



私たちの目を楽しませてくれた桜の花も散り、つつじが目を楽しませてくれる季節になりました。今は、大平山のつつじがとてもきれいに咲いています。皆さんも時間がありましたら、ぜひ見に行ってみられませんか。ストレスも吹き飛びますよ。

「スマホの使用について考えましょう 2」

第17号で、「スマホ虐待」「スマホネグレクト」ということについて少し触れました。今号ではこのことについて考えてみましょう。

小児科医院に、次のようなチラシ（日本小児科医会「スマホに子守をさせないで」）が置いてありますが見られた方がいるでしょうか。

（○が良い姿、×が気になる姿）

○	×
赤ちゃんと目と目を合わせ、語りかけることで赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。	ムズかる赤ちゃんに、子育てアプリの画面で答えることは、赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性があります。
親子が同じものに向き合って過ごす絵本の読み聞かせは、親子がともに育つ大切な時間です。	親も子どももメディア機器接触時間のコントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまいます。
散歩や外遊びなどで一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力そして五感や共感力を育みます。	親がスマホに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。赤ちゃんの安全に気配りができていません。

また、同じく日本小児科医会から配布されたチラシ「見直しましょう メディア漬け」には次のような提言がされています。

【五つの提言】

- 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・ビデオ視聴はやめましょう。
- 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。
- 4 子供部屋にはテレビ、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。

※（これらのチラシについて、詳しくご覧になりたい方は、日本小児科医会のホームページをご覧ください）

日本小児科医会がこのような注意を喚起しているのは、医学界でもスマホの使い方について危機感を募らせ、どうにかしなくてはならないと考えているからでしょう。

赤ちゃんと母親は、「目と目を合わせる」「語りかける」「喃語に反応する」「笑い合う」など、様々なコミュニケーションを繰り返しながら信頼関係を育んでいきます。赤ちゃんは、泣いたり笑ったりすることで自分の欲求を伝え、母親がその都度欲求に応えることによって、愛着形成が進んでいくのです。赤ちゃんが「こちらを向いてほしい」「心の声を聴いてほしい」と欲しているときにお母さんがスマホをしていたのでは、赤ちゃんの欲求は叶えられず、愛着も形成されません。

愛されて育った子どもは、自分の中に自己肯定感が育ち、人を大切に、自分も大切に子どもに育つのです。かわいい子どものために、あなたのスマホの使用について考えてみませんか。

問合せ先：防府市教育委員会生涯学習課 青少年育成センター（23-3013）