



子どもとメディア 北海道

子どもとメディア 北海道

第54号
2023年
10月発行
今期第2号

～～ 諏訪代表からの情報提供 ～～ **乳幼児の支援者向けの小冊子**

宮城県が作成した「メディアとの正しい付き合い方マニュアル」

豊かな人生を送れる子どもにするために 私たちができること

● 以下のアドレスから小冊子(PDF)がみられます。

https://www.ped.med.tohoku.ac.jp/img/howto_interact_w_media/manual.pdf

または、【宮城県 メディアとの正しい付き合い方マニュアル 乳幼児の支援者】で検索したらすぐにみられます。

- ★ 諏訪代表が、貴重な資料を紹介してくれました。昨年3月に、宮城県保健福祉部精神保健推進室が発行された小冊子です。私たちが伝えたい内容が、わかりやすく順序だてて編集されています。この冊子は、宮城県内の保育園や幼稚園など乳幼児の支援者向けに配布されているようで、うらやましい限りです。
- ★ PDFではなくて紙の冊子が欲しくて、発行元に問い合わせたところ、親切に対応いただき、東北大学病院小児科にFAXで申し込むのだと教えていただきました。申し込んだ後に、東北大学病院の担当者の方からも電話をいただき、「子どもとメディア北海道」の活動についても紹介できました。
- ★ 現在在庫を確認していただいておりますが、11月末までには、20冊程度は送っていただけそうです。現「子どもとメディア北海道」の会員が18名なので、送っていただけた場合、全会員に郵送しますね。(会費に余裕があるのと、インストラクター以外の会員も、まさに乳幼児の子育て支援に携わっている方々だからです)今年中には郵送できると思います。ご自身の仕事・活動や講演の資料作りで、参考にして下さいね。

この冊子の編集委員 (50音順敬称略)

植松 有里佳 東北大学病院 小児科・熊谷 智子 気仙沼市 マザーズホーム・後藤 梓 宮城県 保健福祉部子ども家庭支援課・佐藤 しおり 東北大学病院 小児科・佐藤 寛記 宮城県 子ども総合センター

白土 晃 東北大学病院 小児科・鈴木 綾乃 仙台市 発達相談支援センター・土谷 真央 東北大学病院 小児科
奈良 千恵子 仙台市 発達相談支援センター・洞口 真紀 宮城県 保健福祉部精神保健推進室

横山 浩之 福島県立医科大学 ふくしま子ども女性医療支援センター

●この小冊子の中で、特に新しい学びにつながった個所や、保護者への伝え方のポイントなどを一部抜粋して紹介しますね。出所を明記すれば、パワポの資料や園のお便りなどで活用OK!とのことです。

★**本マニュアルにおいて「メディア」を示すもの**

子どもがスマートフォンやタブレットに向き合っている時間だけでなく、本人がいる場所で、テレビやDVDなどの動画視聴がなされている時間全てを合わせて、「メディア視聴時間」とします。

本マニュアルでは、テレビやDVD、スマートフォン、タブレット、PC、テレビゲーム、携帯用ゲームなどをまとめて「メディア」と総称しています。乳幼児期には、本人がいる場所で、テレビやDVD、スマートフォンやタブレットでの動画視聴がなされている時間を調べるのが大切です。

たとえ本人が見ていなくても、まわりの大人が視聴していれば、メディア視聴時間に含まれます。乳幼児では、テレビやDVDがついているところでは、誰かが言葉で働きかけても、テレビやDVDの音と混ざってしまい、きちんと聞こえていないからです。現代のお子さんたちは、生まれた時からインターネット環境が整っており、特にスマートフォンが身近に存在する世代です。この影響で、10年、20年前までは見られなかった問題を抱えるお子さんたちが増えています。

★**保護者に伝える時のポイント**

- *メディアの視聴が多いことで、子どもに出現する症状や行動異常について、具体的に伝えましょう。
- *2歳未満でのメディア視聴による影響は、4歳以降になってから顕在化してくることがあることを強調し、2歳までの視聴の危険性を伝えましょう。
- *メディアによる症状が出てからメディア視聴を中止しても、影響がなくなっていくまでには長い期間を要することを言い添えましょう。

