



子育てコンシェルジュだより

富士宮市子育てコンシェルジュ (富士宮市児童館内)

☎0544- 21-3715

こんにちは、子育てコンシェルジュです。

こどもたちは生まれながらにしてたくさんの電子メディアに囲まれて生活しています。近年、テレビやDVD、スマートフォンなどが育児に使われるようになりましたが、赤ちゃんは本来テレビなどを見なくても遊ぶ力を持っているといわれています。小さいうちから一方的に見せられると、自分で遊びを考えることが苦手になってしまう場合もあります。今回は、今の時代、切り離すことができないメディアとどうつき合っていけばよいかを一緒に考えて行きましょう。



ここでのメディアとは・・・
テレビ・DVD・電子ゲーム・ケータイ・スマートフォン・タブレット端末などの電子メディア機器です。

＜こんな場面はありませんか？＞

- ・ムズがる赤ちゃんにテレビやスマホを見せる。(いつも使わせているとスマホをせがんで、取り上げると泣いて暴れるようになる)
- ・スマホを見たまま、赤ちゃんとおしゃべり、世話をしたりしている。



～電子メディアがこどもに及ぼす影響について～

- ・言葉の発達の遅れ
- ・視線(目)が合いにくい
- ・友だちと上手に遊べない
- ・気持ちのコントロールがきかない(すぐに手が出る・きれる)
- ・パニックを起こす
- ・視力、体力の低下
- ・テレビを見ているとおとなしい など

日本小児科医師会からの提言

1. 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう。
2. 授乳中、食事時のテレビ・ビデオ視聴は止めましょう。
3. すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。
1日2時間までを目安と考えます。テレビゲームは1日30分までを目安と考えます。
4. 子ども部屋にはテレビ、ビデオ、パーソナルコンピューター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。

※参考文献 「子どもとメディア」の問題に対する提言



メディア漬けの予防は乳幼児期から始めましょう。実体験がとても大事です。

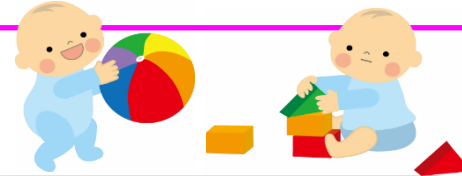


地域の子育て情報や発達で気になることなど、子育てに関することなら何でもご相談ください。土曜日は児童館に常駐していますので、お気軽に声をかけてください。(お電話いただけると確実です。)

連絡先: 富士宮市立児童館内 子育てコンシェルジュ ☎0544- 21-3715

赤ちゃんの「泣き」や「ぐずり」の意味

言葉が話せない赤ちゃんは、泣いたりぐずったりすることで、「おなかがすいた」「おむつがぬれた」「暑い」「寒い」などの生理現象や「抱っこして」「遊んで」などの感情的欲求を訴えます。「どうしたの」などの声かけや抱っこなどを繰り返すことで親子の絆ができてきます。



0～3歳ごろまでは、コミュニケーションの基礎ができる時期です。おしゃべりが上手になるまでは、直接ひとと関わることを中心にしましょう。テレビではなく語りかけたり、歌ったりしましょう。

赤ちゃんにとって大切なこと

赤ちゃんにはお母さんやお父さんとのいろんなやりとりが何よりも大切です。テレビやビデオは刺激が強いため赤ちゃんはそちらをよく見ますが、一方通行で人工的な刺激は心身の発達によくありません。赤ちゃんには目を見て語りかけましょう。

幼児期に大切なこと

遊び 自然に触れてリアルな体験を！
生活リズム 規則正しく食べて十分な睡眠を！
目 幼児期は目が育つ時期
会話 脳も育てる「言葉のチカラ」

メディアでは得られない実体験を重ねることによって、人間関係を築き、心と体を成長させます。



テレビを消して(電子メディアを使わずに)何をしたらいいの？



戸外の遊び



読み聞かせ



家族で食事



お手伝い



ふれあい遊び



メディア全体が悪いというわけではなく、「メディア漬け」が悪いのです。こどもたちが今後増え続けるメディアと上手に付き合い利用していくために、教えていくことが大切です。そのためには2歳以下のこどものテレビ・ビデオの視聴は控えましょう。ゲームデビューはできれば10歳以降(現実と仮定の違いをしっかりと理解してから)。携帯電話は善悪の判断がしっかりできるようになってからがいいですね。家族で話し合い、上手に利用するルールを作りましょう。

毎月20日は「こども安全の日」です。犯罪の被害者となりやすいこどもの安全を確保するため、地域全体で見守りをしていきましょう。

