



子どもとメディア 北海道

第27号
2017年
2月発行
今期第3号

子どもとメディア北海道会員さんに学ぶ！！

「子育て支援センターでの試み」 オホーツク管内佐呂間町 真如 智子

1年に1回2月に、佐呂間町の子育て支援センターで、14, 5組の親子さん達に絵本を読み、子育てに絵本の読み合いがとても重要であることをお話させてもらっています。今年も2月1日に行い8回目になりました。

初めの2年程は、自分の読み聞かせの経験と、絵本・児童文学研究センターで学んだ「絵本の持つ力」などを伝えていたのですが、「子どもとメディア北海道」に入会してからは、電子メディアが子ども達に及ぼす影響も伝えていきます。

話の内容は、

- ・ 3歳までに脳の70%が成長すること
 - ・ 人として生きていく力（コミュニケーション力）を養うのに、前頭前野を十分に刺激して発達させなければならないこと
 - ・ 前頭前野を発達させるためには、幼い頃から五感を使った遊びが不可欠であること
 - ・ 親子での絵本の読み合いは最も適したものの1つであること。そして時間をたくさん使って話すことが大切なこと
 - ・ 電子メディアが人体に及ぼす影響について
- などです。

「子どもとメディア北海道」の会報をもらって読むたびに、電子メディアの影響は、今の社会での子育て支援には絶対に欠かせられない情報であると思うのです。「知らなかった！」の言葉で済ませる訳にはいかないと感じています。

私の話を何年も続けて聴いてくれるお母さんがいたり、「TVを消してみたら親子の会話が増えた」とか「夫に話をしてリーフレットを見せたら、TV大好きな夫がTVを消した」などの話を聴かせてくれます。嬉しいことです。

しかし今回は話をし終わって、何となく違和感がありました。

私はいつも皆さんに和やかに聴いてもらおうと、笑顔や相手一人一人と視線を合わせることを意識しているのですが、中には何としても疎通のとれないお母さんがいます。今年はそんなお母さんが増えているように感じました。事前に保育士さんが「近頃は、お母さん達が変わってきていて・・・」と申し訳なさそうに言った言葉が少し理解できたように思います。

私の話術の力不足が大きな要因であることをしっかり反省しましたが、お母さん達の世代はまさにこの電子メディアを直結で今生活をしている方々なのです。今の自分が普通だと思っていることで、我が子の将来の危険性をイメージできないのかもしれませんが。そしてもしかすると、お母さん達が既に電子メディア病になっているのかも？と一抹の不安を感じました。

来年もこのお仕事をお受けしています。

大切な宝（子ども）がしっかり育つように、私自身が、お母さん達に受け入れてもらえる話ができるように勉強しなければならないと思っています。

★真如さん、ありがとうございます。

「子どもとメディア北海道」設立当初から参加いただき、地元での情報提供を継続して6年にもなるのですね。素晴らしいです！

★真如さんの優しい声の調子や、凜とした言葉の響き、こちらまで笑顔になるほほえんだ顔が伝わってきました。

★真如さんも書かれています、私も「乳幼児の親御さんにこそ伝えたい」という思いと「子育てでも疲れているのだから負担になり過ぎないように」とか「既に親も子もかなり使いこんでいる場合は、どのように伝えると響くかな」と自問自答しながら話しています。

★最初に、子育ての労苦をねぎらいながら、乳幼児期の発達に必要な関わりや経験についてお伝えして、「それに比較して、電子メディアの遊びはどうだろうか？」と考えてもらうようにしています。「五感を使った体験や読み聞かせが「主食」で、電子メディアの遊びは、「おやつ」と考えて、我家の与え方を自信を持って決めていってくださいね。」と、話を閉めています。

中谷個人に送ってくれた切り抜きですが、みなさんにも読んでいただきたいので掲載させていただきました。

(釧路調停協会連合会会報第97号より抜粋)

昨年の講演や授業の依頼から、学んだこと・気づいたこと

★昨年は、「子どもとメディア北海道」を立ち上げてから6年目ということで、会の認知度もあがってきたり、何より北海道や各市町村教育委員会様の集中的な啓発活動に活用していただいたこともあり、依頼件数が100件ほどにもなりました。