- *メディアを生活から撤去する最初の3日間を家族で取り組むことが望ましいと助言します。
- *乳幼児期には、メディアは減らすよりも完全除去の方が取り組みやすいです。
- *保護者がメディア以外にどのようなことで子どもと直接関われそうか、ご家庭ごとに対応を考えたあげることにも時に必要です
- *対応を考える際は、時間、場所、何をしたらよいかなど、具体的に伝えましょう。

例) 身体を使った遊び(第3章参照)、メディア視聴を始める前に子どもが好きだったもの、保護者の趣味を子どもと共有する、絵本を読むことも良いでしょう。

- *年齢が上がるほど、メディアに関する習慣をつけることが難しくなります。
- *メディア以外の楽しみを見つけ、ルールを守って付き合きましょう。
- *フィルタリングをし、規制をはずさないようにしましょう。
- *保護者が基本姿勢を作り、子どもの手本となって、家族みんなでルールを守りましょう。
- *睡眠が子どもの成長に重要であるということは理解している保護者が多いので、睡眠を確保するために、就寝時間を早くすることが必要であり、そのために、メディアの制限が必要と話すことで、

保護者が受け入れやすくなります。

* 保護者がメディアの制限について受け入れることが難しい場合の伝え方の工夫として、比較的受け入れやすい「睡眠時間を確保するために就寝時間を早くする」ことを助言し、実行する結果として自然にメディアの時間を減らすことも有効です。

* メディアを見ないように勧めるよりも、身体を使った遊びを十分に行うことを促しましょう。

* 家族で外に出て、自然に触れあうことで、自宅でのメディア時間を減らせます。

* 対応を考える際は、時間、場所、何をしたらよいかなど、具体的に伝えましょう。

★あしがき

幼少期からのお子さんとの関わり方や生活習慣は、お子さんの将来に大きく影響します。特にメディアについては、ここ数年で状況が一変して、深刻な障害を引き起こす事態にまでなっています。

お子さんや保護者の支援に当たられることが多い方々には、メディアについての正しい知識を持っていただき、ご支援にお役だていただきたいと思っております。

「メディアをやめましょう」という活動自体は、多くの自治体や団体で行われてきていますが、どうやったらやめられるかということ考えたマニュアルは多くありません。

幼少期からの長時間のメディア視聴が及ぼす子どもの害についての理解と具体的な対応方法が必要で、本マニュアルは乳幼児を対象としましたが、メディアに関する対応は、学齢期、思春期になってからでは間に合いません。

1日も早く取り組んでいただき、10年後、20年後の宮城県に明るい未来が待っていることを心から願います。最後になりましたが、ご多忙にも関わらず、ご協力いただきました編集委員の方々に心より感謝申し上げます。

植松 有里佳

【新聞記事：各国の政府・議会・司法が、青少年・未成年の利用について、制限に取り組んでいます。】

A 中国ネット中毒社会問題化 未成年スマホ2時間まで メーカーに制限義務化へ

・スマホに「未成年モード」をオン・オフできる必要があると規定

・8歳未満は40分以内、8～15歳未満は1時間以内、16～18歳未満は2時間以内

B 英国議会 子どもに有害なコンテンツ規制へ 英が法整備 もうSNSに命奪わせない

・「オンライン安全法」 SNSや ウェブサイトの運営者に強い自主規制を求め、刑事責任追及もありうる

C 米42州・地域、メタを提訴 「SNS中毒性 放置した」 青少年に有害 賠償・是正求める

・問題点として「青少年のSNS利用時間を最大にすることを重視した事業モデルを構築」

「SNSに有害で心理的に操作する機能を搭載」

「青少年への健康被害の危険性を示す証拠があるのに、対応を拒否。悪影響を隠し、軽視し続けている」

さて日本では？

各国でのこれらの動きも、知らない人がほとんどです。

伝えていくことが必要だと思います。

2023年8月から2023年10月までの活動報告(26件)

