



子どもとメディア 北海道

子どもとメディア 北海道

第39号
2020年
1月発行
今期第3号

発行が遅くなり
すみません。

第10回子どもとメディア全国フォーラム

スマホ社会と子どもの未来～技術革新は人類を幸せにするのか？～

2020. 1. 26 日本医師会館大講堂

- ★ 2年に一度の全国フォーラム。今回は初めての東京開催です。「子どもとメディア北海道」からは、横山・工藤・中川・中塚・桜井・中谷の6名で参加しました。
- ★ 前日の「子どもメディア関東」主催の研修会にも6名が参加して、依存についての講演会やプログラミングの体験などで学び、さらに交流会では、全国の仲間と情報交換しました。(なんと、桜井さんが総合司会をされてのです!!お疲れさまでした。)
- ★ 今回の報告は、参加されたみなさんが手分けをして、内容の要約や感想を書いてくれました。心強く本当にありがとうございます。当日配布の資料はほとんどなかったのですが、川島先生の脳の画像や学力関係のグラフがありましたので、会員には配布しますね。

基調講演【スマホが児童・生徒の脳発達を阻害する】川島隆太 東北大学教授(脳科学)

(文責：中谷)

《 講演主旨 》

仙台市立小・中・高校に通っている約7万人超えの児童・生徒全員の各教科の学力調査結果と生活習慣アンケート調査結果を、8年間にわたり連結可能匿名化手法を用いて追跡調査してきた。

その結果、横断的調査でスマホ使用時間が平日で1時間を越える児童・生徒では、学力が使用時間と相関して低下すること、縦断(追跡)調査で学力の低下の原因はスマホ使用であることを明らかにしてきた。

スマホ使用による学力低下の原因を追究するため、健康な児童・生徒224名の3年間の脳発達を、MRIを用いて評価したところ、スマホ・タブレット等の使用頻度の高い小児の大脳皮質、および白質の広範な領域に発達遅延が生じていることを明らかにした。

★スマホの危険性について、仙台市教育委員会と連携して仙台市の全小中高生を調査してきた。

例えば ・スマホの使用時間とテストの点数、・LINE等使用時間とテストの点数

その結果⇒ 使用時間が増えると点数が下がる

その原因は？⇒ 「勉強時間が短いから」「睡眠時間が短いから」よりも「スマホ使用が長いから」

★「スマホ使用と学力」については、「関係があるかもしれないが、因果関係はわからないだろう」

との批判が。⇒ どうすれば証明できるか？ ⇒ 追跡調査で可能(7万人を10年以上追いかけている)

・スマホを使っていたがやめると学力が「上がる」

・LINEを使っていたがやめると学力が「上がる」

学力の変化の追跡調査で、因果関係を証明
スマホ1時間以上の使用で影響が出る

★仙台市の児童生徒の実態

・スマホの所持率

小学校(3年生以上)6割を超える、中1が7割、中2・3が8割

・平日スマホ使用1時間未満の割合

小3・4・5年は4割、6年3割、中1が2.5割、中2・3が2割

・勉強中にスマホで何をしていますか？(中学生)

LINE4割、動画4割、ゲーム3割、音楽7割⇒ 勉強中に使用しているアプリの数が多いほど

(アプリを切り替える回数が多いほど)、点数が下がる

仙台市で、東北大学が調査研究して、それを教育委員会と共同で啓発活動に生かしていても、児童生徒の所持や使用時間は、他の地域と変わらないのですね。難しいですね！！(ナカヤ感想)

★インターネット利用時間と3年間の脳発達の関係 (添付資料も参照して下さい)

・インターネット習慣が長い小児(5歳から18歳)は、3年後、広範な領域での大脳皮質(灰白質)の体積が、あまり増加しない。(特に前頭前野)⇒ ネットをしていない子が50cc増えているのにする時間が長いほど、ほとんど増えていない。白質も同様である。

