
- 6 健康な脳を育むために

2

情報メディアって何？



文字や、音、絵、写真、動画などの情報を伝えるしくみ

このような光景見ませんか？

電車やバスの中で・・・多くの乗客がスマートフォンを使用



スマートフォンで様々なことができる



近年のネット利用に関する話題

近年のネット利用に関する話題

スマホ等の使用時間 目安示す条例案可決 とよあけし 愛知 豊明市

2025年9月22日

条例の対象

すべての市民と市内の学校に通う18歳未満の子ども

- ・小学生以下は午後9時まで
- ・中学生以上は午後10時までとする時間帯の目安も

「各家庭で使用時間や時間帯について、
話し合うきっかけにしてほしい」



<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20250922/k10014929441000.html>

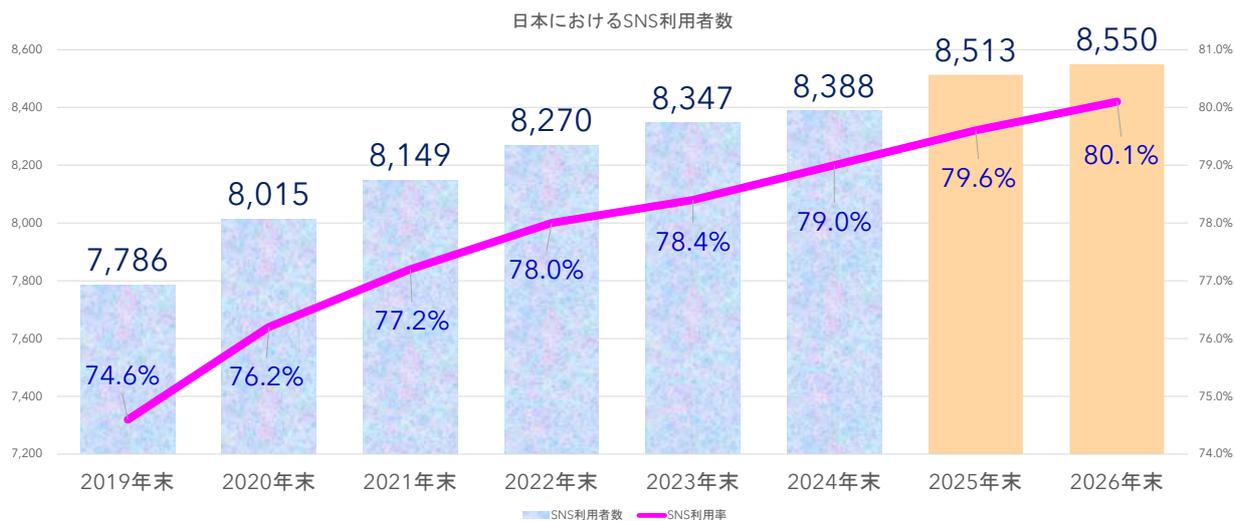
- オーストラリア：16歳未満のSNS利用禁止へ（2024年11月）
 - ・ SNS上でのいじめを苦に子供が自殺するケースが出るなど、子供の心身に深刻な被害を及ぼしているため
- アメリカ：学校でのスマホ使用禁止へロサンゼルス、60万人対象に（2024年）
- 厚生労働省：インターネット依存が疑われる中高生が7人に1人（2018年）
- WHO（世界保健機関）「ゲーム障害」を精神疾患として認定（2019年）

ゲームやスマホを使うとどうしてダメなの？

- ネットにつないで使っていて悪いことをする人に会う
- たくさん使いすぎると、体や心の病気になる

2 ネット利用の実態

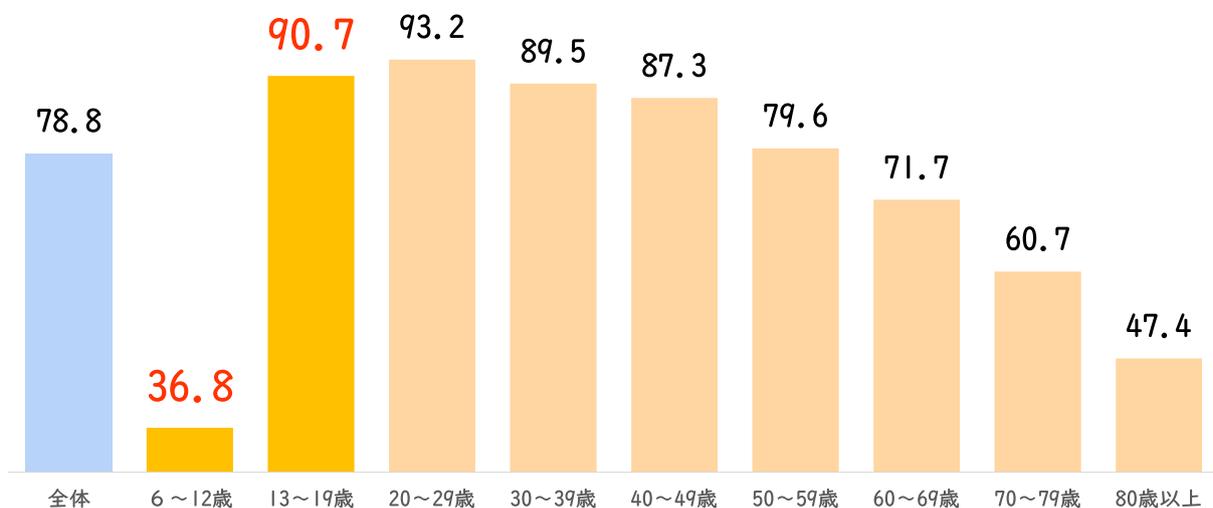
日本のSNS利用者は8,452万人超、SNS普及率は79.0% (2024年末時点)



※SNS利用率はネット利用人口に対するSNS利用者の割合
(2024年末のネット利用人口は1億704万人と推計)

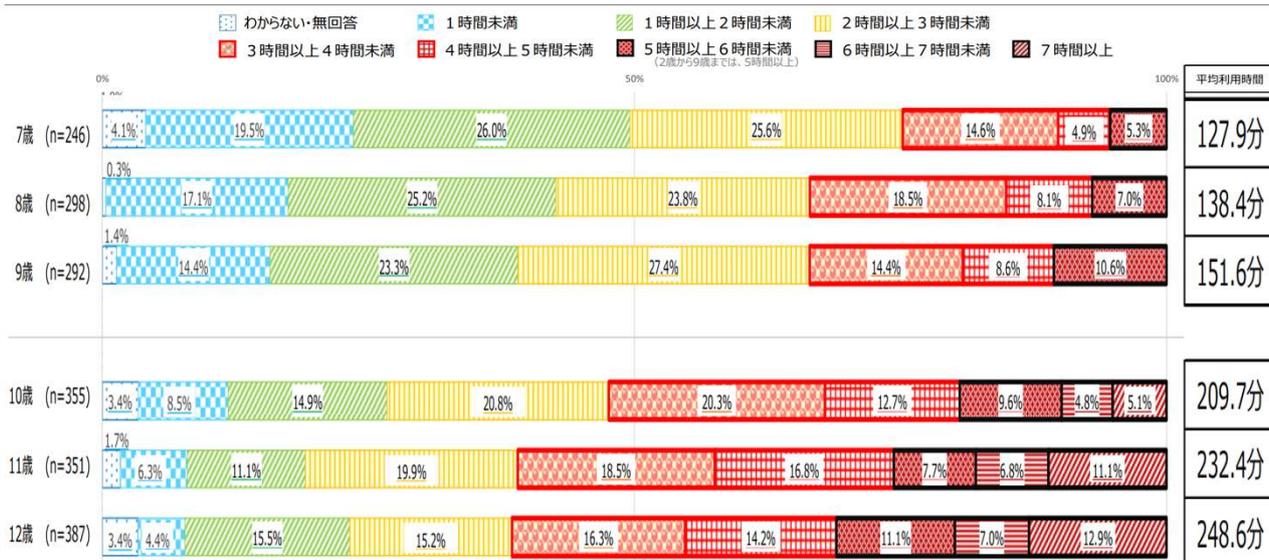
ICT総研「2024年度SNS利用動向に関する調査」より
<https://ictr.co.jp/report/20250122.html/>

