

子どもとメディア 北海道

第42号
2020年
10月発行
今期第2号

発行が遅くなり
すみません。

恵庭市制50周年記念事業 令和2年家読(うちどく)講演会

川島隆太氏講演会

「読書と生活習慣が子どもの脳をつくる」に行ってきました!

2020年10月24日(土)14時から 恵庭市民会館にて

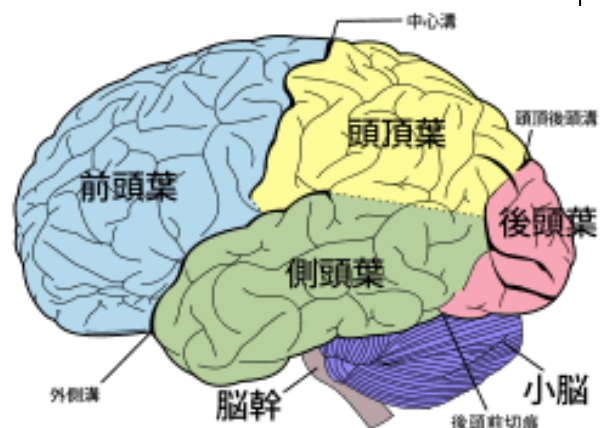
★10月中旬の地元の新聞に(たぶん道新等の全道版ではPRされていなかった)、上記の記載があり、「恵庭市に川島先生が来られるなら、ぜひ拝聴したい!」と強く思いました。申し込み制の人数制限ありで、さらに「講演会参加券」を恵庭の図書館に取りに行けることが条件(その時すでに後数枚しか残っていないとのこと、その日のうちに恵庭まで参加券を取りに行きました。)とのことだったので、みなさんには情報提供せずに行ってきました。

★自分でも恐ろしくなるほど、川島先生の追っかけをしています。(6回は聞いています。粘着質なさそり座の女です)今回は、GIGA構想を一気に推し進められる体制の中で、子どもの成長発達への影響への啓発という内容を専門家の方に聞ける機会は少ないため、はりきって行ってきました。報告しますね♡

★自己紹介として、北海道の釧路に両親が住んでいるので、今回会うことができたというお話。今回は、読書活動が、子どもにとってどう良いのか、親子関係にどのような良い影響を与えるのかを中心に話す。

☆まずは、ごく簡単な脳の機能について。

- ・頭頂葉=触覚 ・側頭葉=聴覚 ・後頭葉=視覚
- ・複雑にそれぞれが絡み合って機能している。
- ・人間の脳で特にカギになるのが前頭葉(特に前頭前野)の働き⇒**思考の脳**(記憶・学習・がまん・判断など)
こころの脳(相手を思いやるなど)
- ・脳の内部構造
大脳灰白質(表面の黒っぽい部分)=神経細胞
大脳白質(内部の白っぽい部分)=神経線維



ネットの画像集より引用

★「こころの脳」の働きについて、脳機能イメージング技術（MRIなど）を活用して、さまざまな研究を行っている。「相手の心を理解する」時に使われるのは、前頭葉の内側・側頭葉の前頭葉寄りの部分・側頭葉から後頭葉にかけての部分であることがわかっている。その部分が、どんな方法でコミュニケーションするとより活動量が多くなるのかを調べる。例えば、

- ・原子力発電所の管理を担っている4人の職員のコミュニケーションと脳活動について
- ・大学生の集団しりとりをしている時の脳活動について

これらの研究からわかったことは、コミュニケーションをしている時に、脳活動は（互いに）同期しているということである。興味深かったことは、直接会ってコミュニケーションしている時しか、脳活動の同期が行われなかったことである。（画面を通してのコミュニケーションでは、ほぼ同期しない）

また、コミュニケーションの質や量が濃厚な方が、同期しやすいこともわかった。（ナカヤの解釈含み）相手の顔をきちんと見てコミュニケーションすることで、脳が互いに同期し合いコミュニケーションが促進されるということである。

なので、ZOOMでのコミュニケーションは、質が落ちると言えるし、顔が半分以上隠れてしまうマスクもコミュニケーションの質を落とす。子どもの年齢が低いほどその問題が大きいので、私たちが関わっている幼児教育施設では、顔が隠れるマスクではなくて口元が見えるフェイスマスクを使用している。