★成人(東北大学の学生、平均20.7歳、1152名)への影響も調べた

・ネット依存が強いと⇒ 自尊心が低く、不安・抑うつ傾向が高い。共感性や情動制御能力が低い

⇒ 大人であっても、脳の老化が進む。子どもはなおさら。スマホ・タブレットまみれの子は損をしている(努力が報われない)

★読書中の脳活動も調べた

・読書をする、白質(左中心)の発達が良くなり、創造・想像力(脳)のスコアが上がる。

★これらの調査結果に関する記者会見を開いても、日本のマスコミは集まらない！！

⇒ 日本の将来が大変になるのではないかと！⇒ 例えば、「極端な格差社会」1割のスマホをコントロールできる側が、9割のコントロールできない側を支配するような・・・

● 子どもたちは、スマホを1時間未満でしか使えないような(1時間以上使うとシャットダウンするような)アプリを作り、子どもにはそのアプリを入れないとスマホを使えないくらいにするべきだ。

★脳の発達に良いこと：良質な睡眠・食習慣・親子のコミュニケーション・ほめられること

基調講演【WHO「ゲーム障害」認定までの経過とこれからの課題】

樋口 進（国立病院機構久里浜医療センター院長・臨床精神医学）

（文責：中谷）

香川県議会が提案している条例についての新聞記事を添付しますね。（朝日・2月11日）さて、みなさんならこの記事に対してどのような意見を持たれるでしょうか？（ナカヤ）

★ゲーム障害の実態

- ・VRが出て依存を増やすかと思っただが、高価だったせいかVRへの依存は、そうでもなかった。
- ・患者の30%が、フォートナイトをしている。シューティングゲームも多い。
- ・ますます日々の生活に溶け込んでいる。
- ・eスポーツがらみの患者が増えている←「eスポーツ」が学校のクラブになってから、不登校や引きこもりを呼び込んでいる。：プロのゲーマーになる確率は低い。大人なら状況を考えると無理だと合理的な判断を下せるが、子どもは難しく、子どもはプロになるのが目的なので、問題意識（やりすぎかな？）が持てない。現実をみられない。⇒ 治療が非常に難しい。親は悲惨な状態。

★ゲームのギャンブル性が増している

- ・「ガチャ」（世界ではルートボックス：ベルギーやハワイでは規制）でほしい物が出ないと、親のクレジットカードで何十万分も使った例も。
- ・大人でもとてつもないお金を使う（患者の最高額は、半年で2300万円）
- ・世界のゲーム市場：アジアが53%（中国・韓国・日本など）、次に多いのがアメリカ

★日本の若者（10歳から29歳）のゲーム行動に関する全国調査

- ・85%がゲームをしたことがある（男性は9割以上）：オンライン5割・オフライン2割・両方3割
- ・休日のゲーム時間は、4時間以上が男性は4割、女性は15%。
- ⇒ オフラインのゲームの方が依存性が低いので、患者にはオフラインへの移行を勧めている。オフラインだけにできれば、学校に行き始めることもある。

★依存に特有の症状

- ・入院して3～4日は元気がなくこもるが、それ以降は表情が出てくる。
- ・出発点（ゲームをすること）で多幸感・ワクワク感があることが依存。
- ・脳の状態：依存になると脳が報酬（ドーパミン）欠乏状態になり、さらに強い刺激を求め時間が増える。ゲームを見てしまうと「CUE（きっかけ）」に対する過剰な脳内の反応が起きる。前頭葉の働きが悪くなる。勝つと高反応を示し、負けると低反応。
- ・ゲーム障害が「衝動制御の障害」に分類されたことで、これまでのアルコールやギャンブル依存の診断や治療の知見が生かされる。父親と母親がぎくしゃくしてる場合が多いので、カウンセリングの時などに家族全員で話してもらう。

あらあ、知らなかった！賛同はしてくれているのね（ナカヤ）

★WHOの診断基準「ICD-11」に「ゲーム障害」が入った。日本政府は真っ先に賛同してくれた。

- ⇒ 2023年より適用される。現在是对応できる施設は増えているが、全く十分ではない。

★包括的対策が必要

- ・実態調査　・国民の意識向上　・学校での予防教育　・医療サービスの充実　・ゲーム業界への制限
- ・地域、学校での介入、カウンセリング（精神福祉士・SSWなど？）　・人材育成・ネットへのアクセス制限