【日本】年代別SNS利用率



(2024年2月14日 hottolinkをもとに作成)

インターネットの利用時間（年齢別／平日1日当たり）

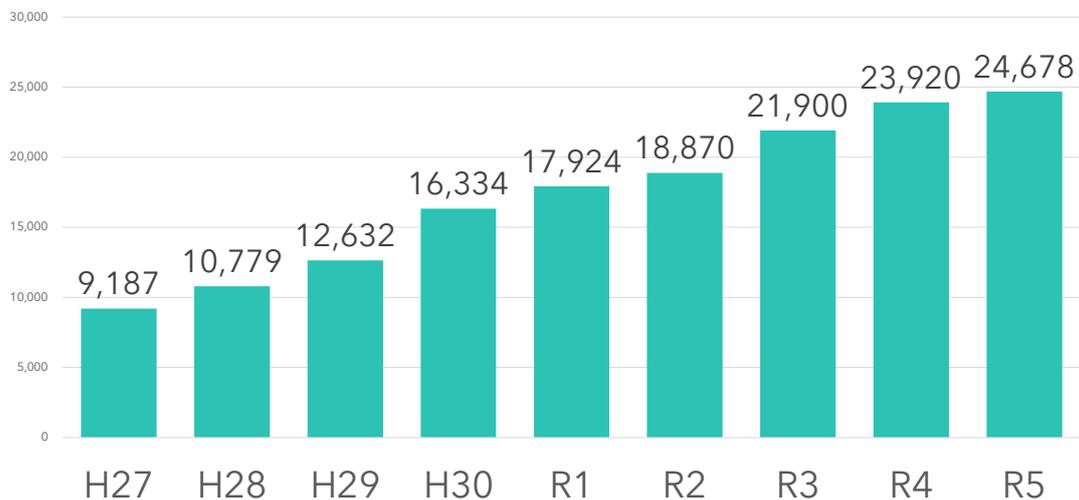


こども家庭庁：R05_速報_青少年インターネット利用環境実態調査_調査結果

いじめの認知件数 732,568件

13

パソコンや携帯電話等によるいじめ



令和5年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査(文部科学省)

13

警察庁統計データにみる児童の被害状況

14

この資料は令和7年3月に警察庁生活安全局人身安全・少年課から公表された、「令和6年における少年非行及び子供の性被害の状況」から抜粋したものです。

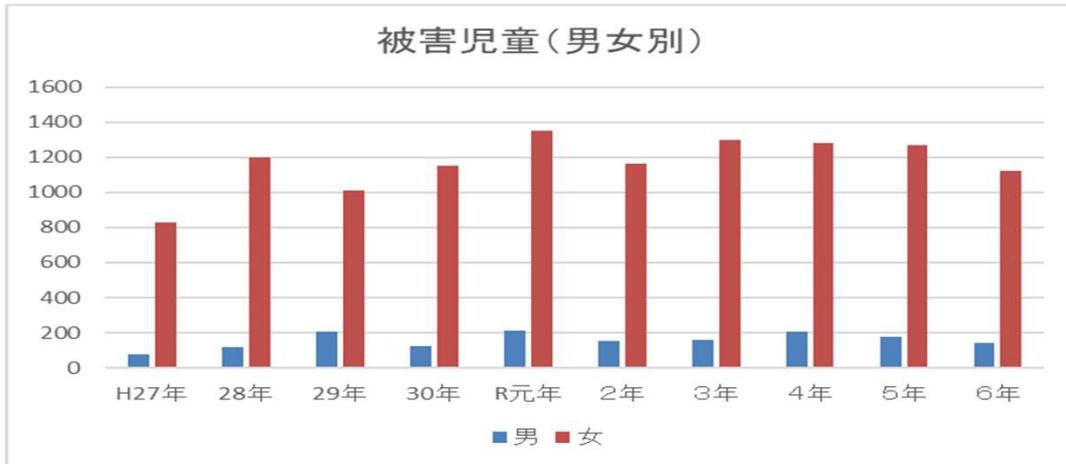
元のデータは

https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/pdf_r6_syonenhikoujyokyo.pdf
をご覧ください。

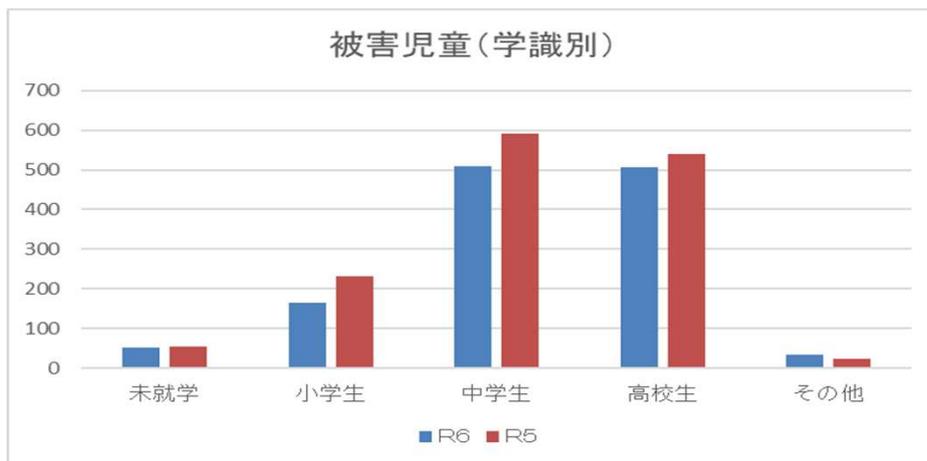
※資料中の児童は未成年を指します。



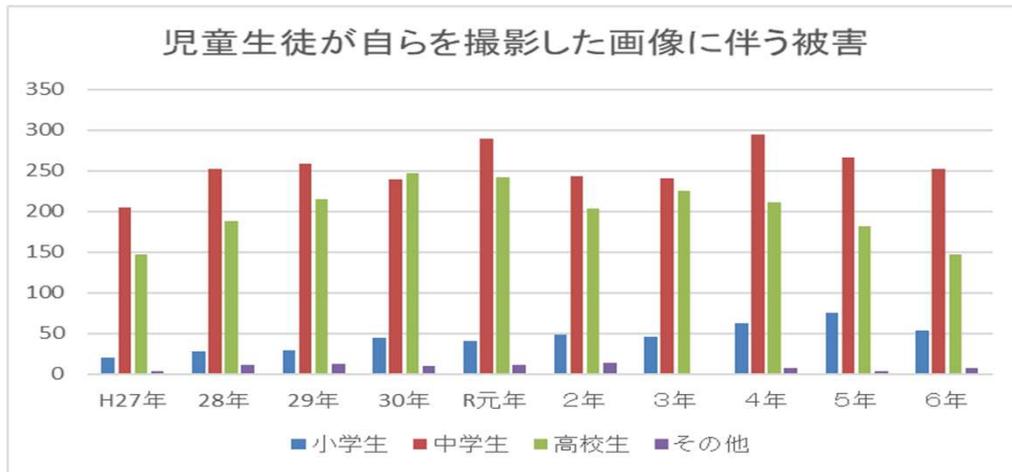
14



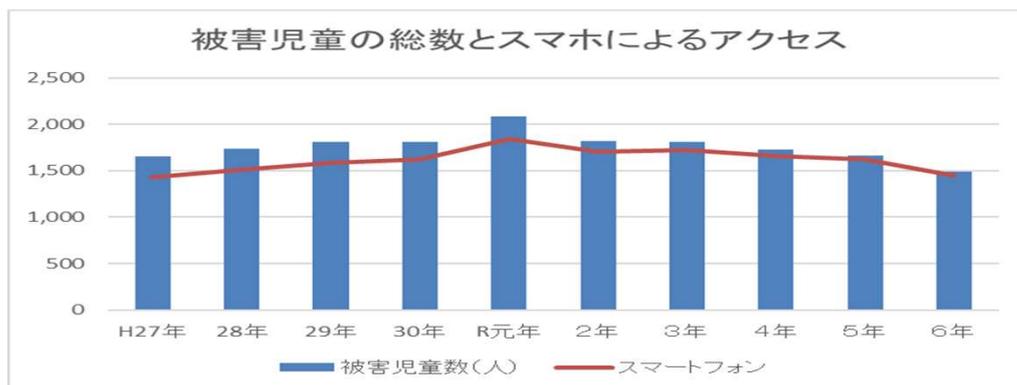
被害児童数は横ばいの状況で、まだまだ注意が求められます。女児の被害が多く年齢的には中高生が多い傾向ですが、小学生の被害数も少ないとは言えない状況です。