☆これまでの研究でわかっている「子どもの脳を育む親子のコミュニケーション」について

- ・親子の会話（顔を見て話す）やふれあい（一緒に何かをする）が、子どもの脳を刺激する
- ・親子で一緒にすることが大事、一緒にいてあげる、向き合う
- ・脳活動の活発さ：顔を見て話す > ケータイで話す
- ・ほめる声かけが子どもの脳を刺激する（リアルタイムフィードバック：その場での声かけ）意欲を引き出す
- ・10年以上にわたる仙台市の学力等の調査より、家族とのコミュニケーションが豊かであったり、何のために学ぶのかなに意識が高いと学力は高い傾向

★今日の本題。読み聞かせの力(子どもの脳を守る・発達を促す) 「読み聞かせは、こころの脳を育む」

- ・読み聞かせをしている時の脳

親＝言語野よりもむしろ、相手の気持ちを感じるこころの脳が活発。子どもに読み聞かせをしている時に、親が子どもとの心がつながる感覚をもつ

子＝脳の奥の辺縁系が活発になり、感情や情動を揺さぶられる。文字に触れるからかしくなる・・・
というのではない

- ・読み聞かせをしているだけで、子どもの豊かな感情や情動が発達し、親が子どもとのつながりを感じることができる、親子のコミュニケーションのツールとして、脳活動からも大変望ましいと言える。

☆今の時代は、誰もが忙しい、一生懸命である。親や子どもの周りの大人も、誰もが忙しい。

だからこそ、子どもと過ごす時間、僅かな時間をどう使うかが重要。（ナカヤの解釈あり）

- ・子どもが親に気持ちに寄り添ってもらいたいと思った時に、顔を合わせて（スマホやテレビに囚われず）顔を見て共感したり、10分間でいいから読み聞かせをすることで、問題行動はぐっと減る。子どもが機嫌が悪いのは「お願いだからこっちを見て！」のサイン。
- ・小さいうちの読み聞かせは、心と心を通させるため。その次の段階を大事にしてほしい。字を読めるようになったら読み手の交換をする。「お母さんにも読んでほしいなあ」本は、読んでもらっても自分が読んで幸せになるんだな♪という経験が、自ら本を手にとる子どもへつながる。

★読書中の脳活動 ⇒ 脳の左側の前頭葉の下と後頭葉の下の活動が活発

- ・その部分は、新たな発想(クリエイティビティ)を担う部分でもある
- ・この部分の脳活動と読書習慣についての3年間の追跡調査によって、白質形態の統合性の発達性変化への影響が確認されている。白質形態=脳神経のはり方が違う。

☆継続調査している仙台市の児童・生徒の学習調査において、スマホの使用時間とテストの点数の相関関係は、以下の通りであるが、低学年(3・4年生)の方が、使用している時間によっての影響が強く出ている。

小3、小4の場合、スマホを1時間以上使用すると、平均点を超える子が1人もいない。

	勉強0時間	勉強1時間
スマホを使わない	数学テスト 63点	同 72点
スマホ3時間(1日)	同 54点	同 61点

この結果から、スマホとテストの点数との相関関係はあると言えるが因果関係はわからなかった

- ・因果関係を明らかにするために、同一人物の3年間の追跡調査を行った。例えば、全く使っていなかったが使ったらどう変化したか、逆に使っていたのを辞めたらどう変化したかなど。それによって、因果関係が証明された。
- ・さらに、3年間の追跡調査によって、脳発達との関係も明らかになった。大脳灰白質がスマホなしの場合は、3年間で50cc増えていたのに対して、スマホ3時間以上の場合ほとんど増えていない。大脳白質の部分についても同じような結果。
- ・また、スマホ長時間使用者でネット依存傾向のある大学生に老化のサインがみられる。(うつ、共感性が低いなど)

★脳の発達期にある子ども達には、スマホ1時間以内を身につけさせたい。依存性・習慣性があるからだ。

ところが調査では、1時間以内の使用は高校生5%、中学生が10~20%である。

- ・「スマホを連絡の手段や調べ物などの道具として使う、もっと言えばそれ以外には使わない」くらいにしたい。1時間以内に自律的に使えている子は、「見ちゃうから勉強中は居間に置く」などの自己判断
- ・勉強中のマルチタスキング(複数のアプリ等使用)は、非常に悪い影響があるので、スマホを持たせても勉強中は管理することが必要