月 日	テーマ・内容	行事名・主催者等	担当
8月 30日	子育て支援のネットワーク作り 子どものネット依存の予防	白老町子育て世代包括支援センター	中谷
9月 1日	子どもとスマホ・動画のよい関係(乳幼児親)	NPOふれいおん・とかち(帯広)	中谷
2日	保育士研修会(乳幼児の発達とメディア)	家庭保育園トムテの家(芽室)	中谷
6日	白老町竹浦小学校 情報モラル授業(3・4年生、5・6年生)		中谷
11日	北広島市立広葉中学校1年生 人権教育	KDDI とのコラボ(情報モラル)	三國
13日	電子メディアと子どもの関係、見直してみませんか?	新ひだか町PTA研修会	野澤
	尾岱沼地区CS研修会		
14日	中春別小学校 4・5・6年生	別海町教育委員会	中谷
15日	上春別小学校1・2年、3・4年、5・6年		
20日	上ノ国町教育講演会	上ノ国町学校保健会	中谷
21日	情報モラル教室 1～3年	上ノ国中学校	
26日	子どもの成長とネット環境～子どもと一緒に学ぼう ネットとの上手な付き合い方～	札幌市南区PTA連合会	中谷
10月 1日	帯広市明星小学校低学年	帯広市明星小学校	工藤
2日	帯広市明星小学校中学年		
3日	帯広市明星小学校高学年		
10月12日	メディアに潜む危険を知る ～メディアとどう向き合っていくか～	上川町子ども会育成指導者研修会	諏訪
18日	子どもたちの未来を守る情報モラルを学ぼう! ～大人のできること、すべきこと～	仁木町PTA連合会	中谷
23日	「育児型」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
	富川小入学予定保護者向け 30分×3回	日高町教育委員会	野澤
25日	日高小入学予定保護者向け	日高町教育委員会	
26日	【プレママ向け】「電子メディアと子育て」	厚真町子育て支援センターミニ講座	櫻井
	豊幌小学校 4～6年生	江別市教育委員会	中谷
27日	「スマホ・ネット・ゲームがこどもの成長に与える影響」～こどもたちを守るため、未来につながる使い方を考えよう～	登別市教育委員会 家庭教育学習会	中塚
	門別小入学予定保護者向け 30分×2回	日高町教育委員会	野澤
28日	児童向け講話 3・4年生、5・6年生	登別富岸小学校	中谷
30日	上厚真小学校就学児健診時講演「子どもの未来を守る電子メディア講座」	厚真町教育委員会	櫻井

【インストラクターのつぶやき】（活動報告に添えられたコメントから紹介します）

【北広島・三國インストラクター】

今年は中学校での人権教室が少なくあまり出番がありません。

唯一、出番があったのは、人権教室の一環として取り組んでいる、KDDI とのコラボ（情報モラル）で人権擁護委員として、北広島市立広葉中学校の1年生を対象に9月11日に行われた10分間だけの出番となってしまいました。・・・大変不本意ながら・・・少しでも情報を伝えたいという気持で臨みました。

10分間でスマホを使用した人権侵害や、学力や心身への影響について触れる程度で終わり、物足りなさを感じながらの授業でした。

今回も、子ども達に「今日これだけは忘れずに持って帰ってね」と呼びかけ、ネットいじめやトラブルを防止するため「玄関に貼れない言葉はネットでも書かない」・・・を伝えて終わりました。

【札幌・中塚インストラクター】

事前に質問をいただいていた講座がありました。「小学2年生の男の子です。オンラインゲームをやりがっているのですが何年生からなら大丈夫ですか？」というものでした。

講座の最後にお答えしようと思っていたのですが、スライド終了後、質問者の方が「今日のお話を聞いて、いつからなら大丈夫じゃなくて子どもとちゃんと話さなくてはいけないと思いました。できるだけ遅くしたいし、今、時間を決めてゲームをさせているけれどだんだん時間が延びていて、土日だけの約束がどんどん増えて毎日になりそう。でも習慣化が怖いのだとわかりました。目や脳のことも講座を聞いて怖いと思ったことを家族と話し合っただけでも私も主人も気をつけたいと思いました。」と話してくれました。

講座の終了後も5~6人のかたが質問に来てくれて、ご自身の使い方や使いすぎている家族の心配などを聞き、立ち話となってしまいましたが、少しアドバイスもさせていただきました。保護者の方々もお互いに困ったこと、工夫していることなどを話し合い良い時間となりました。