★依頼して下さる主催者は、多様です。行政（道・市町村・教育委員会など）・学校関係者・子育て支援センターや保育園・社会教育団体などなど。

★どのような依頼があったのかを整理して そこから学んだこと、気づいたことをまとめてみます。

子どもの発達段階別にみる依頼内容			
関わる子ども の発達段階	講演・授業などの対象者	主な主催者	件数
乳幼児期 (22件)	保護者のみ	保健師・保育園・子育て支援センター	6件
	保護者と支援者	保健師・保育園	5件
	子育て支援者	道・市町村	6件
	就学時健診保護者	市町村教育委員会	5件
小学生 (21件)	保護者のみ	学校のPTA研修部・市町村教育委員会・社会教育施設	6件
	児童と担当の先生 (主に高学年)	学校・市町村教育委員会 道教育委員会	8件
	児童と保護者	学校(保護者の参加を促す・参観日)	5件
	中学入学説明会保護者	市町村教育委員会	2件
中学生 (17件)	保護者のみ	学校のPTA研修部・市町村教育委員会	2件
	生徒と先生 (全校生徒対象が多い)	学校・市町村教育委員会 道教育委員会	10件
	生徒と先生と保護者	学校(保護者の参加を促す・参観日)・市町村教育委員会	5件
小中学生 (24件)	PTA	PTA連合・市町村教育委員会・ 道教育委員会	18件
	先生	市町村教育委員会・道教育委員会	3件
	児童会生徒会代表	市町村教育委員会	1件
	養護教諭(保健室)	養護教諭	2件
高校 (4件)	生徒と担当先生	学校・道教育委員会	1件
	生徒とPTA	PTA連合	1件
	生徒と先生	学校・道教育委員会	2件

一般？ (11件)	どなたでも	市町村教育委員会・社会教育団体	4件
	子ども会育成会関係者	市町村教育委員会	1件
	人権擁護委員	人権擁護委員	1件
	医療関係者	医療関係者	2件
	女性団体関係者	女性団体	1件
	図書館関係者	図書館	1件
	生徒指導関係者	生徒指導関係者	1件

学んだこと・気づいたこと（文責：中谷）

《全体の傾向》

- ・乳幼児期から小学生・中学生まで、多様な主催者から多くの依頼があった。それぞれの時期に電子映像メディアの影響が課題としてあげられていることがわかる。
- ・3、4年前までは、対象者が教育関係者やPTAなどが主だった。年々、乳幼児期の子どもに関わる支援者からの依頼が増えている。スマホ・タブレットの普及により親子の愛着形成への影響を心配されているようだ。保護者に対して、できるだけ早い時期に学んでもらい、「我家なりの電子メディアの利用についてのしつけ」を考えてほしいと願っている支援者が多い。

《効果的な取り組み》

- ・講演会を開いても、「来てくれる人は限られている。来てほしい人になかなか来てもらえない。」との主催者の悩みは、年々増えている。親子で参加したり、親のリフレッシュにつながる内容でないと参加者は少なく、学習的な内容にはなかなか人が集まらないとのこと。
一つの解決策として、新小学1年生の保護者向けの講話を『就学時健診』の際に家庭教育について講話するという形で、また新中学1年生の保護者向けには『1日入学』の際の家庭教育講話を実施するという市町村教育委員会からの依頼があった。時間は、30分～1時間程度と幅はあったが、聞き始めは気がのらない様子の保護者の方も、どんどん真剣に聞いてくれる場合が多かった。ゲームやネットの遊びについては、保護者も悩んでいたり情報不足になっていることがよくわかった。
- ・中学生に直接講話や授業をする機会も増えた。2年ほど前までは、50分以内（授業の一コマ）に講話という形で一方的に話すことがほとんどであったが、昨年は90分くらい時間をとって、生徒に質問を投げかけながら手を挙げてもらったり、質問に応じてもらうなどの応答を取り入れるようにした。また、事前に担当の先生達と打ち合わせをして、体育館で全校生徒対象であっても、4人くらいのグループで話し合いをしてもらう機会を作れた学校もあった。事後のアンケートを見ても、「グループで話し合ったり、他の人の考えを知れて良かった。」という意見がとても多く、中学生の時期には、生徒自身が意見を述べ合いながら、思考を深めたりルールづくりにつなげていくことが不可欠であると感じた。
- ・北海道は広いため、泊まりがけで呼んでいただくこともあった。その際は「夜にPTA向け講演」「次の日の午前中に中学生向け講話」など複数回の講演を実施した。同じ講師が生徒と保護者に情報提供することで、家庭での会話も増え、その後の学校内での取り組みにつながったりと効果的であることがわかった。
- ・すでにほとんどスマホを手放せない高校生に対しては、講師として力不足の感を否めなかったが、反応としては、ネットのトラブルや依存のことよりも、次世代の親として「乳幼児期になぜ電子メディアの遊びが良くないのか。」を伝えたところ手ごたえを感じた。