☆なんだ、やばいぞスマホ社会！(乳幼児期の使用のしかた) コミュニケーションという点から。

- ・初めてのコミュニケーションの重要な機会である授乳時に、赤ちゃんと目を合わせずスマホを見てばかりいる。心と心のやり取り、コミュニケーションの土台をつくる親子のふれあい遊びが、アプリだけに頼っている。⇒ やばいよ！喜怒哀楽の表現が苦手で他人の喜怒哀楽を受け取ることも苦手になる。(サイレントベビー) このような関りが長期間続けば、学校に上がってからヘビーユーザーになる。

★以前、名高い大学の教授に「川島くん、9割が物を考えない社会が一番安定している。ほら、今はそういう社会になっている」と言われた。スマホやタブレットが物を考えない脳をつくれれば、ほとんどの国民は社会の歯車になるだけ。そういうのはいやじゃないですか？もっと楽しい社会をつくりましょう。

☆コミュニケーションは、顔を見て(脳にとっては、それ以外はコミュニケーションになっていない)すること。とくに子どもには、すぐに反応してあげることが脳を育むコツ。読み聞かせは、親のコミュ力、子どもの心の脳を揺さぶっている。読書をすることで、脳が変わってくる。

●会場からの質疑応答の時間（限られた時間だったので、詳細はわからなかったです）

Q 1. 読書が脳に良い影響を与えるのがわかりましたが、漫画を読んでいる時の脳活動は？

A. 漫画を読んでいる時の脳は、絵画や写真や動画を観ている時と同じような活動になる。特に前頭前野は寝ている状態。

Q 2. 本を紙媒体ではなくて電子書籍で読んでいる時の脳の活動は？

A. 電子書籍でも脳活動に変わりはない。ただし、読書専用の端末機をお勧めする。スマホやタブレットで読んでいるとSNSなどの誘いが来て読書の効果が期待できない。

2020年7月から2020年10月までの活動報告

月日	テーマ・内容	行事名・主催者等	担当
7月9日	上厚真小学校(5・6年)情報モラル教室	厚真教育委員会	横山
30日	元気な脳でかしこい自分に～自分で自分の脳を育てよう～		工藤
31日	帯広市立稲田小学校2年生		
8月1日	生きる力を育むおもちゃ～保育に役立つ遊びのヒント～	西宮の沢・山の手・南郷合同研修 マザー保育園	菊地
3日	厚真中学校(全学年・学年別指導)情報モラル教室	厚真教育委員会	桜井
20日	厚南子育て支援センター・アウトメディアミニ講座	厚真教育委員会	桜井
9月2日	元気な脳でかしこい自分に～自分で自分の脳を育てよう～ 帯広市立稲田小学校3年生		工藤
9日	厚真子育て支援センター・アウトメディアミニ講座	厚真教育委員会	桜井
17日	萩野小学校1・2年生 アウトメディア授業	白老町子育て支援課訪問型家庭教育	吉原
	萩野小学校3・4・5・6年生 アウトメディア授業	育支援事業	中谷
23日	苫小牧市立明野小学校5年生・情報モラル教室		中谷
24日	これからのネット社会を生き抜くこどもたちを育むために	北見市東相内小学校 学校・家庭・地域が協力し合う子育て講演会	諏訪
25日	家庭教育学級もりのまなびや アナログゲームで遊ぼう	幼保連携型認定こども園せいめいのもり	菊地
9月30日	生きる力を育むおもちゃ ～保育に役立つ遊びのヒント～	東橋いちい認定こども園	菊地
	黒松内小学校就学時検診時講話	黒松内町教育委員会	中谷
10月2日	就学時検診時講話(門別小・富川小)	日高町教育委員会	
5日	就学時検診時講話(厚賀小)	「電子メディアが子どもの発達に与える影響について」	野澤
21日	就学時検診時講話(日高小)		
20日	ネット・ゲームから自分を守ろう～知っておこう心と体への影響～ 大樹町立大樹小学校5年生		工藤
26日	上川中部こども緊急さぼねっと子育て支援者養成講座「子どもの発達への電子メディアの影響」	旭川市ファミリーサポートセンター	諏訪

29日	帯広市立東小学校 元気な脳でかしこい自分に～自分で自分の脳を育てよう～3年生 ネット・ゲームから自分を守ろう～知っておこう心や体への影響～5年生	工藤
30日	清里小学校安全教室 5年生	清里町教育委員会 オホーツク教育局
31日	清里みらい塾「子育て講演会」	
	幼児の親向けミニ講座	
		中谷