被害児童数は横ばいの状況で、まだまだ注意が求められます。女児の被害が多く年齢的には中高生が多い傾向ですが、小学生の被害数も少ないとは言えない状況です。

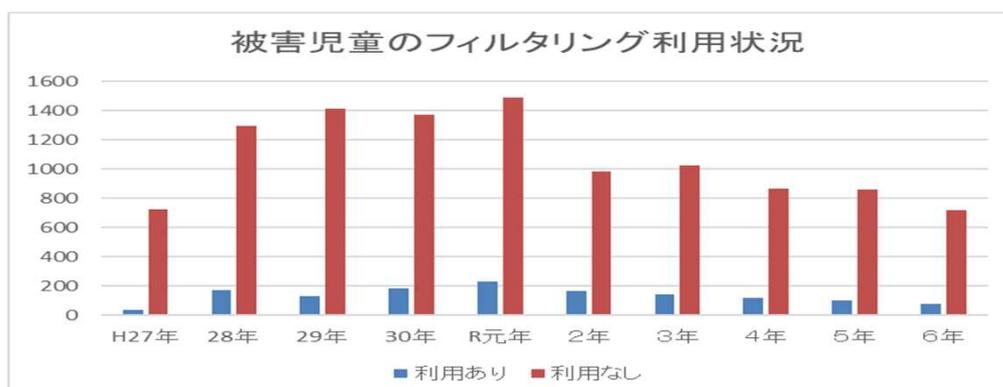


被害の内容を見ると、児童生徒が自らを撮影した画像に伴う被害が多く、小学生の被害者もやや増加の傾向にあります。



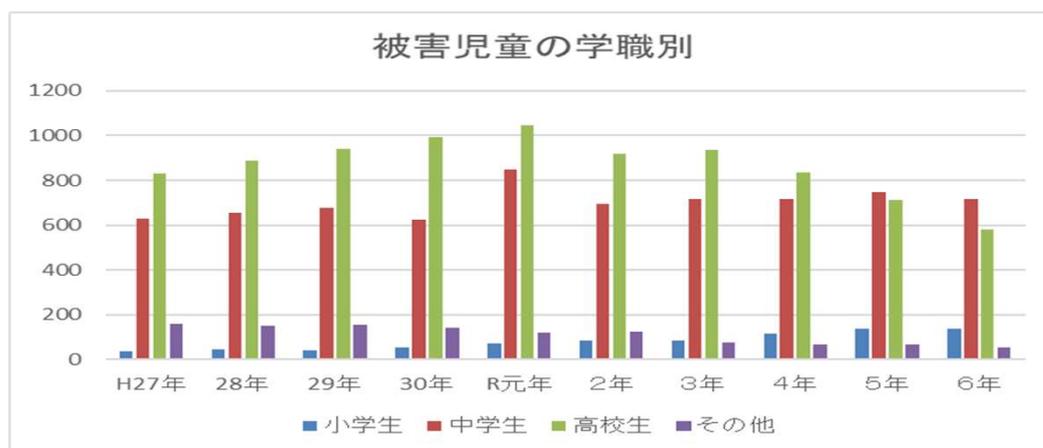
SNSを利用して被害にあった児童生徒が利用していた機器はスマートフォンが大多数を占めていることがわかります。また、被害児童はフィルタリングを利用していない場合が多いことから、フィルタリングを利用することで被害の多くを減らすことができると考えられます。

第5 SNSに起因する事犯 SNSを利用したことによる被害の状況について



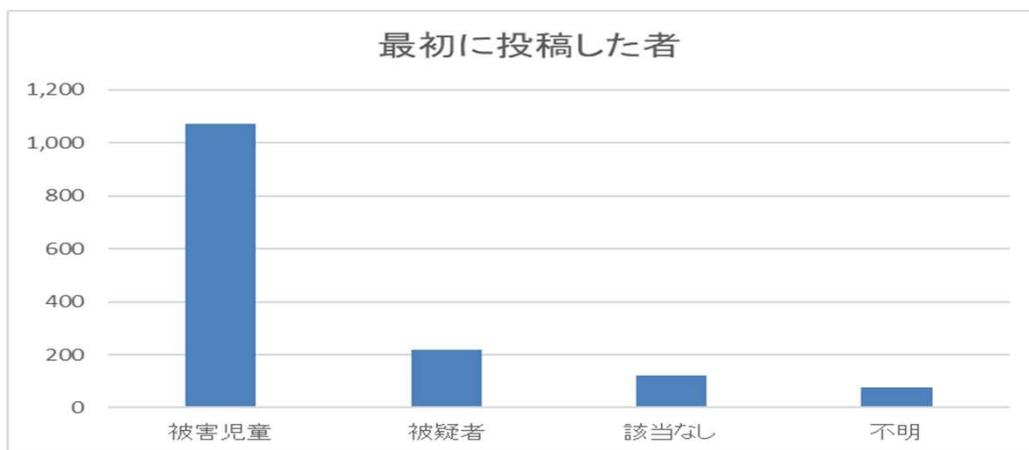
SNSを利用して被害にあった児童生徒が利用していた機器はスマートフォンが大多数を占めていることがわかります。また、被害児童はフィルタリングを利用していない場合が多いことから、フィルタリングを利用することで被害の多くを減らすことができると考えられます。

