

家庭教育つうしん

令和6年11月発行第90号

発行責任者：士別市教育委員会社会教育課
課長 千葉 真奈美
(電話 26-7308)

メール：shakaikyouikuka@city.shibetsu.lg.jp
作成者：士別市家庭教育推進員 共同作成

メディアとの付き合い方について

電子メディアとの接触が多くなると、子どもたちが体を動かす機会が減り、直接人と顔をあわせて遊ぶ時間も減ってしまいます。

また、生活リズムの乱れ、視力低下、依存症など体や心への影響も心配されます。電子メディアによって与えられる情報の質や、その影響を考える必要もあります。

今月は、「メディアとの付き合い方」をテーマに、家庭教育推進員からの情報をお届けします。

「1日のメディア時間の目安」について

「早くお家に帰って、YouTube 観たいなあ…」と、近年はこんな子ども（幼児）の声も珍しくなくなりました。子どもたちの興味関心はどんなところにあるのかと耳を傾けていると、年齢に見合った子ども用アプリ等の話題よりも、親世代が楽しんでいるゲーム実況、流行の歌手やモデル、ユーチューバー等のチャンネルなどに関心を寄せています。一生懸命伝えようとする子どもの話を聞いていても、あまりにも多種多様である内容に困惑することもしばしば。小さな子どもたちのメディアの世界の広がりには想像以上であると実感する今日この頃です。

さて、子どもの睡眠は一般的に10時間以上であると言われてますが、1日24時間の内、通園通学時間、ご家庭における食事や入浴、支度に費やす時間を考えると、お子さん方の自由になる時間はどのくらいになると予想されるでしょうか？その中で幼児期には特に親子のふれあい遊びの時間を大切に、外遊び・ごっこ遊び・玩具遊び・絵本の読み聞かせ等、心を豊かにする実体験の遊び時間とメディアに接する時間がバランスよく組み込まれることが望ましいことに自ずと気付かされることと思います。特に目や脳の発達途中にある子どもたちには適切な時間についてよく考えて行きたいものですね。

(士別幼稚園園長：谷推進員)

「メディアと上手に付き合うには」

これから長い将来にわたりメディア社会を生きていく子どもたちにとってメディアとの上手な付き合い方を身につけることは、健康で安全な生活を送るためにもとても重要なことです。子どもとメディアの付き合い方を考えるには、まず親が自分自身とメディアの付き合い方を見直すことも大切です。

先日、図書館で「ママのスマホになりたい」という絵本を借りました。シンガポールの小学生の作文「スマホになりたい」を元に絵本作家ののぶみさんが描いた絵本です。ママは、お料理が終わるとスマホ、赤ちゃんをあやした後はスマホ、テレビを見た後はスマホ…ママはスマホばかり見て、全然ぼくのこと見てくれない…と怒るかんたろうくんが主人公のお話です。私もわが子に読み聞かせしながら、自分はどうかだろう…と思うことがありました。「ママね、かんたろうが思っているより、ず～っとかんたろうのことが好きなのよ」とママがわが子を抱きしめる場面では胸がきゅっと熱くなり、改めて自分自身もスマホとの付き合い方について考えさせられました。スマホは、情報交換や収集には欠かせませんが、目に飛び込んでくる情報を負っているうちに、熱中してしまい子どもに目をかけなくなってしまう本末転倒です。スマホを上手に利用しながら、時にはスマホをおいて、親子のスキップの時間も大切にしたいですね。



(あさひ認定こども園所長：宮田推進員)

「大人が子どものお手本に」

みなさんのご家庭では、お子さんがスマートフォンやテレビゲームを使用する際のルールを決めていますか。各家庭それぞれのルールを家族で決める場面を想像すると、それってまさしく「家庭教育」らしいなと改めて思いま

す。

でも、そのルールを保護者自身が守れているでしょうか。

最近、飲食店でスマートフォンを片手にご飯を食べる大人や学生の姿をよく目にします。

親子で食事に来ているのに保護者は、子どもそっちのけでスマートフォンの画面に夢中などという姿もときどき目にします。

「子どもは親の背中を見て育つ」という言葉がありますが、大人が子どものお手本となって望ましいメディアとの付き合い方のお手本になってあげてください。

(中央公民館係長：工藤推進員)

「子どもたちと考える、これからの情報社会」

現代は、スマートフォンやタブレット、ゲーム機など、様々なメディアに触れる機会が増えています。これらのメディアは、便利な一方で使い方によっては、心身に悪影響を及ぼす可能性もあります。

メディアの良い面は、情報収集やコミュニケーション、創造性を育むことです。しかし、悪い面として、学習時間の減少、コミュニケーション能力の低下から、偏向情報、スマホ依存症、ネット犯罪等々、あげれば不安になることばかりです。大人すらコントロールできていない状況を見ると、経験の少ない子どもたちはなおさらです。

子どもたちとメディアについて話し合う際は、一緒に使い、ルールを作り、メリットとデメリットを正しく教えていくことが大切です。子どもが望むままに与え、任せきりにするのではなく、使用している様子を観察し、他の保護者と情報交換するなど、積極的に関わっていくことが必要です。

メディアは、使い方次第で子どもたちの成長を大きく左右します。保護者と子どもたちが協力して、メディアと賢く付き合っていくことが大切です。家庭と学校で情報共有をしていくとともに、利用方法について自然に会話をしながら一緒に考えていきましょう。

(温根別小学校教頭：重森推進員)

「メディアとの付き合い方におすすめ本」



「ぼくが好きなこと」

ハッピーオウル社 (2015.2) 中川 ひろたか 文 山村 浩二 絵

子どもにとって面白いことは絶対。多く長く見てもらえるよう魅力的に工夫された動画やゲームを自分の意思でやめることは、なかなか難しいものです。でも、身の回りに目を向けてみると、不思議だな、面白いな、きれいだな…と感じるものがたくさんあります。

絵本に出てくる「ぼく」が好きなものは、誰もが一度は体験したことがあるものばかり。身近な世界の「面白さ」に気付く1冊です。



「うちの子、ゲームして動画ばかり見てますけど大丈夫ですか！？」

KADOKAWA (2024.7) アベ ナオミ漫画

放っておくと危険なデジタル依存。時間を守らない、勉強しない、暴力的な発言、勝手に課金…でも、慌てて禁止したり没収したりするのはNG! まずは何が問題なのか原因をはっきりさせましょう。親の心配・不安をマンガで解説した子どもとメディアの付き合い方の入門書です。デジタル利用を可視化するためのルール作りに役立つコラムやチェックリストも充実しています。



「デジタル時代の賢い『スマホ育児』一楽しむ・選ぶ・習慣づける」

中央法規 (2024.5) 佐藤 朝美 著

大切なお子さんが心身共に健やかに育つためには、スマホ任せではなく親子のコミュニケーションが必要です。でも実際はダメと思っていても、つい与えてしまって後悔…そうならないよう正しく知識を身につけ、スマホを上手に利用しながらデジタル時代の子育てと向き合っていくための1冊です。デジタル機器がとくに乳幼児に与える影響をきちんと踏まえ、責任ある使い方をころがけましょう。

これらの本のほかにも、関連する図書を貸し出ししています。ぜひ図書館へお越しください。

(市立図書館主任主事：安藤推進員)