

# 電子メディアが乳幼児期の子どもに及ぼす影響は…？

子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。電子メディアに子どもたちが触れる機会は、年々、早期化・長時間化の傾向にあります。乳幼児期は、心とからだの基礎をつくる大切な時期です。電子メディアとの関わり方を振り返ってみましょう。

## 電子メディアが乳幼児に及ぼす影響は…？

電子メディアとの接触が多くなると、子どもたちが身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。

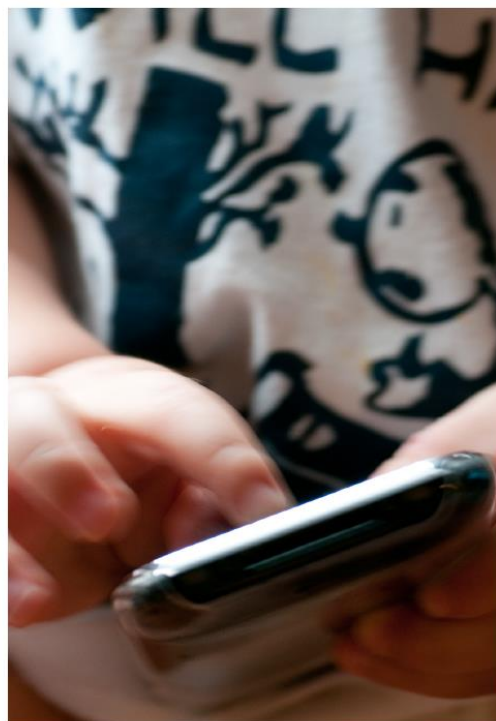
## 乳幼児にテレビやDVDを見せてはいけないのですか？

赤ちゃんは、音がする方、明るい方、動くものをじっと見つめます。テレビに見入る赤ちゃんを見て、集中していると思いがちですが、コミュニケーションの力を育むには、テレビ視聴のような一方通行ではなく、双方向のやりとりが欠かせません。

また、乳幼児期は視力が発達する重要な時期です。発達を妨げないために、長時間の視聴は控えましょう。

## 親のスマートフォンやタブレットなどを使いたがるのですが、使わせてもいいのでしょうか？

家庭内には、スマートフォンやタブレットなど子どもの興味を引く道具がたくさんありますが、それらはおもちゃではありません。代わりに、子どもの興味・関心を引くおもちゃを準備し、一緒に遊みましょう。また、スマートフォンなどを大人が使う場合には、子どもの前では使わない、子どもの手に届かないところに置くといった配慮も必要です。



電子メディアと子どもの育ち、乳幼児期のメディアとのよりよい接し方等のことをもっと勉強したいという保護者・子育て関係者の皆さんに…

専用申込フォーム

研修会等に講師としてケータイ・インターネット教育推進員を無料派遣します

申込先

特定非営利活動法人子ども未来ネットワーク（県委託） TEL 0858-22-1960 FAX 0858-27-0271  
Email [media@kodomomirai.kirara.st](mailto:media@kodomomirai.kirara.st) URL <http://www.kodomomirai.kirara.st/>



# 家族で豊かな時間を過ごしましょう

乳幼児期は人格の基礎を培う大切な時期です。短い時間でも一緒に活動することで、体験や楽しさを共有しましょう。

## 外遊び、体験活動

子どもの体力・運動能力は子どもが体を動かし、自由に遊ぶことで育ちます。いろいろなことを体験することで、「見る」「聞く」「嗅ぐ」「味わう」「触れる」といった五感もバランスよく育ちます。しっかり遊ぶとよく食べ、よく眠れるようになり、生活リズムも整います。



## お手伝い

子どもの成長に応じて、できることをさせましょう。生活能力が養われるだけでなく、感謝を伝えられることで「役に立った」「責任を果たした」という自信が生まれ、自分を大切にする心（自己肯定感）が高まります。



## 読み聞かせ

子どもたちは、大人に繰り返し絵本を読んでもらい、一緒に楽しむことによってお話の楽しさや愛情を感じています。親にとっても、子どものすてきな表情を通して、子育ての楽しさを感じることができます。

## 地域行事

地域で様々な年齢の方とふれあう時間から、社会性などたくさんのお話を学びます。また、人とふれあうことで、コミュニケーション能力や共感力も育っていきます。保護者の方も一緒に地域行事に参加しましょう。