特別講演 【人間は生きものであるという原点～生命誌とスマホ社会～】

中村 桂子（生命誌研究者・理学博士）

（文責； 苫小牧市 横山 守さん）

中村先生のお話は、
魂に訴えられるような
根源的な内容でした。
横山さんと中川さん
のお二人がまとめてくだ
さいました。

【 講演の要旨 】

- ・人間は生きもの。生きものだということは、自然の一部。これを考えることが大事。
この地球上には多様な生きものがある。生き物は、非常に多様だけど、祖先細胞があって、そこから全部進化してきた。38億年前に地球の海の中には祖先細胞がいた。38億年前は、生きものはみんな共通だった。
- ・地球上のあらゆる生きものは38億年の歴史をもっている、その意味では同じ。生きものはみんな同じ長さの歴史をもつ。
- ・今の社会は生きものに対してみんな上から目線。スマホ社会を考える上で、一番基本的なことは「人間がここにいる」という上から目線ではなく、生きものの「中から目線」で物を考えていくこと。
- ・上から目線の社会というのは、人間が科学技術を進め、金融資本主義でお金を儲けていこうとする現代を象徴する基本的な考え、状態。これを進めていくと、自然破壊を起こす。
- ・私たちの中に自然がある。自然破壊をするような行為は、内なる自然も壊す。内なる自然とは、身体と心。私たちの身体と心が壊れる。
- ・自然との付き合い方を考えていかなければいけない。
実は私たち一人一人も上から目線の考え方になっているのでは。
- ・「自動車を作る」といった場合、部品を組み立て、自動車を作る。ところが、「お米をつくる」というが、お米は作れない。イネは生きもの、イネを育ててるだけ。「子どもをつくる」というが、子どもは「産まれる」（恵まれる）もの。「作る」という言葉をなんとなく使っている。
- ・私たち自身が「生きもの」というより、「上から何でもできる」というような感覚になっている。機械のように何でも作れる。今、世の中はそうなってしまっている。
- ・ところで、生きものは、38億年かけて生まれてくるもの。生まれてくる過程、生きている過程を見なければ分からない。機械のように分けて部品を見ても、分かるようなものでもない。
- ・何のために機械を使っているのか。便利だから。炊飯器があれば、手早く思いどおりにご飯ができる。生きものは、早くもできない。時間をかけてできることとは、時間を紡ぐこと。手が抜けない。子どもを育てるとか、教育は手が抜けない。子育ても思いどおりにならないもの。このプロセスが大事で、子どもを育てることを考えたら、手をかけることに喜びがある。
- ・スマホには何でも入っていて、とても便利。けれども、スマホの中に入っていることは、全部分かっていること、誰かが調べたこと。この世の中には、自然には分からないことが多い。分からないことがある。それがすごい。
- ・30年前のアマゾンの熱帯雨林の生き物の調査で、採取した昆虫の名前について世界中の生物学者

に聞いた結果、(その昆虫の名前を知っているという)回答のあった昆虫は4%だけ。残りの96%は誰も知らない昆虫。地球には知らない生き物が山ほどいる。

- ・便利さは必要なもので、それを否定するものでないが、これだけで進んでいく社会は、あまり続いていきそうもない。これからは、生命とそれを支えている水を考えていく時代になっていく。
- ・人間だけが持っている能力は、想像する力、分かち合う心、世代を超えた助け合い。
- ・スマホは便利だが、スマホだけを見ることは、自然を見ないことに。
- ・小さな生きものたちを簡単につぶしてはいけない。その答えは、間違っても、スマホの中にはない。ずっとスマホを見続けていると、日常的にそういうことが考えられなくなる。
- ・スマホは上手に使うことが基本になる。スマホは使われてはだめ。

