



令和4年7月1日

子どもと電子メディア

園長 田中 裕

社会福祉法人藤花学園 北野保育園

毎年、園だよりでスマホ等の乳幼児への影響について書いていますが、電子メディアの進展はさらに進み、VR（バーチャルリアリティ=仮想現実）は数年後には普通に我々の生活の主流になるのでは、という話も聞きます。魅力あるツールとは思いますが、反面スマホやPCの使用は子どもにとって以下のような弊害があるといわれています。

- ・スクリーンタイムが長くなるほど発語が遅れる割合が高くなる。認知機能や社会性・情緒的発達も遅れる危険性がある。
- ・寝る前のスマホ等の使用は画面の光がメラトニンの分泌を抑えて眠りの妨げとなり、体内時計を狂わせる。
- ・スマホやタブレットは画面が目に近いので、目の動きも小さくなり近視や内斜視のリスクとなる。

乳児期は脳の急速な発達、言葉や対人関係の発達が育つ特別な時期です。そのため乳幼児が健康に育つためのWHOのガイドラインには2歳未満にはスマホ等の視聴はさせない、2歳以降では1時間までとして日本小児科医会でも同様の提言がされています。

保育園は電子メディアのない生活の中で友達や、保育者と一緒に遊んで過ごし少しずつ社会性を身につけていきます。保育園で電子メディアのない生活があるからスマホも少しくらいいいかという思いが保護者の方にはあるかもしれませんが、子どもがスマホを見ている時間が長くなればそれだけ親子の双方向性のかかわりが減ることになります。子どもの健やかな成長のために、例えば週に一度は子どもに電子メディアを使わない遊びでかかわる、といったことをしてみたいかがでしょうか。家族全員が1時間で電子メディアをきっぱりと切り上げるとかでもいいでしょう。新しい子どもの発見がきっと見つかると思います。（参考：保育の友 2022年7月号）

7月の予定

7月1日(金)	JACOT 指導 4、5歳児、
5日(火)	体育指導 3~5歳児
6日(水)	誕生会
7日(木)	七夕の集い 避難訓練
9日(土)	布団乾燥
11日(月)	身体測定 5歳児
12日(火)	体育指導 3~5歳児 身体測定 4歳児
13日(水)	身体測定 3歳児
16日(土)	夕涼み会
19日(火)	体育指導 3~5歳児 身体測定 本園1、2歳児
20日(水)	身体測定 分園0~2歳児
21日(木)	0歳児健診
26日(火)	体育指導 3~5歳児