以下、いただいた感想をいくつかご紹介します。

・子どもたちへの影響はもちろんのこと、自分の日々の行動をふりかえるきっかけになりました。子どもと一緒に聞きたかった。

・親の管理の大切さ、脳は使わなければ育たないこと、スマホの使用時間と学力のこと、知ることができて良かった。今、まさにスマホがほしいと言っている娘に何のために欲しいのか、書き出させて話し合います。

・スマホ、ゲームはひまだからと与えてしまいがちでしたが、一人で考える時間も必要なのだとあらためて気づかされ、スマホ、ゲームとのつきあい方を考えていきたいと思いました。

【厚真・櫻井インストラクター】 予定では

10/26 【プレママ向け】厚真町子育て支援センターミニ講座「電子メディアと子育て」

10/30 【保護者向け】上厚真小学校就学児健診時講演「子どもの未来を守る電子メディア講座」

11/1 【保護者向け】厚真中央小学校就学児健診時講演「子どもの未来を守る電子メディア講座」

11/9 午前 【生徒向け】厚真中央小学校「君たちの未来を守る電子メディア講座」

11/9 午後 【PTA 向け】むかわ中央小学校「子どもの未来を守る電子メディア講座」

11/16 【プレママ向け】厚南子育て支援センターミニ講座「電子メディアと子育て」

11/27 【生徒向け】上厚真小学校「君たちの未来を守る電子メディア講座」

12/1 【生徒向け】厚南中学校「君たちの未来を守る電子メディア講座」

と講演が目白押しです。

中には、厚真町から転勤した先生が新しい赴任先からお声がけいただいたケースもあり、なかなか成果の見えない地道な活動ですが、決して無駄ではないと改めて実感しています。中谷先生には、まだまだ足元にも及びませんが、負けないように頑張りますよ～！！

【帯広・工藤インストラクター】

市内 M 小学校の「親子学びの教室」にて 講話の機会をいただきました。低 中 高学年ごとの参観日後の 6 時間めにもかかわらず 子どもたちは 真剣な眼差しで話を聞いてくれました。

将来の自分のために 今 発達途中の今 何をしなければならないのかを 受け取ってくれたと思います。

高学年の子の鋭い質問にどう答えるべきでしょうか。どなたか 教えてください。

質問 「どうして宿題は紙じゃないんですか？」

【日高・野澤インストラクター】

① 9月13日。夜。「新ひだか町 PTA 研修会」にて。1時間半ほどの中、浦河教育局職員さんからの管内、町内の児童、生徒の実態報告からの、私の講話(45分ほど)「電子メディアと子どもの関係、見直してみませんか？」それを受けて、小グループディスカッション。

初めての新しい町での講話。日高管内としては、一昨年のえりも町 PTA 研修会、昨年同様似町 CS 運営委員会での講話に次ぐ、3回目。同じ日高管内でも、教員にも、保護者にも、地域性?地域による違いがあり、反応が違いました。

② 本日から、恒例私が実施するようになって6年目。日高町就学前検診時保護者向け講話。(予算の関係?で?今年度で打ち切られるかも?)

10月23日。富川小入学予定保護者向け。30分×3回。10月25日。日高小入学予定保護者向け。30分。10月27日。門別小入学予定保護者向け。30分×2回。11月ですが、この流れでまとめて報告しておきます。11月2日。厚賀小入学予定保護者向け。30分。講話タイトルは、「電子メディアと子どもの関係、見直してみませんか？」です。

*10月は26件、11月はそれ以上の授業や講演依頼があり、みなさん奮闘されていますね。これだけ、学校や保護者から困り感や悩みが出ていることに、次の手を打てないことがもどかしい・・・

*それぞれの地域で、以前の講演を聞いて他の学校・地域に広がっていることが嬉しいです。

*工藤さんの最後の問い・・・私は、「ここ数年はICTをまずは使えるようにすることに重きを置いていたが、授業ですべての子への指導が必要な場合を除き、これからは使うか使わないかの選択を児童生徒にさせるべきだ!!特に家庭では、子どもと保護者の要望を吸い上げるべきだ!!」です。