【 感想 】

スマホ社会になり便利な社会になればなるほど、人間を愚かな生きものにし、ひいては人間を含めた自然を破壊することにつながるがよく理解できました。そして、人間が経済第一主義でогりたかぶる生活を続けていくと、自然の猛威やしっぺ返しに合うこと。

それは、地球温暖化、異常気象、異常災害などに例えられるようにもう始まっているように感じます。これからは「生命と水の時代」と言われますが、人間も多くの生きもののうちの一つであるという謙虚な心を持つ必要があると思いました。(ここまでが横山さん)

中川さんは、ご自身で発信しているnoteで公開されています。その文章をそのまま掲載させていただきます。

(文責: 札幌市 中川 朋恵さん)

1月26日(日)東京医師会館で開催の子どもとメディア全国フォーラム「スマホ社会と子どもの未来～技術革新は人類を幸せにするのか?～」に参加しました。もやもやしていたことが少しクリアになった機会でした。

特に生命誌研究者で、理学博士の中村桂子さんのお話は、その穏やかな品のある語り口とともに、心に残りました。

「人間は生きものであり、自然の一部である」

最初にグッと心をつかまれたのが、生命誌絵巻。⇒

◆機械と生きもの

アリも、人間も、地球上のあらゆる生きものは、祖先細胞から38億年かけて、今ここにいる。私はそれが真実かどうかはわからないけれど、確かに人間だけが特別な存在ではないと思った。

でも、私たち人間は、自分たちだけは別格で常に上から目線。生きものの頂点、もしくは外側にいるような感覚を持っている。



自動車つくるみたいに、「米をつくる」「子どもをつくる」という言葉を使うけれど、「作った」わけではなく、本当は、「稲を育てた」、「子どもが生まれた」である。設計図があるわけではない。なるほど。

機械 = 分解、構造、機能がわかれば作れる。全部既知のこと。

生きもの = 継続性、多様性、わからないことだらけ。からだも心も未知なことがたくさん。

「生きもの」は、思い通りにならない面白さがある。自然はわからないことだらけで、その中で私たちは生きている。それを体感できるのは、やっぱり自然に接することなんだ。

喜多方小農業科のお話。自ら考えて自分で行動する、想像する力、分かち合う心が育まれるとのこと。

そう言えば以前、AIのエンジニアの方に「このAI時代に、子どもにとって必要なことは何だと思いますか？」と聞いてみた。そのとき、少し考えてからその人は、「自然と接することですかね。」と答えた。納得できる。

◆「？」と「！」 おや？ と え！

まどみちおさんの百歳日記の中に『世の中に「？」と「！」と両方あれば、他にもうなにもいらん』という言葉があるそうだ。

人生を豊かにするのはわからないことを「問う」「考える」「発見する」ことなのかも。スマホの中の答えは人の考えであり、既知のことで、AIができてしまう。子どもの内から湧いてくる驚きに対して、すぐ検索して答えっぽいものを見せてしまうのは勿体ない。新しいことは、機械の中にはないから。

◆愛づる

堤中納言物語『虫めづる姫君』のお話をされた。

13歳の姫君が、まゆも剃らず、お歯黒もせず、髪を耳にかけて、小さな命を愛づる様子。

『人は、まことあり、本地たづねたるこそ、心ばへをかしけれ。とて、よろづの虫の、恐ろしげなるを取り集めて、「これが、ならむさまを見む」とて、さまざまなる籠箱どもに入れさせたまふ。

中にも「烏毛虫(かはむし)の、心深きさましたるこそ心にくけれ」とて、明け暮れは、耳はさみをして、手のうらにそへふせて、まぼりたまふ。』

(現代訳)

『人には、誠実な心があり、本質を探究してこそ、心の様子も趣があるのです。と言って、いろいろな虫で、恐ろしそうなものを取り集めて、「これが成長して変化する様子を見よう。」と言って、さまざまな虫かごに入れさせなさる。中でも、「毛虫が趣深い様子をしているのは奥ゆかしい。」と言って、開けても暮れても、額髪を耳の後ろにはさんで、手のひらの上にはわせて、じっと見つめていらっしゃる。』

