



メディアと上手く付き合しましょう

# 親子のふれあいを大切に

■問い合わせ 子ども未来課 ☎ 23-3222

## アンケート結果から見える現状

近年、スマートフォンやタブレットなどメディア機器の普及は急速に進み、私たちの生活に欠かせないものになっています。乳幼児期の子どもがメディアに接する機会も増えている状況です。

令和2年度安来市3歳児健診保護者アンケート(対象254人)の結果では、ゲーム機・スマートフォンなどで「ほぼ毎日遊ぶ」または「時々遊ぶ」3歳児の割合が半数近くに。テレビ・DVDを「2時間以上見る」3歳児の割合は約2割となっています(右グラフ)。

## 影響を理解して使い方を考える

市では今年度、「島根の子どもとメディア研究会」の伊藤会長を講師に招き講演会を開催しました。テーマは、「スマホ社会の未来 ~ぼくママのスマホになりたい~」。スマートフォンなどの機器が言葉や感情の発達に与える影響などを話していただきました。

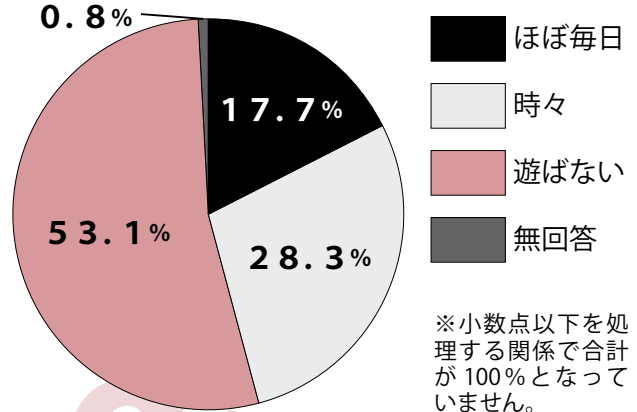
乳幼児期は視力が発達する大切な時期です。特にスマートフォンやタブレットなどの小さな平面画面を見る時間が長いと視力の発達を妨げます。

メディアとの付き合い方を振り返り、親子でふれあう時間を考えてみてはいかがでしょうか。

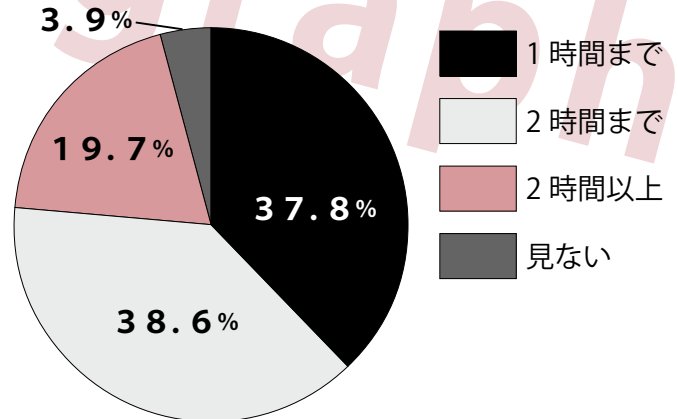


▶ 家の中や外でベビーカーを押している時など、スマートフォンを見ながらの子育ては子どもから目を離すことになり危険です。

## ゲーム機・スマートフォンなどで遊べますか



## テレビ・DVDは1日何時間見ますか



## メディアに関する5つの提言

日本小児科医会子どもとメディア対策委員会

- ① 2歳まではテレビ・DVD視聴を控えましょう
- ② 授乳中や食事時のテレビ・DVD視聴はやめましょう
- ③ 全てのメディアへ接触する総時間の制限が重要。1日2時間までを目安と考えます
- ④ 子ども部屋にテレビやDVDプレイヤー、パソコンを置かないようにしましょう
- ⑤ 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう

※ここでのメディアとは、テレビ、DVD、電子ゲーム、携帯電話、スマートフォン、タブレット端末などの電子映像メディア機器を指します。