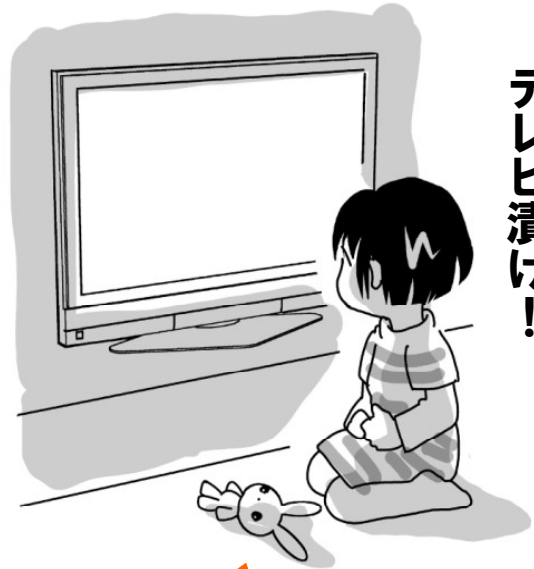


乳幼児の保護者の方へ

授乳中のスマホ？



テレビで子守り？
テレビ漬け！



スマホやゲームでの子育て

ちょっと待った!

えっ! どうして?

ゲームで子守り!
ゲーム漬け!



ベビーカー
歩きスマホ!



イラスト/マルモイヅミ

何か問題あるの? (あるんです! 裏面へ)



長崎県福祉保健部こども政策局こども未来課・長崎県メディア安全指導員



実は、子どもにこんな影響があります！

えっ、知らなかった！

授乳中のスマホ



愛着形成という言葉を知っていますか？赤ちゃんはお母さんとアイコンタクトやスキンシップを重ねながら、お母さんへの愛情や信頼感を深めていきます。授乳中、いつもスマホとにらめっこしていると、赤ちゃんは自分より大切なものと勘違いしてしまい、お母さんへの愛情や信頼感がうまく育たない恐れがあります。

テレビで子守り



「テレビやビデオを見せるとおとなしくしているから」と言って、ずっとテレビがついている環境は乳幼児にとっては良い環境とはいえません。発語の遅れや情緒の不安定、睡眠障害など子どもの発達に影響を与えることが、専門家から指摘されています。

幼児にゲーム機



ゲーム機の小さな画面を長い時間見続けることで視力の低下を招きます。また、物事の判断力がない幼児期に刺激の強いバーチャルな世界を子どもに与えることは心の成長に影響を与えます。タブレットも同様です。幼児期は体を使った遊びを経験させることが大切です。

歩きスマホ



気をつけているつもりでも、つい画面に気を取られると危険がいっぱい。歩きスマホが原因で事故もたくさん起こっています。ましてや抱っこやおんぶ、ベビーカーを使っている時はなおさらです。また、歩きスマホは「依存傾向」の表れでもあります。

子育ては思った以上に大変ですよね。時には息抜きも必要ですし、スマホやネットは手軽に楽しめる便利なものです。でも、何事もほどほどが肝心です。まずはできることから始めてみませんか？



スマホやテレビの依存度セルフチェック！

●あなた自身はだいじょうぶ？

- 睡眠不足の原因はスマホだ。
- 暇な時はさわっている。
- 外出の時にスマホがないと心配だ。
- メル友が多くて、やりとりが大変だ。
- 育児の悩みはネットで情報を得る。

●お子さんはだいじょうぶ？

- 家にいる時はテレビがついていることが多い。
- スマホ・タブレットは遊び道具。
- テレビを消すといやがる。
- 視線が合いにくい。
- 呼んでも振り向かない。

※1つでもあてはまると、要注意！特に乳幼児期の子どもは大きな影響を受けます。気になる項目があれば、ストップメディアしてみませんか？



できることから、大人から by ココロねっこ