本質を探究して、毛虫さんはどうして趣深い様子なの？の答えは、機械(スマホ)の中にない。よく観察して自分で考えることは、「知識」よりも大切ではないかとおっしゃっていて、共感した。

◆20世紀は「機械と火の時代」これからは「いのちと水の時代」

作り過ぎて、消費して、地球も限界にきているから、「いのち」と「水」という原点に戻るべきなのだろう。

私たちは、自然の中の一部ということを忘れず、機械を上手に使いこなすために、本気でどうしたらよいか考えるときなんだ。

基調提案【子どもの“からだと心”のいま】

野井 真吾（子どものからだと心連絡会議議長・日本体育大学体育学部健康学科教授）

（文責：帯広市 工藤 美栄子さん）

●冒頭 1978 年の NHK の番組

「警告 こどものからだは蝕まれている」が流される。

そこには 42 年前の清川プロデューサーのお姿が映し出され会場がどよめく。声と切れ味鋭い話ぶりは全くお変わりなく 思わず拍手が起こる。

●この 40 年以上前から 子どものからだの異常。おかしさ、ちょっと気になるという「実感」から 保育の現場から多くのデータを取り 事実から現在の子どもたちの問題点を明らかにしている。

大きくは 自律神経 と 前頭前野の未発達、そして睡眠不足が原因であるということ。

「不活発型」といわれる興奮も抑圧も十分に育っていない そわそわ キョロキョロした落ち着きのない幼児タイプの子たちが そのまま育ちきらずに入学してくるという結果に驚くと共に妙に納得した。

1969 年では 1～2 割だったのが 2008 年では 7 割である。さらに男子では そのまま 5 割の子が中学生になるのだ。

・睡眠時間は 40 年間で 40 分少なくなっているとのこと。

・外遊びの減少とスクリーンタイムの増加が原因であることは明明白白である。

●野井先生の軽妙な語りで とても惹き付けられるお話でした。そして 日頃 教育の現場で感じている「気になる！」の原因を明確に示してもらえ なるほどと頷くことばかりでした。

基調提案【子どもたちの目を守る～スマホではなく外遊びを～】

富田 香（平和眼科院長・杏林大講師・小児眼科医）

（文責：札幌市 中川 朋恵さん）

私は昨年、生まれて初めて手術をしました。それが目だったのです。仕事ではずっとパソコン、スマホ時間も長い。これまで健康で視力も良いのでブルーライトカットも意識せず、距離も近いまま無頓着でいました。直接の原因かどうかはわかりませんが、後悔しています。過去の私に戻って気を付けてって言いたい。手術したから治って良かったという問題でもなく、手術にはリスクがありましたし、白内障になりやすい目になってしまいました。

私がパソコンを使いだしたのは 20 歳を過ぎてから。スマホは遅くて 6 年前からとはいえ、普通の人よりも画面を見つめる時間は長い。大人は自分で考えればよい。でも乳幼児は？！ 守るのは大人しかいません。昨今、街中で乳幼児がスマホの画面に集中しているのを見かけると、余計なお世話と言われそうですが、気になってし

まいります。

フォーラムでは、富田香先生(平和眼科院長・杏林大講師・小児眼科学)が、**子どもたちの目を守る～スマホではなく外遊びを～**というテーマでお話下さいました。

<内容>

1)体を動かすこととの関係

生まれたての赤ちゃんは明るい暗いかわかる程度。生後1か月くらいから、じっと見る(固視)、追う(追視)、生後3か月までダイナミックに発達。2歳で視力0.5前後に発達し、5歳で8割の子どもが視力1.0に達する。

小学校に上がる前までの乳幼児期が子どもの目の発達にとって大切な時期。ピントを合わせの追従性眼球運動、衝動性眼球運動は、走る、跳ぶ、投げるといった**体を動かす運動で発達**する。そして、十分発達すると、読んだり、黒板の字を書き写したりできるようになる。

