



親子のふれあいを大切に

メディアと 上手く付き合いましょう

■問い合わせ 子ども未来課 ☎ 23-3222

近年、スマートフォンやタブレット、パソコンなどのメディアの普及は急速に進んでおり、私たちの生活に欠かせないものになっています。また、乳幼児期の子どもたちがメディアに接する機会も増えています。

安全・安心に使えるよう、どんなことに気を付けるとよいでしょう？

大人がお手本になりましょう

スマホ時代の子育て、どんなことに気を付けるとよいか分からないかもしれません。そんなときは、まずは大人がお手本に。家族みんなでルールをつくり、大人の利用を見直しましょう。

お父さんお母さんだけでなく、子どもに関わるすべての人がルールを守ることが大切です。家族みんなで『我が家のおやくそく』を話し合ってみませんか？子どもがルールを守れたらたくさんほめてあげましょう。



寝る前はおだやかな時間を

寝る前に動画を見せるとなかなか止められません。時間を決めて使用し、生活リズムをつくりましょう。

子どもが寝る時間には、テレビを消して照明を暗くするなど眠りやすい環境にしましょう。スマートフォンやタブレットなどの明るい光は少し刺激が強すぎることも心配です。

寝る前のスマートフォンやタブレットの使用は避け、絵本を読むなど、親子でおだやかな時間を過ごすようにすると良いでしょう。

有害な情報から子どもを守るために

子どもの発達に影響を及ぼす有害な情報から子どもを守るため「フィルタリング」機能を活用しましょう。また、アプリやゲームなどはレーティング（年齢区分）を確認し、自分の子どもの年齢に合ったものを選ぶことが大切です。

次のポイントに注意してスマートフォンなどを安全に使えるようにしましょう。

ポイント1 保護者の機器を子どもに貸すことがある場合は、フィルタリングを設定し、パスワードは保護者が管理しましょう。

ポイント2 フィルタリングの設定は、大人・子どもの利用に応じパスワードを用いて切り替えることができます。

ポイント3 契約切れの機器を子どもが利用する場合にも、フィルタリングを導入しましょう。大人が使っていたアプリを削除するなどの配慮も必要です。

ポイント4 おもちゃの対象年齢と同じく、アプリやゲームにも「〇歳以上」という年齢区分があります。暴力的・性的な表現などがどのくらい含まれているかによって、年齢区分が設定されています。

ポイント5 アプリやゲームを購入する際には対象年齢を必ず確認し、子どもの発達に合わせたものを選びましょう。