感想を紹介します！（主催者の約半数よりアンケート結果が届きます。今回掲載はごく一部です。）

【小学生の保護者向け講演会より】

- ・子どもの心の発達のみちすじ、ネット社会のリスクや脳への影響を、子育ての早いうちから知りたかったですね。今からでも、親子の意識が変えられるでしょうか・・・頑張ります！そのためには、同じ志を持つ人達を、子どもの周りにも親同士にも広められたら良いですね。
- ・今日は、これからの子どもの成長や自分の子育てを考えさせられる良い時間になり感謝しています。脳にあれほど電子メディアが関わるということも驚いたし、SNSなどが子どもの将来に関係するとのことで、もっと考えて話し合っって子ども本人に理解してもらおうと思いました。いつも怒ったり批判したりしたことが多かったので、これからはゆっくと優しく失敗談を交えて子どもと対話したいと思いました。
- ・小学校低学年と幼稚園の子どもが2人いるが、既にi p o tやタブレットを与えてしまっていて、家でのルールもあまりないまま野放しにしていた。今日の先生のお話を聞いて、ルールづくりの大切さや親が管理することなど、とても詳しくわかりました。
- ・我家でも5年生の男児がいて、丁度思春期なのか、ゲーム依存なのかと思う状態でしたので、先生のお話がとても勉強になりました。これからスマホの事も考えなくてはいけない時期にきていますので、家族できちんと話し合っっていきたいと思います。
- ・ちょうど6年生の子どもがいて、中学を機にスマホがほしいと要求されていたところなので、とても参考になった。家族だけではなく、学校や地域を単位としたスマホを持たせなくても過ごせるムードづくりが大切と感じた。
- ・現実の世界が充実していることが、ゲームやネットへ依存しない子どもになることだとわかりました。子どもが自信を持てるように、日頃の子どもとのかかわり方を考えていきたいと思いました。親が指示するのではなく「契約」を結ぶなど、思春期の子どもへの接し方も大変参考になりました。
- ・我が家は、小5、小3、幼児とこれから色々な問題に直面していくと予想され、日々心配不安がありました。まず今日からしていけること、睡眠時間の確保、ゲーム・テレビの時間の管理などから始め、これからは備えていきたいと思いました。周りのお母さん達にも、講演内容を広めていきたいと思います。
- ・電子メディアが子どもに与える影響について、わかりやすく講義して頂き、大変参考になりました。3人の子を育てる母親として、大まかには理解しているつもりではいたしましたが、改めて子どもの心の発達の道すじを教えていただいたことで、今一度冷静に客観的に「子育て」と向き合うことができそうです。そして、やはり子どもはリアルな世界で、色々な体験や失敗の積み重ね、親の愛を受けて健全な心と体が育まれるのだと改めて、理解ができました。