昨今、音読できない、行を飛んで読んでしまうという子が増えた。スマホの影響がはっきりとわかっている訳ではないが、乳幼児期に体を動かす時間が減ってしまったためではないかという可能性を否定できない。

2019年4月WHO(世界保健機構)は、体を動かして遊ぶ時間を増やすよう勧告を出した。

スクリーンタイムは、2歳未満→0時間、2歳～4歳→1時間未満にするようにと述べている。

2)近視への影響

近視は遺伝的な影響が大きいですが、環境面も大きい。都市部ではやく進行する傾向もある。見る対象との距離が、30cm未満だと近視が進行することがあげられる。

スマホとの距離は大人も子どもも20～25cm。姿勢が決まる年齢が3歳ごろということを踏まえると、乳幼児のスマホは近視、姿勢への影響が懸念される。

台湾では1日2時間以上外遊びをさせることによって、視力の低い人の割合が減ったデータがある。(2011年から2018年までの調査)

3)斜視への影響

スマホは、目からの距離が近いために、輻輳(両目が同時に内側を向く目の動き)が必要。このため内斜視の例の報告が急増している。また、寄せることを避けるためスマホ画面を片目で見ること、外斜視が悪化した例の報告もある。

4)ブルーライトの影響

昼間、日光に含まれるブルーライトを浴び、夜ブルーライトが消えると睡眠をつかさどるホルモンの分泌が盛んになり眠くなる。スマホから出るブルーライトは目からの距離が近い。夜寝る前にブルーライトを見ると眠れなくなり、生活のリズムが崩れる可能性がある。

—昨年、私は子どもとメディア養成講座に参加し、インストラクターの資格を取りました。子どもに対する電子メディア(スマホ、タブレットなど)の影響を社会に知らせ、適切な関わり方を子どもや大人と一緒に考えていく人です。

3つの基本理念と4つの視点を大事にします。

＜基本理念＞

1. 子どもの最善の利益
2. 子どもとメディアの良い関係
3. 子どものメディアへの主体性のある関わり

＜4つの視点＞

1. 子どもの成長・発達の視線
2. 子どもの権利の視点
3. 科学的根拠の視点
4. 現実と向き合う視点

私は、デジタルなものを敵視していません。むしろ、好きだし、使いこなせばよい。ただ、子どもには、この4つの視点は忘れてはいけないと思っています。特に「1. 子どもの成長と発達の視点」は大事にしたいです。

このフォーラムは、NPO 法人「子どもとメディア」主催、日本医師会、日本小児科医会が共催で、会場は駒込の日本医師会館大講堂でした。定員 500 名のところ、キャンセル待ち多数、そしてとうとうキャンセル待ちを受け付けられないほどの人気になりました。全国各地からたくさんの方が集まり、関心の高さが伺えました。昨年成育基本法が制定されたので、これにより、4つの視点がより大切にされたらいいなと思います。

2019年11月から2020年1月までの活動報告(33件)

月 日	テーマ・内容	行事名・主催者等	担当
11月 1日	教職員、保護、地域の方に向けて「子どもたちの未来を守る電子メディア講座」	啓明中学校区生徒指導連絡協議会	桜井
5日	電子メディアが子どもたちに与える影響～子どもの心と体を育てるために大切なこと～	札幌市立保育園連盟東区会保育者研修会	諏訪
	乳幼児期の親向け	マザーズスペースミーナ主催(札幌)	中谷
7日	家庭教育セミナー(上厚真就学時健診)	厚真町教育委員会	菊地
8日	PTA向け講演	中標津東小学校	中谷
9日	これからのネット社会を生き抜く子どもたちを育むために	「子どもの学力・生活習慣改善研修会」兼オホーツク東部地区PTA連合会研究大会	諏訪
	家庭教育ナビゲータースキルアップ研修会	根室教育局主催(羅臼)	中谷
11日	家庭教育セミナー(厚真就学時健診)	厚真町教育委員会	菊地
12日	「子育て講座」子育てがもっと楽しくなる!おもちゃの選び方・遊び方	大曲児童センター主催(札幌市)	菊地
13日	スマホ社会の子どもたち～子どもの成長に必要なものとは?	幌北ゆりかご保育園(札幌) 0歳児クラスの保護者・先生	木村
14日	乳幼児へのスマホ・ネットの与え方	千歳市ファミリーサポートセンター	中谷
15日	全校児童向け講話	千代田小学校(函館)	中谷
16日	5・6年生+地域参観日での講話	大森浜小学校(函館)	中谷
18日	全校生徒向け講話	西陵中学校(登別)	中谷
19日	「子どもたちの未来を守る電子メディア講座」	4校合同研修会 厚真町内小中学校4校の生徒指導担当の教職員向け	桜井