第5 SNSに起因する事犯 SNSを利用したことによる被害の状況について



被害児童の中心は中高年生であり、多くは自らの書き込みに端を発して被害につながっています。書き込む場所、書き込む内容について慎重に行うことが求められています。

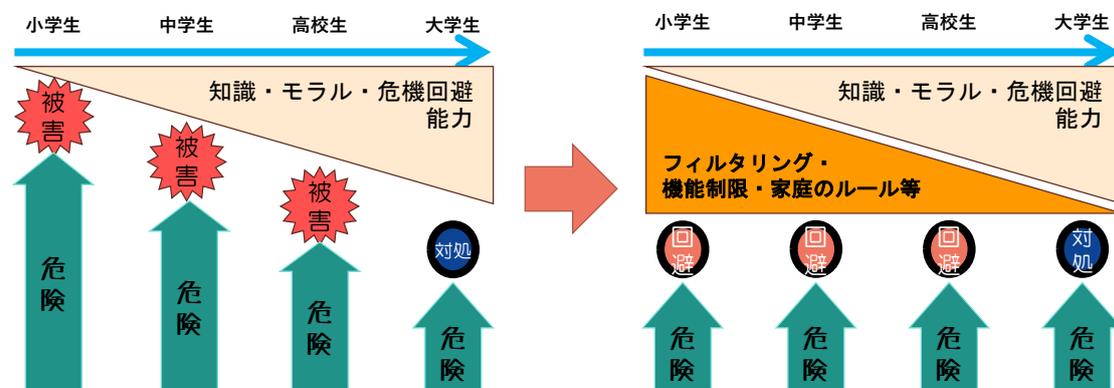
第5 SNSに起因する事犯 SNSを利用したことによる被害の状況について



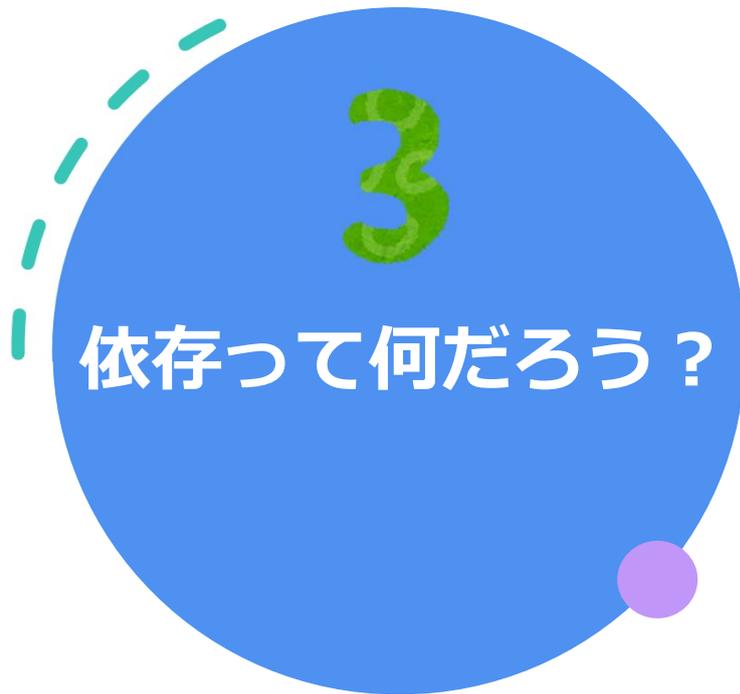
被害児童の中心は中高校生であり、多くは自らの書き込みに端を発して被害につながっています。書き込む場所、書き込む内容について慎重に行うことが求められています。

21

被害にあう児童を減らすためには適切な使い方についてご家庭での指導が必要です。特にスマートフォンを買い与える際にはフィルタリングサービスを設定し、ご家庭で子供と一緒に使い方のルールを作ったり、使い方のマナーについて繰り返し根気よく指導することが大切です。



22



依存といえば…



アルコール依存



ギャンブル依存

依存症とは？

物質の使用（お酒、覚醒剤など）や
行為（ネット、ゲームなど）を、
コントロールできなくなってやりすぎてしまい、
生活に**悪影響**が出る**病気**

WHO（世界保健機関）「ゲーム障害」を
精神疾患として認定（2019年）



【ネット・ゲーム依存の3つの形態】

ゲーム依存

コンテンツ依存

つながり依存

（原典「ネット依存にならないために」日本教育情報化振興会）

【ネット・ゲーム依存の3つの形態】

27

【ゲーム依存】

インターネットが普及する前からありました。当時は自分ひとりで楽しむもので、人との関わりがありませんでした。ただし、現在は、人との関わりをもちながらゲームをする「オンラインゲーム」がふつうになっているので、コンテンツ依存と分けています。



(原典「ネット依存にならないために」日本教育情報化振興会)

27

【ネット・ゲーム依存の3つの形態】

28

【コンテンツ依存】

長い時間にわたってネット上の書き込みを読んだり、動画や音楽サイトを楽しんだりすることが度を過ぎると、コンテンツ依存といわれます。動画や音楽の視聴がサクサクとできるようになり、コンテンツの内容も充実してきたため、いちど視聴を始めるとなかなかやめられません。



(原典「ネット依存にならないために」日本教育情報化振興会)

28

【ネット・ゲーム依存の3つの形態】

29

【つながり依存】

SNSなどで人とコミュニケーションをする中で、依存に陥っているものです。ソーシャル依存、きずな依存といわれることもあります。コンテンツ依存やゲーム依存は、楽しくなってなかなかやめられない状態です。これに対し、つながり依存は、友だちとの関係を悪くしたくないために、やめたくてもやめられず、結果としてスマートフォンやケータイが手放せない状態にあることをいいます。



(原典「ネット依存にならないために」日本教育情報化振興会)

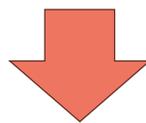
29

30

中高生7人に1人がネット依存！

H30厚生労働省調査

全国で93万人に上る



今はもっと多い!?

30

依存のメカニズム

31

1998年ロンドン、インペリアルカレッジの研究

(テレビゲームが脳に与える影響に関する研究)

50分間ゲームをする



脳内の
ドーパミン放出が
2.0倍



比較

覚せい剤を注射



脳内の
ドーパミン放出が
2.3倍

31

依存のメカニズム

32

32

ドーパミン…ホルモン的一种

楽しい、気持ちいい、快感の感情を得られる物質



大量のドーパミンに脳がさらされると、
次第に快感を得にくくなる



再び快感を得ようとし、
繰り返されると満足感の基準が次第に変化する・・・

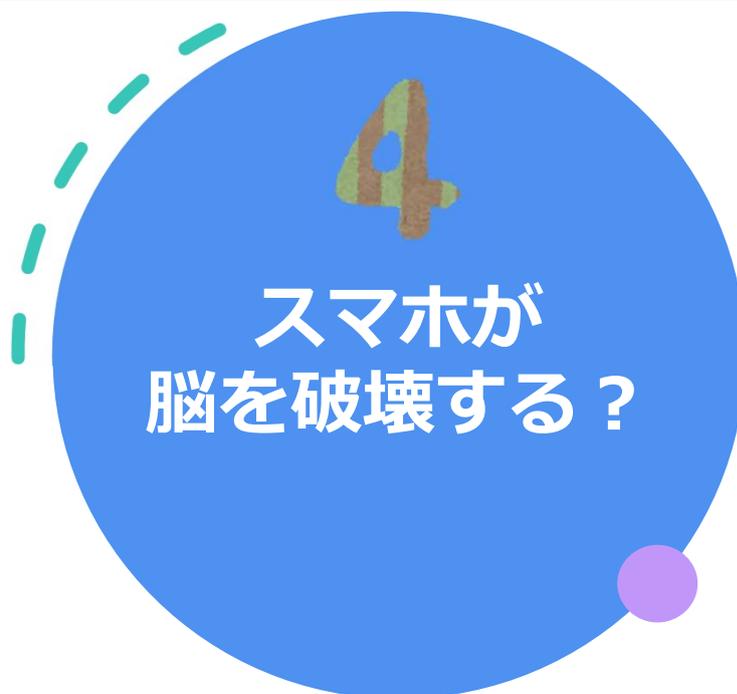
ゲームやスマホのやりすぎで脳が壊れる!

・・・これが依存

前多小児科クリニック 前多 治雄 氏 講演より

32

脳が発達途上の子どもは 影響が表れやすい



だいのう 脳のしくみ

とうちようよう 頭頂葉

手足などの感覚や動き、
空間の認識、温度や痛みを
とらえる

前頭葉

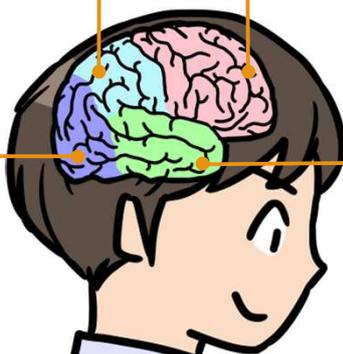
話す、書くなど言語を発する
機能を持ち、思考や分析、
感情や欲求の調整をする。
運動の指令も出す。