【中学生への講話(中学生の意見を聴いたりグループで話しあいながら進めた)より】

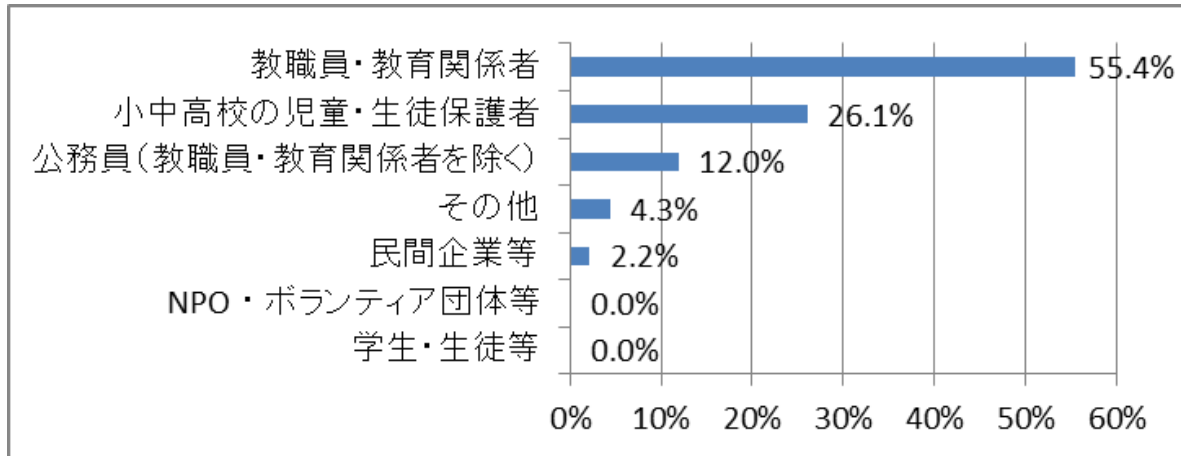
- ・今回スマホの使い方について講師の先生からお話して頂きました。自分の家庭はスマホに関してのルールが厳しく、なんでこんなに厳しくする必要があるのか、とずっと疑問に思っていました。しかし今回のお話を聞き、家で言われていることは間違いがないんだなと理解することができました。もう一つ、LINEやスマホのことについてグループで話し合う時間が何度かありました。やっぱり一番の解決策は、みんなで話し合ったり、何をしてはならないのかを個人で考え直すことだと思いました。スマホにうばわれている学習時間をもったいないと実感することもできました。本当に有意義な時間になりました。
- ・最初は「長い時間使うのは良くない」などの話かなあと思っていました。その通りだったけど、手を上げる場面やグループで相談する場面など、ずっと楽しかったしとても勉強になりました。LINEでのリアルな話やツイッターの話など実際にありそうな話で、聞いていて共感する場面もたくさんありました。LINEなどは、文面だけだと自分の気持ちが1%程度しか伝わらないと聞いて、本当にその通りだと思いました。本当に伝えたいことは実際に会って言葉で伝えようと思いました。そしてルールも大切だけど、結局は心を自分自身でコントロールできるようにならないといけないと感じました。
- ・今回はネット・スマホの使い方などを教えてもらいました。LINEなどのトラブルは身近で誰にでもあり得ることなので、すごく興味を持ちながら聞いていました。そしてそれぞれの学級の意見も知ることができて、こういう時はどうするのか、どうしたら良かったのかななどを聞いてとても良かったです。スマホを利用する時間が少ない方がテストの点数も良くなるとか、ネットやゲームをしている時間が長いのは北海道、寝る時間が短いのも日本ということで、とにかく使い過ぎているな、というのが伝わってきました。
- ・僕は高校に入る時にスマホを買ってもらおう予定です。最新の興味深い研究結果を聞いてとても驚きました。以前に薬物依存についての話を聞きました。薬物と同じような症状がスマホによって現れることを知りました。高校に入ってスマホを持ってからルールを決めるのではなく、今から親とともにルールを話し合っ決めていくべきだと思いました。
- ・今まで受けてきたスマホやネットの使い方についての授業よりとてもわかりやすかったです。今まで習ってきた中でアクティビティーなどはなかったので、とても楽しくまじめにできたと思います。スマホやネットをするのは良いけれどルールを決めたりして勉強も睡眠もしっかりしよう・・・という賛否両論の意見を持っていた方だなと思いました。私もニコニコ動画やYOUTUBEなどよくネットを使うので使い方には気をつけたいです。

【小中学校の関係者が一堂に会しての研修会より】

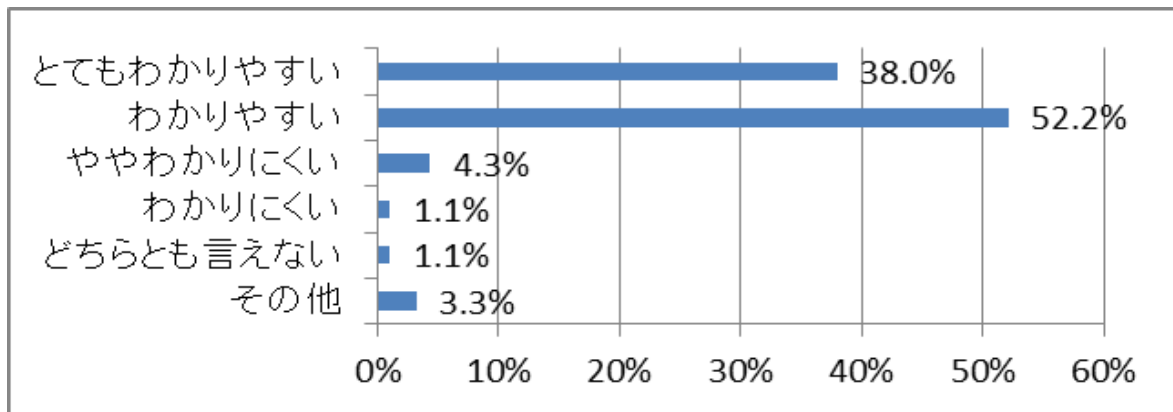
「インターネット上の有害情報から青少年を守る道民フォーラム in 旭川」のアンケート結果