★11月1日と19日のどちらも、現役の教職員の方々が中心で講演後には熱心な質問をいただき、有意義な情報交換の場ともなりました。やはり、「フォートナイト」に関する質問が多かったです… これからも、子どもたちの「意志が弱い」のではなく「ゲームは依存しやすいように作られている」とこと、依存になる背景には、家庭環境や実生活に不安を抱えている例が多いことなど正しい情報をわかりやすく伝えていければと思います。(桜井)

21日	電子メディアの上手な使い方	本別町PTA連合会研究大会	諏訪
23日	電子メディアが子どもたちに与える影響～ 子どもの心と体を育てるために大切なこと～	むかわ町PTA連合会研究大会	諏訪
	家庭教育支援者の養成とネットワーク化推進 事業&せたな町家庭教育ナビゲータースキル アップ研修会「子育てをもっと楽しむために」	北海道教育長松山教育局主催 (せたな町役場健康センター)	菊地
24日	白翔中学校 新1年生保護者説明会での 保護者向け講話	白老町子育て支援課主催 (訪問型家庭教育支援)	吉原
26日	親子をつなぐおもちゃの力 ～おもちゃの 選び方・遊び方～	東区保健福祉部・健康・子ども課主催 地域子育て支援事業「子育て講座」	菊地
28日	託児付子育て講座「心がつながるよいお もちゃ」	札幌市子ども未来局子育て支援部白 石区保育・子育て支援センター	菊地
30日	胆振管内アウトメディアフォーラム(パネラー)	胆振教育局主催	中谷
12月 1日	ゲームやスマホが子どもたちの心身に与える影響 ～子どもたちを守るために大人がすべきこと～	あすかの森認定こども園子育て支 援講座 (江別)	諏訪
4日	3・4年生児童+保護者への講話	帯広市立開西小学校 3.4年生	工藤
6日	放課後の遊び場にて、児童への講話	蘭越町教育委員会	中谷
7日	子どもの育ちへの電子メディアの影響	美瑛母と女性教職員の集い	諏訪
	PTA向け講演	蘭越町青少年健全育成研究集会	中谷
10日	全校生徒への講話	留萌市港南中学校	中谷
13日	子どもたちと電子メディア～子どもの心と 体を育てるために大切なこと～	帯広大谷短期大学社会福祉科子ど も福祉専攻保育者研究会(音更町)	諏訪
17日	幼児教育推進センター保護者研修会	根室教育局主催	中谷
20日	3、4年生『ネット・ゲームから自分を守ろう～ 知っておこう体や心への影響～』	帯広市立稲田小学校	工藤
1月 23日	ニューママ教室「アウトメディアミニ講座」	厚真町教育委員会主催 厚真町子育て支援センター	横山
	保護者向け講演	桑園幼稚園(札幌)	中谷
28日	小学4年生+保護社向け講話	苫小牧日新小学校	中谷

↓耳より情報:日程等は、確定ではないです。決まりましたらまた連絡しますね。一応予定しておいてね!