後頭葉

色や形など、
目から入ったものを
認識する（視覚）。

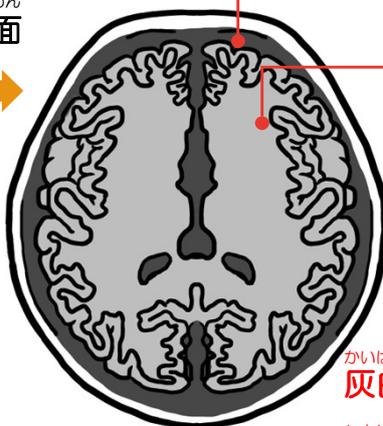
側頭葉

記憶、音や言葉を
聞き分け、理解する。
嗅覚にも関係。



のう 脳の働きに大切なところ

のう だんめん 脳の断面



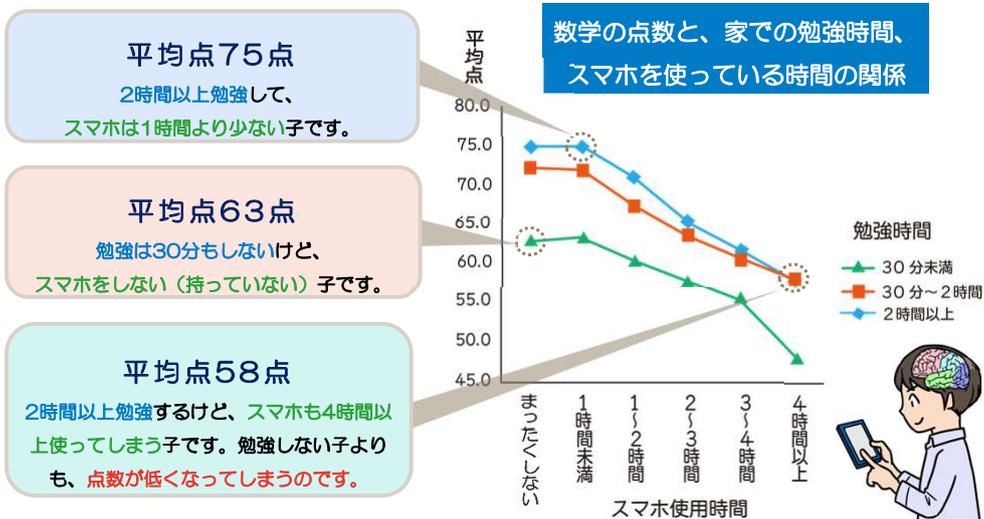
かいはくしつ 灰白質

はくしつ 白質



かいはくしつ はくしつ 灰白質・白質には
しんけいさいぼう 神経細胞がたくさんある

こんな研究結果を知っていますか？



出典「学習意欲の科学研究に関するプロジェクト」東北大学加齢医学研究所・仙台市教育委員会 平成28年3月

インターネットの利用時間と脳の発達



最近分かってきたこと スクリーンタイム

スクリーンタイムとは

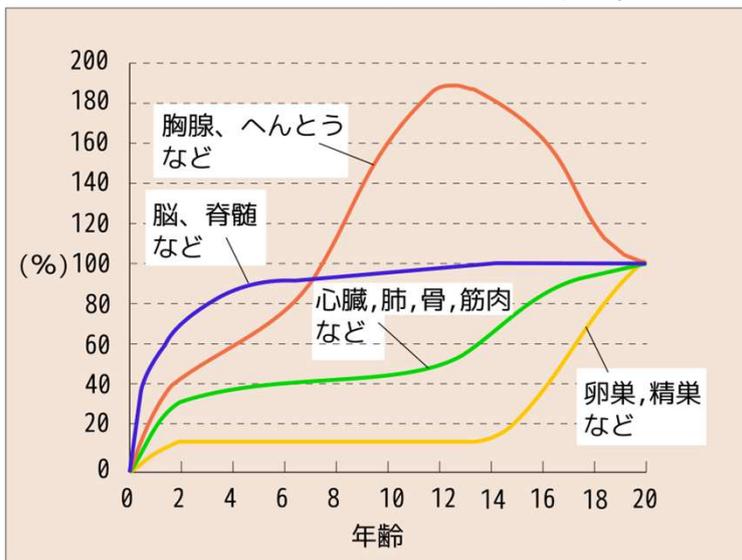
- パソコンやタブレット、スマホ、テレビなどの画面を見ている時間のこと
- 画面を見る時間が長くなると脳が成長しない
- 長い時間見ていることが問題
(学習に使っているか遊んでいるかは関係ない)



ゲーム・ネット は一日1時間



スキヤモン发育発達曲線



File:スキヤモン发育発達曲線svg.svg - Wikimedia Commons

あー あうー

ハイハイ
→ 立ち上る

ヒトの发育、発達を 考えてみると…

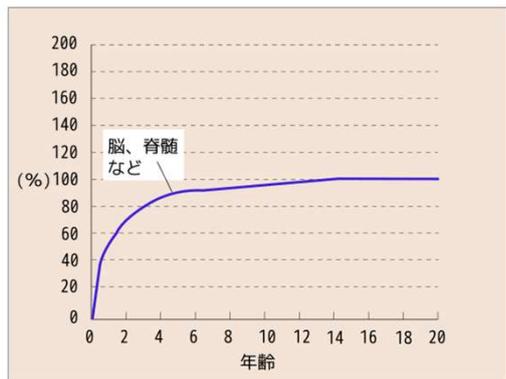
歩く、走るなど、たくさん
からだを動かせるようになる

たくさんからだを動かすことで骨や筋肉がさらに発達する

年齢 (年)	心臓、肺、骨、筋肉など (%)
0	0
2	30
4	40
6	45
8	50
10	55
12	60
14	70
16	80
18	90
20	100