【インストラクター活動報告：帯広市 工藤 美栄子インストラクター(小学校教諭)】

7月30日・31日

帯広市立稲田小学校2年生114名対象に『元気な脳でかしこい自分に～自分で自分の脳を育てよう～』というタイトルで授業を行いました。密にならないように1学級ずつ4回に分けて実施しました。

コロナ禍の中子どもたちの環境も大きく変わりつつあります。そこで子ども自身が発達途中にある自分達の脳・体・心に与えるスマホやネットの影響を知り、自己コントロールして上手く付き合っていくようになることの大切さを伝えました。

9月2日

帯広市立稲田小学校3年生90名を対象に『元気な脳でかしこい自分に～自分で自分の脳を育てよう～』というタイトルで行いました。やっと体育館に学年全体で集まることができました。

ゲーム障害のところに重点を置いて、自ら自分の発達に必要な事を選べる強さをもってほしいという願いを込めて授業をさせていただきました。

10月20日

大樹町立大樹小学校5年生47名対象に『ネット・ゲームから自分を守ろう～知っておこう心と体への影響～』というタイトルで授業を行いました。

オンラインゲームにはまってしまう子どもが急増している事を日々感じるのは、どこも同じ。オンラインゲームの悪影響を子どもたち自身が知ることが大事だと感じています。

10月29日

帯広市立東小学校3年生31名、5年生21名対象に授業を行いました。3年生は『元気な脳でかしこい自分に～自分で自分の脳を育てよう～』5年生は『ネット・ゲームから自分を守ろう～知っておこう心や体への影響～』で行いました。どちらもオンラインゲーム・ネットは依存物であることをおさえ、発達途中にある子どもたちは自己コントロールして付き合っていく必要があることを伝えました。

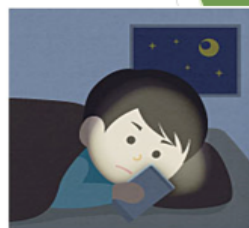
★ 以下のパワポの資料は、「ゲーム障害」と思われる事例です。

病院には行っていないのでゲーム障害とはいえないのでしょうか？

・家庭で暴れ手を付けられない状態の時、児童相談所に連絡したが、警察に連絡するように言われる。後日、母親が一人で警察へ相談に行く。警察からは、今度、暴れたときには連絡くれるように言われたそうです。児相は何もしてくれない・・・。

事例1 小学校3年生 男子

- 母 姉（小6）と3人暮らし
- 4・5月のコロナの休命中、姉と二人で留守番
- 母親にはないしよで、フォートナイトを始める
- フォートナイトにのめり込む
母親が寝てからも布団の中でするようになる**
- 8月夏休みに 母親に見つかる
ネット環境を切断され、**暴言・暴力が始まる**
- 母親は環境を変えた方がよいかと思い 親戚の家にあずける
しかし、ゲームができないことで叔母に暴言。警察ざた
- 8月19日始業式 ゲームやらせてくれないからと 学校休む



- 欠席、登校をくりかえす
- 母にはゲーム時間2時間を守っていると うそをつく
- 母は2時間でネット切断するように きびしく対応
- 友達は自由にゲームできるのに どうして自分だけできないんだと
母に暴力、暴言**
- 母 どうしょうもなく 学校へ助けを求める
- 担任、教頭で自宅へ駆けつけるが 母を殴り続けていた
母から引き離してからも 怒りはおさまらない
気持ちを落ち着かせるまで 3時間
- 母といっしょに 無理のない 新しいルールをつくる
サッカー少年団に入り、環境を少しずつ変えている**

●資料等について

① 諏訪会長からの情報提供です。

国立成育医療研究センターが実施している、「コロナXこどもアンケート」は興味深いですよ。

https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/survey.html#report

② NPO法人子どもとメディアの情報誌42号より、二つ抜粋させていただきました。

一つは、子どもとメディア北海道のインストラクターである三國勝美氏に執筆してもらった「子どもとメディア北海道」の活動についてです。無理を言って「三國さんの活動中心に報告してください」とお願いしました。

二つ目は、「コロナ禍とGIGAスクール」のテーマでのNPO代表理事の山田真理子先生の記事です。小中生の発達段階に合わせた「GIGAスクールに対応する子どもの資質育成」について書かれています。

③ 苫小牧市で“紙の街の小さな新聞社 ひらく”発行の新聞第31号より、特集の「子どもと電子メディア～実態調査から見えてくるもの～」です。ナカヤも取材を受けましたが、新聞主宰の女性記者さんの取材力の多様さに脱帽です。