会員のみなさまには、諏訪先生の講演内容が掲載されている新聞記事を、2種類添付しますね。

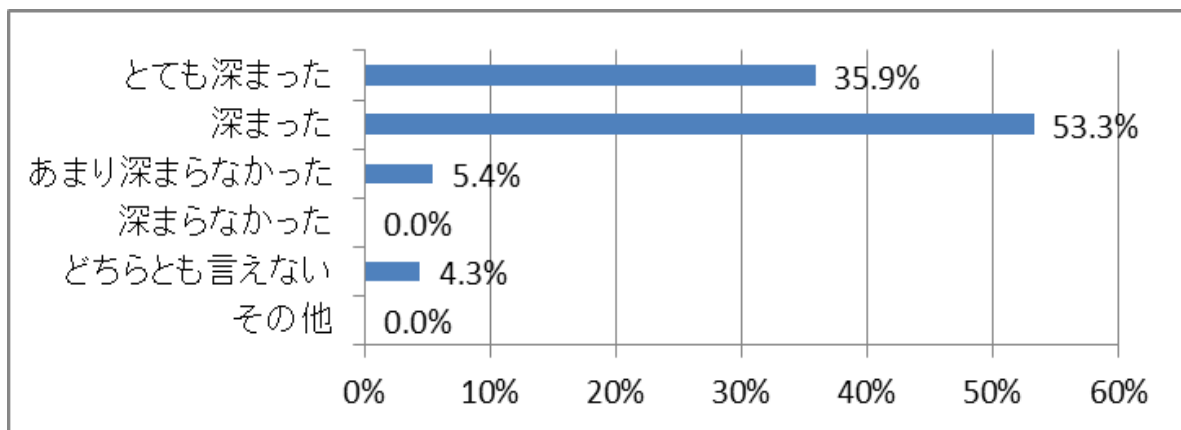
1. あなたの職業をお答え下さい



2. フォーラムについて、感想をお聞かせください。(講演：諏訪清隆氏「ネット社会に生きる子供たちのために～今、大人は何をすべきなのか考えよう～」)



3. 今回のフォーラムに参加して、インターネットなどによる子供たちへのメディアの影響やその対策、いじめの防止等について、関心や理解は深まりましたか



5. フォーラムに対するご意見を自由にお書きください。

・医療からの裏付けは、すばらしい根拠になります。このような講演が道内に広くひろがると思います。
・脳への影響を早速子どもに話してみます。
・メディアとの接触時間を減らしても、学力向上には結びつく訳ではないということに驚いたことを、グラフを見て納得いたしました。大変学びの多い講演でした。ありがとうございました。
・子どもだけでなく、子育て世代への情報提供の必要性を感じました。
・もっと詳しく聞きたい。
・大変興味深かったです。
・講演が大変良かったです。
・興味深い講演でした。ありがとうございました。
・健康問題とトラブルと盛り沢山でした。タブレット学習の今後に関心を寄せたいです。
・教職員はもとより、小中の保護者にも是非聞いていただきたい内容であると感じたし、そのような機会をもっと増やせたら良いと思いました。
・eネット安心講座も参加したが、小児科医という立場からの脳に与えるダメージを理解することができ、本当にありがたい。
・ブルーライトが脳を覚醒させるので、眠る1時間前にはゲームは止めた方が良さや、ゲームによって潜在していた特徴が強まる等、知らなかった情報をいくつも知ることが出来、とても勉強になりました。子育てにとっても大切な情報だと感じました。色々教えて頂きありがとうございました。
・諏訪Dr.の基調講演は本当に勉強になりました。メディアのリスク（なりすましやいじめetc）が、脳のダメージや人格形成にまで及ぶことを最近の統計で裏付けられていて、勉強になりました。ありがとうございます。
・良いお話が聞けました。学校でも講演して子供たちに聞かせてほしいです。