人の目の育ち方

1.0の視力



焦点を合わせる

眼球(目玉)が動く

1歳 赤ちゃん

3~4歳ごろ

6~7歳 小学校入学ごろ

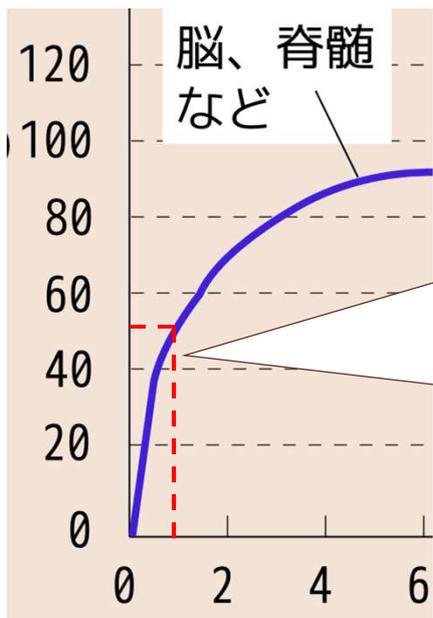


視力

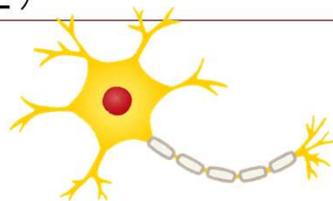
0.2

成長とともに発達していきます

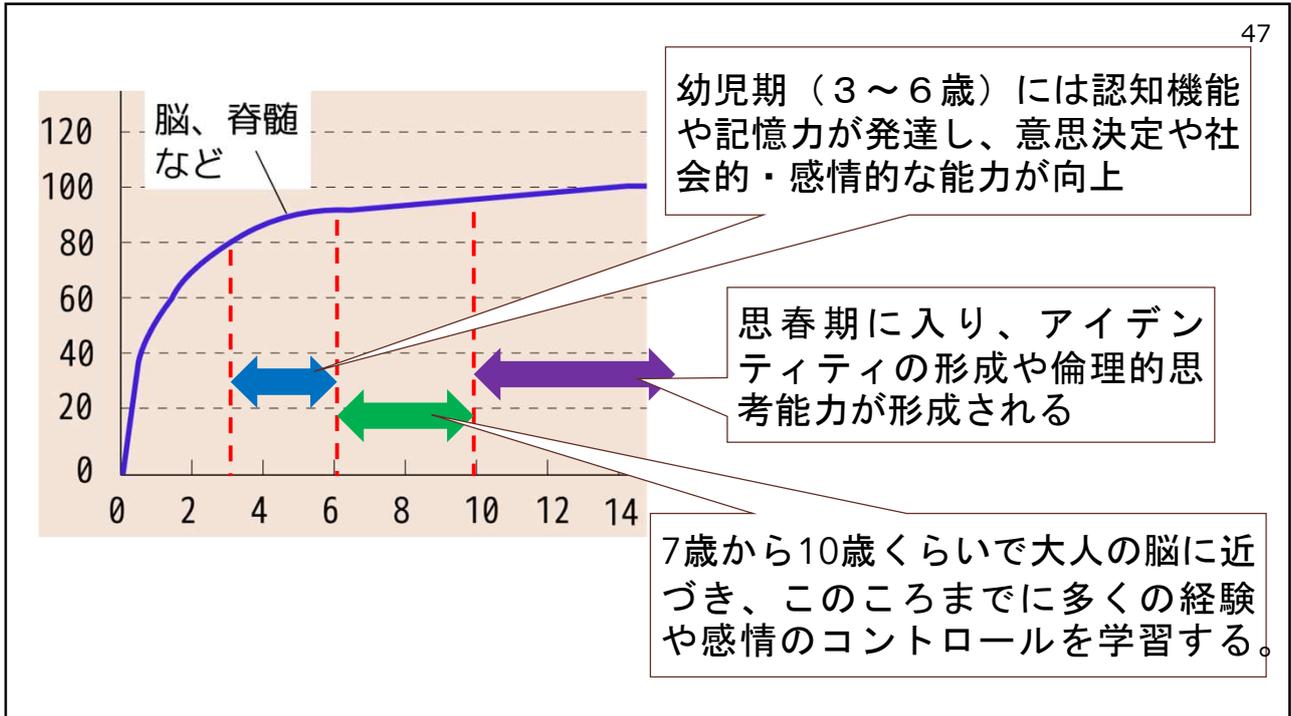
1.0



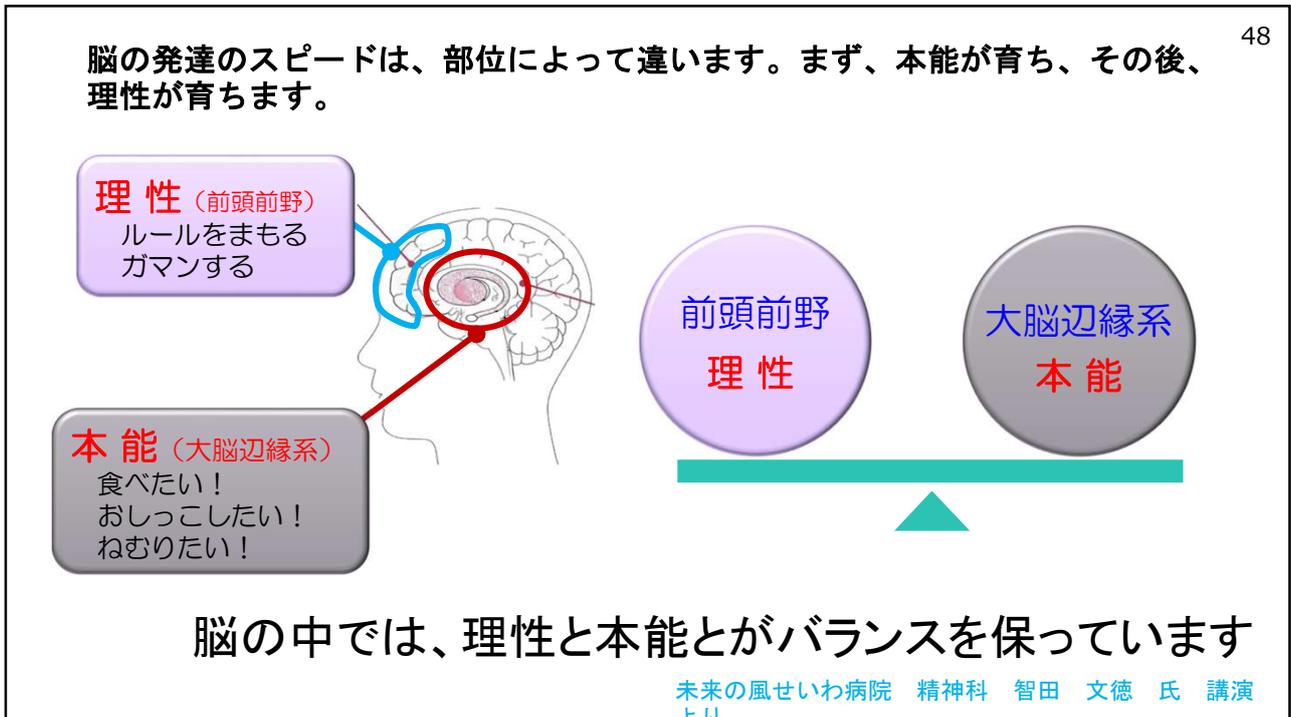
胎児期から新生児期（～1歳）ころに脳を構成する神経細胞は大部分が形成され、新生児期には神経細胞同士の結びつき（シナプスの形成）が進み、この時に赤ちゃんの運動機能や感覚機能が発達する。その後、乳児期においては神経細胞の結びつきが整備され効率的な神経回路が形成されていく。このとき外界からの刺激は神経回路の形成に大きな影響を与える。（刺激とは経験や学習のこと）