- ★ 4月17日・18日:札幌のどこかで、子どもとメディアの古野さんと、武田信子武蔵大学教授と、平野直己北海道教育大学教授の3人のコラボで、「ネット依存」についてのフォーラムをするかも!!
- ★ 諏訪先生が代表の「北海道子どもの未来を育むネットワークの会(なんもなんもの会)」主催の第3回勉強会として、「子どもとメディア」について取り上げます。たぶん、5月9日の午後、札幌です。

【インストラクター活動報告】

池田さんの一人での地道な活動・・・アンケートなどをもとに、学校や行政と少しずつ連携して、小冊子の配布に結びつけたということ、素晴らしいですね。

《豊富町 池田亮子インストラクターからの報告》

1 調査結果の報告

メーリングリストにも投稿しましたが、2019年夏に実施した、宗谷管内の市町村への実態調査結果を、簡単に報告します。子供たちのメディアへの接触状況を把握するアンケートや、聞き取りなどをこれまでに実施しているか？を各市町村に質問しました。結果は、実績があるが4、ないが4、回答なしが2でした。

「ある」の内訳は、小中学校で児童対象に調査したのが2、教委から学校対象に調査したのが1、独自チームと小中学校の両方で調査が1です。「回答なし」は、二回問い合わせても回答頂けなかった自治体です。

調査を実施している自治体は、問題意識はあれど、踏み込めない印象です。あとなぜか情報の非公開を望む自治体が多いので、調査結果を私が頂いても皆様にお見せできないのが残念です。

2 町内の行政への対応のお願い

息子の小学校での昨年の生活リズム調べで、特に高学年で、メディア使用が1日二時間以上の子が多いという結果でした。また、メディアアンケートでは、使用時間のルールが無い家が増えていました。

小学校でも危機感を持ったようで、保護者向けに、調査結果と合わせて使いすぎは脳に悪影響と明記されたお便りが配布されました。

また今年、久里浜医療センターが実施した全国調査で、ゲームのプレイ時間が長いほど生活などの問題が起きる割合が高く、1日二時間を越えると大きく増える問題項目があったことが公表され、改めて、悪影響が証明されました。

これらの状況は、行政に今後の対応をお願いする良い機会と考え、12月に家庭教育支援チーム(以前メディアに関するアンケートを実施したチームです。)の主要メンバーである保健師の係長さんと、教育委員会の次長さんをお願いしに行きました。

保健師さんは、人口が似た自治体と状況を比較してみたいとお話だったので、夏に聞き取りした猿払村にデータの開示をお願いしたうえで、猿払村のデータをお渡ししました。教育委員会では、次長さんと新担当の方が一緒にその場で検討して下さい、早速ひとつ対応して頂けることになりました♪

ブックスタートで乳児に本をプレゼントする時に、メディアとのつきあい方の小冊子を一緒に配布してくれる事になりました♪嬉しいです。ただ、私がご紹介したのがNPO法人子どもとメディアの一冊110円のものだったため、今年はもう予算がないので、来年度に向けて計上するとのお話でした。無事に予算が通ればいいなと思います。

行政にお話に行くのは勇気が要りましたが、メディア対策は皆さんの関心事ですので、沢山お話ができました。すぐ結果が出なくても、地域の「何とかしなきゃ感」を高めていくのも大事ななと思いました。

《帯広市 工藤 美栄子インストラクターからの報告》 小学生児童と保護者へ講話しての感想

SNSの危険性を事例を通して身近で起こっていることを知らせました。ネットゲームの危険性を実際にとったアンケートなどをもとに話し、脳への影響 体への影響 学力への影響を伝えました。さらに睡眠不足がいかに成長を妨げるのかについても触れました。最後に読書が脳を成長させるということを伝え 今までの自分たちの生活を見直そうと 投げかけました。子どもたちの感想は 知らなかったことが知ることができてよかった。自分のゲームを減らして読書をしたいなど 素直な感想が多くうれしく思いました。

どちらの学校もフォートナイトが大きな問題になっています。中学年でも男子は半数以上 やっている現状です。家庭の責任では言ってもらえない状況だと思います。また どちらの 学校の子どもたちも 家族としたいこと 家族として楽しいことは？というアンケートには ご飯を一緒に食べる 旅行に行きたい ボードゲームをしたい など ふれあいを求めている回答が圧倒的だったことが意外であり 心打たれるものでした。