講演会の感想を拝見して 子どもとメディア北海道代表 諏訪 清隆

昨年は成人に加えて中学生にお話しさせていただく機会が増えました。講演会終了後のアンケート結果をいただいて思うのは、大人も子どもも「講演を聴いて初めて知った」という感想が多い事です。専門的な内容も多少関係しているかもしれませんが、電子メディアが脳や体にどのように影響するのか、メディア依存、子ども達の接触状況、ネットトラブル等々知らない事が多いようです。

初めて聴いてみて、「驚いた」、「怖くなった」と感じて、「これからは気を付けたい」と書いて下さるかたも多いです。さらには、「もっとたくさんの人に聴いてほしい」と言ってくださる方もいらっしゃいます。

私はあまりお話が上手ではありません。笑いを誘ったり、聞き手を引き込むような話術もありません。私ができることは講演当日の時点で私が知りうる最新の情報やデータを使ってわかりやすく伝えられるように心がけることです。

そんな講演にもかかわらず、たくさんの方々がいろいろなことを感じて、考えてくださるのはありがたい事です。

私たちにとって大切だと思うことを挙げてみます。

- ① 知識や情報を得ようと努力する。
- ② 得た知識や情報について考える。自分なりの意見を持つ。
- ③ 自分はどのなのだろうと振り返る、気付く。
- ④ 考えた結果、改善する必要があるなら実行に移す。
- ⑤ 自分の身は自分で守る。家族は家族で守る。子ども達は大人が守る。

今年も講演を聴いた下さった方々にとって考えるきっかけになるようなお話ができるよう努めたいと思います。

H28年12月からの活動報告 & 今後の講演予定

月日	テーマ・内容	行事名・主催者等	担当
12月1日	登別若草小学校 6年生とその保護者		中谷
12月4日	せたな町瀬棚中学校 全校生徒・保護者		中谷
12月9日	ネット利用も含めた望ましい生活習慣の定着に向けて ~今、子どものために何をすべきか~	北海道PTA連合会(七飯町) 平成28年度 第3ブロック連絡会 兼どさんこアウトメディアプロジェクト普及フォーラム	諏訪
12月11日	ネット利用も含めた望ましい生活習慣について	新篠津村教育委員会	中谷
H29年 1月21日	電子メディアが子どもに与える影響	苫小牧市こども通園センターおおぞら園発達障害研修会	諏訪
1月22日	ネット利用も含めた望ましい生活習慣の定着に向けて~今、子どものために何をすべきか~	新冠町PTA連合会 平成28年度 新冠町PTA連合会研究大会 家庭教育学級研修会	諏訪

1月26日	みんな悩んで親になる 乳幼児期の電子メディア	せたな町保健推進係	中谷
1月27日	白老町白翔中学校 新1年生保護者向け家庭教育講話		中谷
1月29日	家庭の教育力向上に向けて ~子ども の発達段階に応じた望ましい学 習・運動と電子メディアとの関わり~	北広島市教育委員会 家庭教育セミナー	中谷
1月31日	白老町萩野小学校3年生への講話「スマホ・ネット・ゲームとのつきあい方」		中谷
2月1日	更別中央中学校PTA研修会家庭教育学級		中谷
2月3日	追分中学校新1年生保護者入学説明 会時の家庭教育講話	安平町教育委員会	中谷
2月4日	電子メディアが子どもに与える影 響	旭川市新町小学校 地域参観日特別授業	諏訪
2月8日	白老町子ども発達支援センター子育て講演会		中谷
	早来中学校新1年生保護者入学説明 会時の家庭教育講話	安平町教育委員会	中谷
2月10日	白老町虎杖小学校5・6年生講話		中谷
2月15日	ネット社会に生きる子どもたちのために ~学校・家庭・地域に求められる役割~	登別市教育委員会	諏訪
2月20日	帯広第7中学校PTA研修会		中谷
2月22日	白老町虎杖小学校6年生PTA		中谷
	子どもの発達を知ってあったか子育 て~思春期を見通して子育てを~	八雲町教育委員会	中谷
2月23日	電子メディアと子どもの発達子ども の心と体を育てるために大切なこと	士別市教育委員会中央公民館 平成 28年度士別市家庭教育推進事業	諏訪
2月24日	白老町竹浦小学校6年生向け講話		中谷
3月5日	電子メディアが子どもたちに与え る影響~こどもたちをリスクから 守るために大人がすべきこと~	後志保育士会 後志保育協議会保育 部会研修会	諏訪