神経細胞

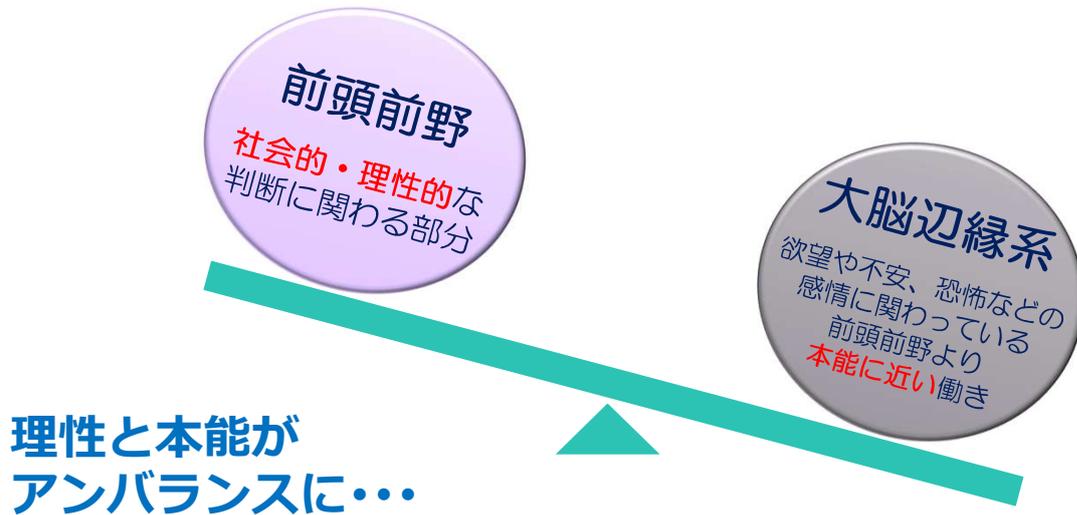


47



48

49
思春期は大脳辺縁系が一気に活性化するため前頭前野より
大脳辺縁系の働きが強くなる

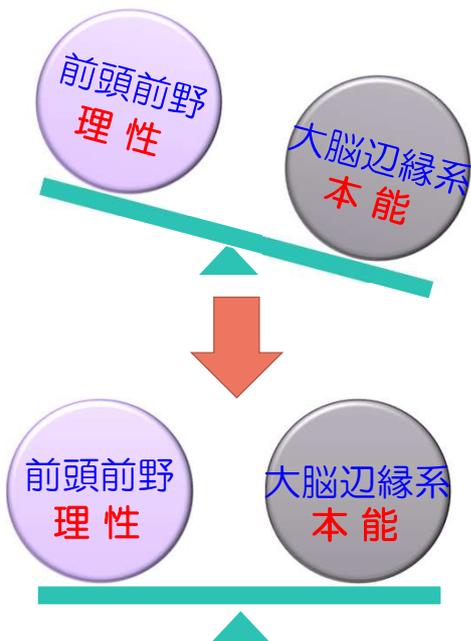


未来の風せいわ病院 精神科 智田 文徳 氏 講演
より

49

50

50



思春期の倫理的思考能力が形成される
時期には社会的な活動の経験を通して、
理性的行動ができるようになる。

このとき、スマホ使用時間が多く、適切
な経験（学習）をしないと・・・

キレやすくなるなどの問題が
あると言われています

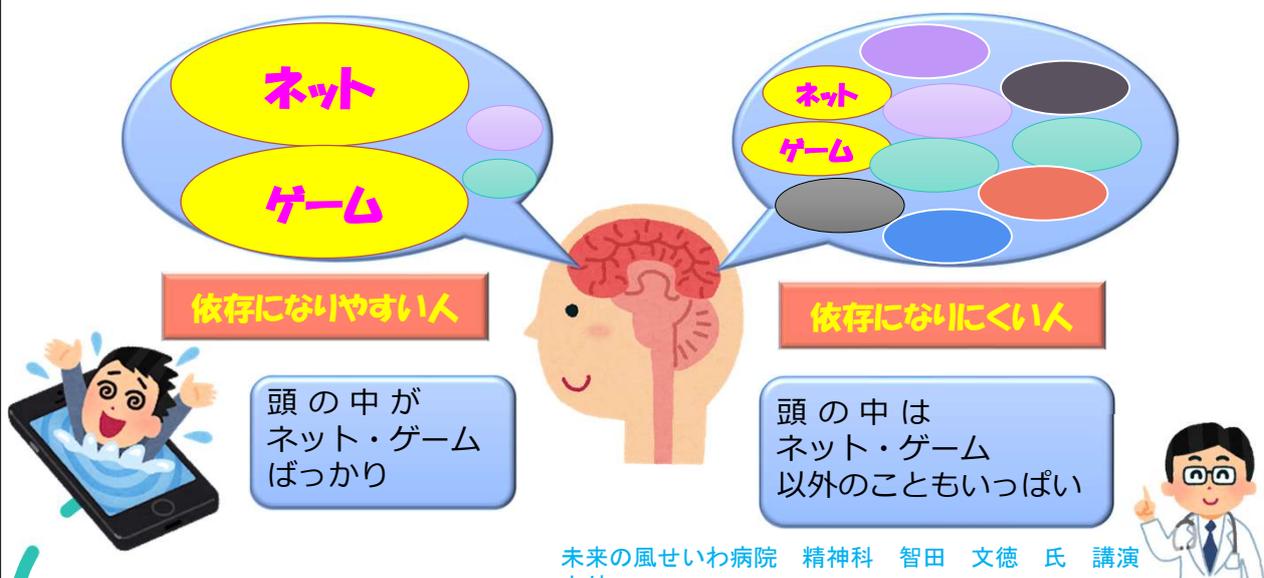


50

6

健康な脳を育むために

頭の中はどうなってますか？



五感を育てる 体験をしよう

五感とは



人は五感を使って外の情報を得ています

パソコンなどで自然のことを
調べることができても・・・



バーチャル体験
で五感 は育ち
ません！

リアルな現実体験の中
で五感 は育ちます



どうすればいいのでしょうか？

55



赤ちゃんは泣いたりぐずったりすることで欲求を表しています。なぜ泣いているのかわからないまま、子育てアプリを見せることは赤ちゃんの育ちをゆがめます。



赤ちゃんとも目と目を合わせ語りかけることが言葉の発達にとっても大切です。

55

どうすればいいのでしょうか？

56



親も子どももメディア機器接触時間のコントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまいます。

親子が同じものに向き合って過ごす絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です。



56

どうすればいいのでしょうか？

57



親がスマホに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。



散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力を育み、自分の気持ちに共感してもらう体験は自己肯定感を育て、心の発達の基礎となります。



57

58

スマホのない
子育てを



58

絵本の読み聞かせ



絵本の読み聞かせは親子の大事なコミュニケーションの時間を作ります

盛岡市家庭教育情報通信「はぐ便り」2024年1月（第108号）より

📖 お話・読み聞かせ・読書はなぜ大切なのか 📖

- * 身体の大切な栄養＝**主食**ですが、**お話・読み聞かせ・読書**＝心の大切な栄養
- * 「感情豊かな言葉をたくさん聞くこと」「五感で言葉を感じ、言葉を知ること」が大切
- * 愛着感情の育ち・・・生の声で温かい心の時間。目と目を合わせる信頼感。

📖 年齢と成長に合わせた絵本の選び方 📖

- 👶 0～2歳頃・・・抽象的な図形・リズムのある擬態語・擬音語・オノマトペ
- 👦 2～4歳頃・・・物語のある絵本(単純なストーリーで繰り返しのある物語)小さな冒険、ドキドキハラハラするが、最後に必ず「安心」「共感」できるもの。
- 👧 4～7歳頃・・・満足のいく結末のある絵本(大人たちが真剣に、地道に、生きる姿。ずるをしない、嘘をつかない。小さいものが大切な働きをしたり、子どもが活躍したりするもの。)

📱 メディア依存の危険 ☹️🚫👶

～テレビや動画、ゲームが子どもに与える影響～

- ① 睡眠障害・・・睡眠の質の低下を招く👉
- ② 攻撃的になりやすい・・・暴力的なコンテンツ(やっつける、叩く、消す、殺す)の影響👉
- ③ 言葉の発達に遅れが生じやすい・・・幼児は直接の対話を繰り返すことで母語を獲得する。

👉 子どもは理性より欲望・本能が勝つため、自分でコントロールするのは難しい。メディアは好奇心をかき立てる刺激が強すぎるので、一気に依存状態に陥る。幼いほど回復は困難になり、治療は長期化してしまう・・・。

👉 スマホに子守りをさせること＝「スマ放置」
⚠️ スマ放置は新手の育児放棄 ⚠️

メディアとの関わりを見直していきましょう!!



(はぐママ)

遊びは子どもの 主食です



https://www.jpa-web.org/dcms_media/other/asobihashusyoku_161215_poster.pdf

遊びを通して子どもたちは五感を鍛え、運動能力を発達させ、社会性を育みます。

五感を育てる体験をしましょう



からだを動かす

自然の中で活動する



におい、風を感じる

友だちと遊ぶ



動植物の世話をする



見て、聞いて、

地域の行事に参加する



触れて...

家族で行事を行う



家のお手伝いをする

話し合っていますか？ 家庭のルール

～安全で安心なインターネット利用のために～

話し合っていますか？ 家庭のルール

～安全で安心なインターネット利用のために～

子どもに
「スマートフォンが
欲しい」
と言われたら

- ◆ スマートフォンを**利用する目的**や**必要な理由**を聞きましょう
- ◆ 家族で話し合い、スマートフォンの利用について「**家庭のルール**」を決めましょう

親子のコミュニケーション

保護者から、子供の言葉に耳を傾ける



子供から相談できる雰囲気作りを



ゲーム機がインターネットに
つながることを知っていますか？

自宅・駅・コンビニストア



ホームページ・動画・メール...

ゲーム機の機能とトラブル

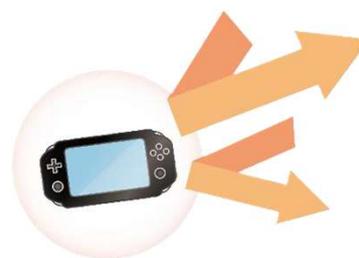
- ◆ ウェブサイトの閲覧
 - 有害なウェブサイトも閲覧可能
- ◆ インターネットショッピング
 - 保護者のクレジットカード使用による高額請求
- ゲームでも・・・
 - チャットでの行き違い
 - 長時間の使用による健康問題



必ずペアレンタルコントロールを設定しましょう

ゲーム機のペアレンタルコントロール

- ◆ ゲーム機の「保護者による使用制限機能」
 - ・ ゲームの年齢制限
 - ・ インターネットの接続制限
 - ・ インターネットショッピングの制限
 - ・ 無線通信で送受信することの制限
 - ・ インターネットに接続して他のゲーム機と通信することの制限
 - ・ 配信動画の視聴制限



ゲームのレーティング(年齢制限)



年齢区分の対象となる表現・内容はふくまれておらず、全年齢対象であることを表示しています。



12歳以上を対象とする表現内容が含まれていることを表示しています。



15歳以上を対象とする表現内容が含まれていることを表示しています。



17歳以上を対象とする表現内容が含まれていることを表示しています。



18歳以上を対象とする表現内容が含まれていることを表示しています。
(18歳未満者に対して販売したり頒布したりしないことを前提とする区分)

出展: 特定非営利活動法人
コンピュータエンターテインメントレーティング機構
<http://www.cero.gr.jp/>

「Z」は、特定の暴力表現や、殺人や窃盗といった、反社会的行為の表現があるゲーム

子供たちがスマートフォンでしていること

動画の視聴・投稿

SNSでのコミュニケーション

ネットゲーム

電子書籍

音楽視聴

情報検索

ナビゲーション

無料通話

写真撮影
投稿

ショッピング
オークション



子供たちがよく使っているSNS

SNS(インターネット上で人と人をつなげるサービス)



1対1 or グループ 会話



短文 気軽 公開



実名 つながり

インターネット上への安易な情報発信

インターネット上に

- ◆ アルバイト先のお店の商品で遊んでいる写真を投稿する
- ◆ 元交際相手のプライベートな写真を投稿する
- ◆ 「〇〇を爆破します」と書き込む
- ◆ 他人をひぼう中傷する内容を書き込む

▶ 犯罪になる可能性がある

スマートフォン等のフィルタリング



無線LANで接続してもブロックする方法や、アプリの利用を制限する方法もあります。

▶ 詳しくは、携帯電話会社等に相談しましょう

ルールを作るときのポイント

- 1 「ルールがトラブルから自分自身を守ってくれる」ことをきちんと伝える
- 2 お互いに納得できるよう、話し合って作る
- 3 子供が守れるルールを作る
- 4 具体的なルールを作る
- 5 守れなかったらどうするか決めておく
- 6 トラブルがあったら保護者に相談するよう決めておく

ルールを作ったあとの見直し

- 1 子供の成長に合わせてルールを見直す
- 2 生活リズム等の変化に合わせてルールを見直す

家庭での ルール作り

一般社団法人全国PTA連絡協議会では子どものスマホ利用ルール作りについて紹介しています

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>



1.事前にルールの必要性を説明

ルールを決める前に、「なぜスマホの利用ルールを決める必要があるのか」を子どもにしっかり説明しておきましょう。子どもがルールの必要性を理解していない状態でのルール決めは、子どもにとってのやらされ感、強制感につながります。

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

2.子どもと話し合ってルールを設定

子どもがルールの必要性を理解したら、具体的なルールを話し合いながら決めていきましょう。子どもの生活スタイルにあわせて、負担にならないようなルールを考えていくことが大切です。保護者側の要求と「スマホをどう使いたいか」といった子どもの要望にもしっかり耳を傾け、双方が納得できるルール作りに向けた話し合いのプロセスも大切です。

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

3.ルール違反時のペナルティも設定

子どもとの利用ルールを決める以上、万が一、ルールを守れなかった時のペナルティも用意しておくべきでしょう。具体的には「利用時間の制限」「利用の一時停止」などが考えられます。ルール違反の内容にもよりますが、非常時の連絡はもちろん、子どもの人間関係などに影響がでないようにペナルティを考える必要があります。ペナルティもルール作りの一つとして設定しましょう。

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

4.定期的なルールの見直し

スマホの利用ルールが必要とされる子どもたちは、成長とともに生活環境や人間関係が急速に変化していきます。最初に決めたルールに対応していくのが難しくなる場合もあり、定期的に見直しが必要です。例えば、進学時のタイミング、または毎年、ルールの内容について子どもと話し合うことを事前に決めておきましょう。

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

5.保護者も一緒にルールを遵守

ルールは子どもだけでなく、保護者も一緒に守るべきことも考えられます。例えば、食事中、就寝前の寝具の中での長時間の連続使用や不適切な姿勢での利用など子どもにルールが課されているのに、保護者は自由にスマホを使っていると不公平に感じる可能性もあります。

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

詳細なルールの例

利用時間

- 1日の利用時間を制限する（例えば、1時間、3時間など）
- 22時以降は利用しない
- 就寝前2時間前からスマホを触らない
- 勉強中や食事中は利用しない

利用場所

- 寝室への持ち込み禁止
- バスや電車内での通話禁止
- ながらスマホ（歩きスマホ、自転車乗りスマホ）禁止
- 更衣室や公衆浴場での使用禁止

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

詳細なルールの例

SNS利用

- 個人情報や顔写真をSNSに登録しない
- 不適切な書き込みや発言をしない
- 他人や有名人の悪口を書き込まない
- フィルタリング機能を利用する
- 怖いものや興味のないものをSNSで閲覧しない

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

詳細なルールの例

インターネット上の危険性

- 知らない人とやり取りしたり、会ったりしない
- 架空請求メールやチェーンメール、心当たりのないメールは無視する
- 不審なアプリやリンクに注意する
- OSやアプリを定期的にアップデートする
- 自分や友達、家族とわかる内容や写真・動画などを投稿しない
- 勝手に課金したり、サブスク契約をしない

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

詳細なルールの例

利用シーン

- 周囲に迷惑をかけない音量で利用する
- 店内の注意書きやスタッフの指示に従う
- 人物、店舗や施設などを許可なく撮影しない
- 撮影する際は周囲に注意を払い迷惑かけない

<https://zen-p.net/tg/g652.html#gsc.tab=0>

大人の意識
保護者の連携

インターネットの知識を深め
適切な利用を考えましょう
学校との連携や保護者同士
の連携も大切です



親としてできること

何より大切なことは… 親子のコミュニケーション

- ◆ 子供を見つめ、見守ること
- ◆ 理解・共感しようとする事



子供たちが安全に賢くインターネットを
利用できるよう考えていきましょう



【アメリカインディアンの教え】（アメリカの薬物乱用防止のテキストから）

子どもたちはこうして生きかたを学びます。
 批判ばかり受けて育った子は、非難ばかりします。
 敵意にみちたなかで育った子は、だれとでも戦います。
 ひやかしを受けて育った子は、はにかみ屋になります。
 ねたみを受けて育った子は、いつも悪いことをしているような気持ちになります。
 心が寛大な人のなかで育った子は、がまん強くなります。
 はげましを受けて育った子は、自信を持ちます。
 ほめられるなかで育った子は、いつも感謝することを知ります。
 公明正大ななかで育った子は、正義心を持ちます。
 思いやりのあるなかで育った子は、信仰心を持ちます。
 人に認めてもらえるなかで育った子は、自分を大事にします。
 仲間の愛のなかで育った子は、世界に愛を見つけます。

【吉永宏訳】

未来の風せいわ病院 精神科 智田 文徳 氏 講演
 上り



参考文献等

家族で見よう！

総務省：
「上手にネットと付き合おう！」



93

参考資料

文部科学省：保護者のための情報モラル教室～話し合っていますか？家庭のルール～
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2016/06/07/1371802_2.pdf



東京都生活文化スポーツ局：有害情報等からの保護
https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/tomin_anzen/chian/yugai-hogo/



こども家庭庁：「青少年のインターネット利用環境実態調査」調査票・調査結果等
https://www.cfa.go.jp/policies/youth-kankyou/internet_research/results-etc



こども家庭庁：インターネット利用に係る子供の犯罪被害等の防止について
https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/5a7c1011-f85c-4122-a1bf-aa960545da19/8f68aca2/20240613_policies_youth-kankyou_hikouhigai-gekkann_cfa-r5_02.pdf



94

参考資料

文部科学省：家庭教育手帳

https://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/main8_a1.htm



文部科学省：子供たちの未来を育む家庭教育

https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/tomin_anzen/chian/yugai-hogo/



盛岡市：はぐ便り

<https://www.city.morioka.iwate.jp/kosodate/otherkyoiku/katei/1003222.html>



まなびネットいわて：子育てワンポイントアドバイス

<https://manabinet.pref.iwate.jp/index.php/kosodate/1point-menu/>



参考文献

「GIGAスクール時代の
スマホ・ゲーム・ネットリテラシー授業」

(清川輝基 監著 少年写真新聞社)

「スマホが学力を破壊する」

(川島隆太 著 集英社新書)

「ゲーム・ネットの世界から離れられない子どもたち」

(吉川 徹 著 合同出版)

「子どものデジタル脳完全回復プログラム」

(ヴィクトリア・L・ダンクリー 著 飛鳥新社)

「ネット依存・ゲーム依存がよくわかる本」

(樋口 進 監修 講談社)

子どもが家で身につけたことは、
生涯、ずっと生き続ける。